

## ESPIRITUALIDAD: ¿PROMUEVE RESILIENCIA?

DR. GUSTAVO ALFREDO GIRARD

**Cita Bibliográfica:** Girard Gustavo A., “*Espiritualidad: ¿Promueve Resiliencia?*” en *Adolescencia y Resiliencia*. Munist M., Suarez Ojeda E.N., Krauskopf D., Silber T.J.; Editorial Paidós. Buenos Aires, Capítulo 8, 2007

Los elementos que se suelen incorporar al ser resiliente están dados por: la independencia, las adecuadas relaciones interpersonales, la iniciativa, la creatividad, el humor, la conciencia de si mismo (insight), la autoestima y la moralidad con la presencia de valores.

En forma más reciente se ha incorporado al tema de la resiliencia la vivencia de la **espiritualidad**. Mas allá de sus creencias o prácticas religiosas, es dable observar en las personas resilientes que los aspectos espirituales ocupan un destacado lugar. Pero antes de avanzar en este sentido resulta imprescindible acordar ciertas definiciones sobre diversos términos.

**ESPIRITUALIDAD.-** La palabra proviene del latín “*spiritus*”, que significa aliento de vida. Es una manera de ser, de experimentar y actuar que proviene del reconocimiento de una dimensión trascendental, caracterizada por ciertos valores identificables con respecto a uno mismo, los otros, la naturaleza y la vida. Incluye asimismo para algunos todo aquello que se refiera a un Ser Superior.

Es una construcción multidimensional de experiencia humana que incluye valores, actitudes, perspectivas, creencias y emociones.

La espiritualidad es una dimensión integrante de la vida humana, que no adviene ni accidental ni ocasionalmente sino que constituye un componente ontico (propio del ser) de la persona.

**RELIGION.-** Esta dada por la participación en una creencia en particular, un relato, rituales y actividades comunes, que pone al ser humano en comunicación con Dios. La etimología de religión proviene del latín del verbo *re-ligare*, que significa re-ligar o sea volver a unir.

**FE.-** Es la adhesión y confianza en un ser superior. Es una construcción humana que no va contra la razón pero va más allá de ella. Es una vivencia de que la vida tiene sentido y es valiosa.

**ORACION.-** La oración es la expresión consiente que expresa el agradecimiento, el pedido y la alabanza a un Ser Superior.

**MEDITACIÓN.-** Representa una elevación de la mente y el corazón a una dimensión trascendente. En la misma no necesariamente se incluye la creencia y/o relación con un ser superior. Para entrar en meditación se suele recurrir asimismo a diferentes técnicas tales como la relajación, el silencio, la respiración, las posiciones corporales, y muchos otros aspectos que excederían los objetivos del presente capítulo.

Vulgarmente espiritualidad y religión suelen ser consideradas como sinónimas pero no lo son. Existen personas que tienen una gran vivencia espiritual y que no necesariamente adhieren a una religión determinada, y otras que practicando una determinada religión, dejan muy poco lugar a la espiritualidad; un caso típico de esto último está dado por todos aquellos cuya adhesión a una religión los lleva a adoptar actitudes fundamentalistas, que en sí nada tienen de espirituales.

La Fe de acuerdo a la definición enunciada anteriormente implica la adhesión y confianza en un ser superior, lo que representa una vivencia espiritual, pero también puede darse que una persona agnóstica también posea una vivencia similar.

Desde ya que es a través de la religión en que muchas personas habitualmente desarrollan su espiritualidad, particularmente en sus edades infantiles y adolescentes.

Las definiciones anteriormente enunciadas pueden parecer muy claras y entendibles pero no ocurre lo mismo cuando se trata de incorporar estos aspectos y referirlos a los comportamientos psicosociales de los y las adolescentes. Los cuestionarios utilizados en diferentes investigaciones suelen encontrarse con la dificultad práctica de delimitar estos campos y además se incorporan nuevos elementos que influyen como por ejemplo la inserción social y comunitaria de quienes asisten periódicamente a servicios religiosos.

