

## **Estudiosos explicam porque a fé faz bem à saúde**

### **Ensino Religioso**

Enviado por: \_renacazaca@seed.pr.gov.br

Postado em:24/06/2013

Por Leiliane Roberta Lopes Diversas pesquisas atestam que a fé, independente da religião, oferece benefícios à saúde, dizendo até que as pessoas religiosas têm menos doenças como depressão, ansiedade, problemas cardíacos e outros. Em entrevista ao portal Mulher do UOL, especialistas explicam porque quem tem fé vive melhor e consegue ter equilíbrio para superar seus problemas. Entre os entrevistados está o filósofo e professor da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), Jorge Claudio Ribeiro, que justifica o resultado dessas pesquisas dizendo que quem crê consegue se recuperar mais rápido diante das dificuldades. “Enquanto a pessoa que não acredita em nada tem mais chances de se desesperar diante de uma dificuldade”, disse ele. Ribeiro também fala que a conexão com uma força maior produz um sentimento de segurança e conforto. O teólogo e chanceler da Universidade Presbiteriana Mackenzie, David Charles, também falou com a reportagem do UOL dizendo que “ter fé é assumir um compromisso pessoal com uma determinada visão de mundo”. Esse compromisso só pode ser assumido “quando se consegue atribuir verdade e valor ao conjunto de princípios que ela expressa”. “É interessante que a experiência em que se está investindo apresente subsídios que poderão ser usados no dia a dia. Ou seja, o que se aprende no templo precisa fazer sentido no mundo lá fora”, diz. Entre as ferramentas que podem ser usadas para o desenvolvimento da espiritualidade estão leituras diversas, orações, meditação e até mesmo a música, como explica o pesquisador do Centro de Estudos em Medicina Comportamental da UNIFESP, Ricardo Monezi. “A religião e a religiosidade, que é a prática e a vivência da religião, são ferramentas que o ser humano pode usar para desenvolver a espiritualidade”. Esta notícia foi publicada no site Gospelprime em 21 de Junho de 2013. Todas as informações nela contidas são de responsabilidade do autor.