Debemos destacar en tal sentido el trabajo de Good y Willoughby, realizado en Canadá que comprende a 6578 adolescentes entre los 13 y los 18 años, y donde los aspectos religiosos darían un ajuste psicosocial mayor que el meramente espiritual.

## **ESPIRITUALIDAD Y SALUD**

Los aspectos religiosos y espirituales se encuentran asimismo íntimamente ligados a la salud. Cuando el ser humano, al perder la salud percibe que su vida está en peligro, suele presentar una mayor búsqueda hacia variados aspectos espirituales y religiosos.

Esta unión de la salud con la espiritualidad no es de por sí un hecho novedoso. Tradicionalmente el chamán de la tribu era el médico y también el sacerdote. En el siglo de oro en Grecia el médico era el científico, pero también el filósofo y el artista. Su acto médico no

estaba separado de un sentido de la vida y de la muerte. Esto se reitera en la Historia de Occidente, y sobreabundan los ejemplos en la de Oriente.

Esta situación parece cambiar en la modernidad donde surgen nuevas perspectivas. Se jerarquiza lo racional y lo científico y todo aquello que no tiene explicación a través de un razonamiento es considerado como producto del oscurantismo y todo lo que no es material o imposible de ser medido se considera inexistente.

Surge así una de las grandes utopías de la modernidad: “a través de la ciencia y los avances de la técnica, la humanidad avanzaría hasta metas insospechadas lo que permitiría una sociedad cada vez más perfecta y feliz”. Son enormes los avances que en el campo de la Ciencia y la Tecnología de la humanidad a comienzos del siglo XXI, pero la utopía planteada dista mucho de convertirse en realidad.

Los aportes de la Ciencia han ido obligando al Hombre a cambiar una a una muchas de las realidades que consideraba definitivas.

A modo de ejemplo recordemos que el Hombre primitivo consideraba que la Tierra ocupaba era el Centro del Universo... hasta que Copernico demostró que la Tierra no era el centro, sino un astro que se movía y giraba alrededor del Sol, formando parte de una Galaxia entre muchas otras. Pienso luego existo se había dicho pero Freud afirmó: “no es solo el pensamiento conciente lo que guía la conducta del hombre, por debajo de la conciencia esta el subconciente que muchas veces domina nuestros actos”. Cuando la humanidad se consideraba segura de lo que la materia significaba Einstein comprobó que el átomo no es la partícula más elemental sino que dentro del mismo existe un vacío cargado de energía en el que se mueven otras partículas mucho mas pequeñas aún. La física cuántica cuestiona los aspectos mas fundamentales de la física de Newton donde las trayectorias fijas y definidas son reemplazadas por movimiento de ondas, que no siguen las reglas hasta el momento aceptadas universalmente. Como si todo esto fuera poco le corresponde a un contemporáneo, premio Nobel de Química, I. Prigogyne afirmar que nos encontramos ante “el fin de las certidumbres”.

Por muchas de estas razones la medicina en la modernidad, consideró que nada tenía que hacer con lo espiritual y menos aún con lo religioso, produciéndose de esta manera un profundo divorcio entre lo que creían los profesionales y lo que vivían los pacientes. Ningún significado tenía para el profesional, que el enfermo tuviera una determinada creencia religiosa o vivencia espiritual. En el mejor de los casos consideraba que ello podía tal vez ayudarlo en la “aceptación” o “resignación” de su enfermedad. Pero considerar que estas vivencias podrían influir en el pronóstico de la misma resultaba científicamente impensable. Cumplido este ciclo el hombre en la era posmoderna se encuentra solo y desorientado. Pareciera que ya no existe la religión que lo contenía ni la ciencia que le prometía un mundo mejor.

En forma lenta y continua van surgiendo nuevas búsquedas de espiritualidad y trascendencia y su nexa con la salud comienza en forma lenta pero constante a ser reconsiderado. La asociación mente-cuerpo comienza a ser aceptada. Pese a sus enormes avances la medicina ya no contiene ni satisface a muchos grupos poblacionales. Ante un diagnóstico de enfermedad grave, la mayoría de los pacientes comienzan a recurrir a las llamadas medicinas alternativas, que son redefinidas en la medida que coexisten con los tratamientos de la medicina ortodoxa por lo que empiezan a ser consideradas como complementarias.

En la medicina occidental especialmente a través de los estudios empíricos de Simonthon, se comienza a llamar la atención sobre el hecho que ciertos estados de ánimo son capaces de influir en el pronóstico de una determinada enfermedad.

Investigaciones científicas a través de estudios sobre psiconeuroendocrinoinmunología comienzan a encontrar nuevas explicaciones a muchas enfermedades y padecimientos. Esto lleva a que cada vez se tienda a aceptar mas la relación mente-cuerpo. Dentro de este proceso se empieza a reconocer como diversas vivencias, espirituales y religiosas, son de enorme importancia en la conservación de la salud. Por el contrario situaciones de tensión y stress son capaces de desencadenar patologías que nunca habían sido consideradas como "psicosomáticas".

En centros de alto nivel como el Dartmouth-Hitchcock Medical Center los científicos demuestran que: en 232 operaciones de corazón a cielo abierto, el postoperatorio es mucho más satisfactorio en las personas con creencias religiosas y/o espirituales. Otras investigaciones como la de 1996 por el Instituto Nacional de los EEUU sobre el envejecimiento, reveló que de 4000 ancianos estudiados, el porcentaje de los que concurrían a servicios religiosos presentaban en forma significativa menores tasas de depresión y se encontraban físicamente mas fuertes que los que no lo hacían.

Otros estudios como el de Benson demuestra que las personas que practican oración en forma periódica encuentran menor presión arterial, disminución de la frecuencia cardíaca y respiratoria, lo que se pudo comprobar a través de dosajes de epinefrina.

La medicina occidental en los pasados 100 años intentó por todos los medios tomar distancia de toda forma de espiritualidad o misticismo. Hace solo 20 años a ningún instituto medico se le hubiese ocurrido estudiar mediante metodología científica la importancia de la oración o la espiritualidad con respecto a la salud.

Los estudios de Levin y Larson demostraron que en los últimos años se registraron mas de 200 trabajos en publicaciones **científicas tradicionales**, referidos a la relación existente entre salud y espiritualidad.

Hasta hace poco tiempo la ciencia consideraba que si una determinada estructura química se destruía esto significaba un verdadero desastre. En la actualidad se considera que, producido el fenómeno surge una nueva conformación diferente de la originaria y este proceso solo se comprendería con posterioridad. Esto representa sin duda un hecho resiliente.

Hace ya muchos años que la Organización Mundial de la Salud estableció que la salud no es la simple ausencia de enfermedad sino que representa el estado de bienestar biológico, psicológico y social. Hoy podríamos afirmar, como muchos proponen, que es el estado de bienestar bio-psico-social-espiritual.

## **ESPIRITUALIDAD Y RESILIENCIA**

Si la forma en que el ser humano vivencia su espiritualidad es capaz de afectar en tal sentido su supervivencia con enfermedades consideradas hasta el presente como “orgánicas,” cómo no pensar que estas vivencias puedan influir en sus más diversas respuestas ante la adversidad que le toque vivir. Surgieron entonces estudios referidos a como las vivencias religiosas y espirituales podían presentar una íntima conexión con el proceso de la **resiliencia**.

Un modelo de resiliencia, en los últimos tiempos está representado por Victor Frankl que, a través de su espiritualidad logra no solo sobrevivir a un campo de exterminio nazi, sino crear una escuela que tiene en la actualidad numerosos adeptos.

También podemos citar a Harold Kushner, un rabino que cuando su hijo está por cumplir 3 años de edad se le diagnostica progería (enfermedad discapacitante y grave que conlleva a un envejecimiento precoz) y el niño muere a los 14 años. Al respecto Kushner se decide a escribir un libro que se convierte en un importante best seller y en una de sus páginas comenta: “Un libro que le hablara a la gente de mi dolor no sería beneficioso para nadie. Debía ser un libro que afirmara la vida. Tendría que decir que nadie nunca nos prometió una vida exenta de dolores y decepciones. Lo máximo que nos prometieron fue que no estaríamos solos en nuestro dolor, y que podríamos recurrir a una fuente externa a nosotros para obtener la fortaleza y el valor que necesitaríamos para superar las tragedias y las injusticias de la vida”. Mas adelante agrega: “Yo soy una persona más sensible, un pastor mas eficaz, un consejero mas comprensivo debido a la vida y muerte de Aarón de lo que jamás lo hubiera sido sin ellas”. Pero reconoce: “Y renunciaría a todo eso en un segundo si pudiera tener nuevamente a mi hijo conmigo. Si pudiera elegir renunciaría al crecimiento y profundidad espirituales que he obtenido a partir de nuestras experiencias, y sería lo que era hace 15 años, un rabino promedio, un consejero indiferente que ayuda a algunas personas y no podía ayudar a otras, para ser el padre de un niño brillante y feliz. Pero no puedo elegir”.

Desde una cosmovisión cristiana el papa Juan Pablo II en su encíclica sobre el sufrimiento humano afirma: “A través de los siglos y generaciones se ha constatado que **en el sufrimiento se esconde una particular fuerza** que acerca interiormente el hombre a Cristo, una gracia especial. A ella deben su conversión muchos santos, como San Francisco o San Ignacio de Loyola. Fruto de esta conversión es no solo el hecho de que el hombre descubre el sentido salvífico del sufrimiento, sino sobre todo que en el sufrimiento llega a ser un hombre completamente nuevo”

Una posible explicación de este nexo entre una espiritualidad profunda y la resiliencia, tal vez sea que los aspectos que hacen a la trascendencia inciden en los valores de las personas.

Etimológicamente la palabra **valor**, proviene del latín valere “*estar sano*” y esta característica uniría los caminos que en esta presentación hemos recorrido. Generalmente tanto a los valores como a la religión se los ha reducido a enunciados morales o de comportamiento, pero si bien pueden considerar una serie de normas conductuales, van mucho más allá de las mismas. David Elkins identifica valores espirituales tales como: dimensión trascendental, sentido de vida, misión en la vida, sacralidad de la vida, satisfacción fundamental, altruismo, idealismo, realismo, y frutos de su espiritualidad. Al respecto Krippner y Welch agregan: “Una persona espiritual puede no ser un chaman, miembro del clero o miembro del equipo de salud. Pero el ser profundamente espiritual posee una cualidad sanadora que hace que sea un placer estar cerca de él, de ser su amigo y de recibir este empoderamiento en la relación interpersonal.

La resiliencia entendida como la capacidad para desarrollarse en presencia de grandes dificultades, excede la posibilidad de ser analizada desde una determinada disciplina de las varias que estudian al ser humano y sus comportamientos. Se requiere de un encuadre holístico y dicho encuadre no puede dejar de considerar los aspectos espirituales propios de la naturaleza humana. La resiliencia se construye en un proceso continuo durante toda la vida, en una interacción entre la persona (o el sistema social) y el medio que la rodea. Este asimismo es un proceso dinámico con características propias en cada etapa de vida, por lo que desde esta perspectiva se habla de **estar resiliente** en lugar de **ser resiliente**. Porque si bien la resiliencia tiene una dimensión constitucional, es también el resultado de la interacción con el entorno.

Uno de los grandes desafíos al considerar como la espiritualidad y/o religiosidad podría influir en el estar resiliente reside en el hecho de cómo las mismas pueden ser “medidas” y/ “calificadas”. No podemos aplicar una metodología cuantitativa para tratar un tema de esta naturaleza, aunque existen protocolos con “escalas numeradas” para medir espiritualidad y/o religiosidad. Uno de ellos está dado por el interrogatorio conocido como HOPE proveniente de las letras en inglés H (hope = esperanza), O (Organized religion = religión organizada), P (personal spirituality and practices = espiritualidad personal y prácticas) y E (effects on medical care and end of life issues = efectos en el cuidado de la salud y aspectos del fin de vida)

También corresponde preguntarse: ¿La religión es siempre capaz de promover resiliencia y/o salud? Sus efectos, ¿son siempre positivos, considerados como parámetro de desarrollo humano? ¿Cómo vive cada persona su religiosidad?

Indudablemente no encontraremos dos personas que puedan vivenciar la religión de una manera exactamente igual. Por ello resulta sumamente difícil responder a esta pregunta. Pero con fines didácticos y prácticos, a pesar de pasar por simplistas podemos considerar dos grandes posturas ante lo religioso, que tiene mucho que ver con la imagen que las personas se forman de Dios.

¿Consideramos a Dios como un ser Superior, Juez implacable que nos pedirá cuenta de todos nuestros actos y a través de este juicio seremos merecedores del Paraíso o del Infierno?

¿Consideramos a Dios como padre que nos ama y desea lo mejor para nosotros? La respuesta a estos dos interrogantes tan diferentes implicará una actitud del creyente totalmente dispar. Con el primero de los interrogantes, seguramente no podrá menos que sentirse tenso y preocupado sobre su desempeño en la vida mientras que en el segundo será dable de esperar una actitud más relajada y abierta a los sentimientos. Ante estos interrogantes dos actitudes diferentes pueden surgir en cuanto a la vivencia de la autoestima. En el primer caso la persona sometida a juicio se considerará como un reo, mientras que en el segundo podrá hacerlo como hijo de Dios y animado del Espíritu que el padre otorga. Esta dignidad lo hará sentirse más pleno y con ansias de poder responder en forma acorde con las circunstancias. En estudios sobre resiliencia, muchos de ellos han marcado la importancia de la autoestima como generadora de actitudes resilientes. Surge aquí también un importante nexo con la religiosidad que dependerá de cómo la misma puede ser vivenciada.

### **NUEVAS EXPRESIONES DE ESPIRITUALIDAD**

Al considerar una nueva apertura hacia la espiritualidad y lo trascendente es de utilidad observar como la juventud se posiciona ante estos nuevos procesos. La apertura de la juventud al trascendente, al mismo tiempo que innegable, se rodea de una pluralidad de sentidos, y como otros se impone en la sociedad de hoy. Los muchos signos religiosos más o menos explícitos incorporados en la ropa y los adornos revelan por lo menos un sentimiento vago de trascendencia que la juventud cultiva. Las expresiones religiosas explícitas, en general, tienden a participar de las características previamente apuntadas. No es tan fácil, con la juventud, pasar de la fe al compromiso. Es posible que una participación en los grupos religiosos signifique más una afirmación de “pertenencia” que de “creencia”. La búsqueda del trascendente se compone y no podría ser diferente, de un conjunto de necesidades experimentadas por los jóvenes, particularmente en términos de solución de sus angustias, de recuperación de autoestima, de afirmación de su identidad e integración social, de búsqueda de un sentido de vida capaz de potenciar la posibilidad de como enfrentar al futuro.

Si analizamos desde una perspectiva histórica las sucesivas formas en que la espiritualidad fue considerada en diferentes épocas en la sociedad occidental, se puede comprobar un profundo dinamismo y evolución, con respecto a la forma en que la misma era considerada y concebida. Nada nos hace suponer que este proceso se haya detenido. Por el contrario surgen muchos aportes desde diferentes disciplinas que en la actualidad nos presentan una nueva forma de comprender la espiritualidad que deriva en profundas modificaciones con otras áreas fundamentales del ser humano tales como el cuerpo y la sexualidad. Espíritu, cuerpo y sexualidad tradicionalmente se vivieron como separadas y no pocas veces antagónicas.

## ESPIRITUALIDAD Y CORPORALIDAD.

La idea de que cuerpo y espíritu son dos entidades opuestas ha sido parte de la cultura occidental durante siglos. En la actualidad se estima que no solo no son antagónicas sino que forman parte de una unidad inseparable.

Carl Jung, refiriéndose a esta dicotomía dice. “Si logramos reconciliarnos con la misteriosa verdad de que el espíritu es el cuerpo viviente visto desde dentro y de que el cuerpo es la manifestación exterior del espíritu viviente – las dos cosas son en realidad una-, entonces comprenderíamos por qué al intentar trascender nuestro actual nivel de conciencia tenemos que pagar su deuda al cuerpo”. En esta cita se hace patente que lo que se llama vida espiritual es en realidad la vida interna del cuerpo, en oposición al mundo material, que es la vida exterior del cuerpo. Por ello la gente que desea vivir intensamente la vida espiritual, debe desligarse en gran parte del mundo exterior.

De ahí que la espiritualidad de una persona, no es una cuestión no solo de su mente sino de todo su ser. El sentimiento de espiritualidad como todo otro sentimiento, es un fenómeno corporal. Lo que si es mental es la **idea** de espiritualidad. Pero podemos agregar que ideas y sentimientos no siempre resultan coincidentes. Por lo tanto, no debemos igualar el cuerpo con la carne y la mente con el espíritu, menos aún considerar que la mente es el aspecto superior, mientras que el cuerpo estaba relegado a un papel inferior y secundario. En la medida que persista esta dicotomía entre interno y externo, cuerpo y mente, materia y espíritu, el hombre estará privado de la total realización de su potencial como ser viviente. Alexander Lowen afirma al respecto: “Una espiritualidad divorciada del cuerpo se transforma en abstracción, igual que un cuerpo que rechaza su espiritualidad se convierte en un objeto”.

El espíritu no se opone a cuerpo, sino que lo incluye, lo vitaliza y lo espiritualiza.

Del análisis de este modelo holístico surge la evidencia que si una persona es capaz de vivir la espiritualidad de esta manera, posee una energía tal que no puede menos que favorecer la resiliencia.

## ESPIRITUALIDAD Y SEXUALIDAD.-

A partir de lo expresado con respecto a lo , es esperable que la relación entre la espiritualidad y la sexualidad también tienda a ser pensada como un vínculo entre instancias casi opuestas. O sea si el cuerpo y el espíritu fueron vivenciados como antagónicos, que decir de la antinomia existente entre espiritualidad y sexualidad, sobre todo en nuestra cultura occidental y cristiana. Al respecto Leonardo Boff un gran teólogo de nuestro tiempo, se pregunta: ¿Espiritualidad y sexualidad no serían, por ventura, manifestaciones de una misma energía vital que invade todo el ser humano y que se actualiza exactamente bajo la forma de espiritualidad y de sexualidad? y se responde: “Estas serían nuevas dimensiones que deben ser captadas mas allá de si mismas, pues su dinámica alude a esa fuerza que las soporta”.



Al incorporar la energía vital como común denominador tanto de la espiritualidad como de la sexualidad, podríamos inferir que se trata de manifestaciones distintas de un mismo fenómeno. Esa energía es fuerza de comunicación, de comunión y de ascensión en todas direcciones, de las cuales la espiritualidad y la sexualidad serían las dos caras de esa energía radical. También Leonardo Boff afirma: “el desafío que debemos aceptar es el de la integración y esto no se limita a que hacemos con el ejercicio de nuestra sexualidad-genitalidad como instinto, sino lo que hacemos con nuestra energía vital. Humanizarse entonces sería escuchar esa energía.

## ESPIRITUALIDAD Y ECOLOGÍA

De la concepción expresada sobre la energía capaz de impregnar la integralidad del ser humano, surge como consecuencia directa el accionar del mismo sobre todo el medio que lo rodea, surge así la interdependencia de todos los sistemas vivos y no vivos entre sí y con su medio ambiente. Esto no es otra cosa que la definición de ecología. La energía vital capaz de animar a todo ser humano, no puede limitarse a un aspecto endogámico o intrapersonal, sino que por el contrario interactúa con todo lo que rodea al hombre. Se puede considerar así que existen distintos tipos de ecología: una ecología ambiental (relacionado con todo lo animado o inanimado que rodea a la persona), una ecología social (que incluye a los otros humanos y la sociedad), una ecología mental o profunda (sistema de creencias, el psiquismo conciente e inconciente) y una ecología integral (que estaría relacionada con el cosmos, el infinito y el misterio).-

## EPILOGO

La adversidad, física, psíquica y/o social puede llevar al ser humano a su aniquilamiento, a resistir o salir fortalecido. Esta última situación que denominamos resiliencia, es propia de cada individuo y puede manifestarse de las mas diversas maneras, pero resulta evidente que por encima de todas aquellas modalidades con que se presente no podrá alcanzarse sin una suficiente Energía Vital. Desde una perspectiva espiritual es esta Energía la que constituye el *centro vital* del ser humano. La gran mayoría de las personas no suele ser conciente de esa energía que le es propia, ya sea por ignorancia, por haberla bloqueado, por desconocimiento de si mismos, por la cultura o por la vorágine de la vida moderna. Es una espiritualidad bien entendida lo que permite captar y desarrollar plenamente esa energía, imprescindible para una respuesta resiliente ante la adversidad.

En la Biblia en el libro del Eclesiastico ( 20, 9-11) leemos  
 Hay quien encuentra fortuna en la desgracia,  
 Y suerte que termina en frustración.  
 Hay dádiva que no te da provecho  
 Y dádiva que recibe el doble.  
 Hay postración causada por la gloria,  
 Y hay quien desde la humillación levanta la cabeza.

Hoy hablamos de resiliencia y la definimos, pero en el desarrollo de la humanidad no es un hecho nuevo.

### **BIBLIOGRAFÍA**

- Anandarajah G., Hight Ellen, “Spirituality and medical practice: using the HOPE questions as a practical tool for spiritual assessment, American Family Physician, Vol 63, N 1, 81-88, January 1, 2001
- Boff Leonardo, “La dignidad de la tierra” Ed. Trotta, S.A., 161-182, Madrid. 2000.-
- Fabri dos Anjos (org.), Teologia e novos paradigmas. Ed. Loyola. S. Paulo 1996; idem. Teologia aberta ao futuro. Ed. Loyola, S. Paulo 1997.
- Girard Gustavo, “Señor ¿Dónde Habitas?, Ed. Lumen, Buenos Aires, 1999.-
- Good M, Willoughby, The role of spirituality versus religiosity in Adolescent Psychosocial adjustment. Journal of Youth and adolescence, Vol 35, No1, 41-55, February 2006.-
- Hawes Gustavo, “Resiliencia y Espiritualidad” en “Resiliencia, construyendo en adversidad” de Kotliarenco, Cáceres, Alvarez, CEANIM, Santiago de Chile, 1996.
- Juan Pablo II: “Carta Apostólica sobre el sentido cristiano del sufrimiento humano” Ed. Paulinas, Buenos Aires, 1984.-
- Jung Carl., Modern Man in Search of a Soul. New York, Hartcourt, Brace, pag. 253, 1993

Kushner Harold, "Cuando la gente buena sufre" Emecé Editores, Buenos Aires, 1994.-

Krippner Stanley, Welch Patrick, "Spiritual dimensions of healing" Irvington Publishers, Inc. New York, 1992.-

Kushner Harold, "Cuando la gente buena sufre" Emecé Editores, Buenos Aires, 1996

Lowen Alexander, "La depresión y el cuerpo" Editorial Alianza, Madrid, 1990, pagina 284,

Vanistendael Stefan, "Resiliencia y Espiritualidad, El realismo de la fe" Cuadernos del bice, Oficina Internacional Católica de la Infancia, Ginebra, 2003.-