

## PONDERAÇÕES SOBRE A BASE ESPIRITUAL DA COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA (CNV) EM TEMPOS DE VALORIZAÇÃO DAS RELAÇÕES SOCIAIS

*Considerations on the Spiritual Foundation of Nonviolent Communication (NVC) in Times of  
Valuing Social Relationships*

**Luiz Henrique Sormani Barbugiani** - Luiz Henrique Sormani Barbugiani - Procurador do Estado do Paraná. Doutor e Mestre em Direito pela Faculdade de Direito do Largo São Francisco da Universidade de São Paulo – Fadusp. Doutor em Direito e Mestre em Antropologia pela Universidade de Salamanca – USAL. Diretor-presidente adjunto da Escola Nacional da Advocacia Pública – ESNAP.

## INTRODUÇÃO

Em tempos de valorização das relações sociais focada na diversidade e na empatia que devem permear o convívio dos seres humanos em sociedade, a compreensão da comunicação não violenta e de sua base espiritual é medida adequada em prol do desenvolvimento sustentável da humanidade. Esse é o objetivo do presente ensaio que almeja destacar ponderações e elucubrações sobre a inserção da comunicação não violenta no trato social, com uma delimitação mais objetiva desses elementos de conceituação abstrata, visando alcançar diretrizes que devem ser utilizadas na consagração de uma maior pacificação da sociedade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Comunicação Não Violenta; Relações Sociais; Humanidade; Psicologia Positiva; Educação

*In times when social relations are increasingly valued through diversity and empathy — essential elements for human coexistence in society — the understanding of Nonviolent Communication and its spiritual foundation emerges as an adequate measure in favor of the sustainable development of humanity. This essay aims to highlight reflections and considerations on the integration of Nonviolent Communication into social interactions, seeking a more objective delimitation of these abstract conceptual elements, with the purpose of establishing guidelines that should be applied in consolidating greater social pacification.*

**Keywords:** Nonviolent Communication; Social Relations; Humanity; Positive Psychology; Education

O presente ensaio<sup>6</sup>, intitulado “PONDERAÇÕES SOBRE A BASE ESPIRITUAL DA COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA (CNV) EM TEMPOS DE VALORIZAÇÃO DAS RELAÇÕES SOCIAIS”, almeja uma análise holística sobre o tema, com o objetivo de esmiuçar o conteúdo do instituto, cunhado por Marshall Rosenberg, denominado de comunicação não violenta e a importância de sua base espiritual no convívio social.

No intuito de apreciar a matéria optou-se por dividir o estudo em sete capítulos, abordando em cada um deles aspectos entrelaçados que possibilitam uma melhor compreensão da importância da cultura de paz e da comunicação não violenta nas relações sociais.

O primeiro capítulo tratará da origem do dia mundial da não violência, cultura de paz e a referência ao pacifista Mahatma Gandhi.

O segundo capítulo abordará as noções gerais sobre espiritualidade, prática e a comunicação não violenta para, no terceiro capítulo, delimitar a concepção de comunicação não violenta, segundo a concepção de Marshall Rosenberg.

O quarto capítulo destacará o problema das omissões e das fragmentações de ideias na

---

<sup>6</sup> Texto elaborado e inspirado na apresentação proferida no webinar DIREITOS HUMANOS, NÃO VIOLÊNCIA E PAZ organizado pela diretoria de direitos humanos da Associação Nacional dos Procuradores do Estado e do Distrito Federal - ANAPE com o apoio da Escola Nacional da Advocacia Pública - ESNAP. Publicado

originalmente como capítulo do livro Estudos Jurídicos em Homenagem ao Professor Dr. Francisco Pedro Jucá coordenado por Kiyoshi Harada, Aloysio ICorrêa da Veiga, Alexandre Agra Belmonte, Marcelo Harada e Alberto Higa, em 2024, pela Editora Lex em Porto Alegre.

comunicação, interferindo na real compreensão do discurso.

O quinto capítulo discorrerá acerca das ponderações sobre as possíveis atenuações decorrentes da cultura de paz e do estímulo à espiritualidade para, no sexto capítulo, narrar sobre o papel da psicologia positiva e, no sétimo, retratar a educação e a dimensão múltipla do ser humano.

Todos os capítulos são direcionados a demonstrar a importância da comunicação não violenta e dos instrumentos correlacionados como uma maneira adequada de maior aperfeiçoamento da humanidade.

## 1 Dia Mundial da não violência e cultura de paz

O dia mundial da não violência e cultura de paz surgiu para lembrar a data da morte de Mahatma Gandhi, que foi assassinado em 30 de janeiro de 1948, conhecido por sua postura e ideal de protestos pacíficos e não violentos. Era advogado de profissão, tendo concluído a sua formação em Londres, em 1891, sendo o mais relevante que era um humanista de coração.

A história de Gandhi é tão importante que no dia do seu nascimento se comemora o dia internacional da Não Violência, em 02 de outubro de cada ano, dada a magnitude dos feitos desse cidadão do mundo que buscava, de maneira exemplar, com uma postura pacífica, embasar as suas solicitações em prol do seu povo hindu sem agressividade e violência.

A Sociedade Brasileira de Psicologia destaca, em seu sítio eletrônico, que “cultura de paz não pressupõe a ausência de conflitos, e sim, a prevenção e a resolução não violenta deles” e acrescenta “ela é baseada em valores como a tolerância e a solidariedade e tem o diálogo, a negociação e a mediação como pilares para resolver problemas”<sup>7</sup>.

Aliás, não é por outro motivo que a Organização das Nações Unidas estabeleceu, dentre os dezessete objetivos de desenvolvimento sustentável, a ODS 16 como Paz, Justiça e Instituições Eficazes na AGENDA 2030, visto que o uso da comunicação não violenta, ao solucionar os conflitos sociais, deve pacificar a sociedade e jamais intensificar o conflito já deflagrado, nem inserir outros elementos conflituosos na relação social já combalida. Daí a importância da eficácia das instituições responsáveis por mediar e pacificar os conflitos sociais<sup>8</sup> em suas atividades com maior

<sup>7</sup> Dia Mundial da Não Violência e da Cultura de Paz. Disponível em <<https://www.sbponline.org.br/2023/01/dia-mundial-da-nao-violencia-e-da-cultura-de-paz>>. Acesso em 26.01.2024>.

<sup>88</sup> “A violência constitui-se no contexto da sociedade do séc. XXI um dos maiores desafios a ser enfrentado, sobretudo em tempos de intensa liberdade de expressão. Liberdade essa que, em determinadas situações, manifesta-se de uma forma violenta e

violadora do direito da livre expressão, oportunizando a própria reprodução da violência. Comunicar-se de maneira eficaz é algo desafiador em meio a uma sociedade culturalmente tendenciosa a naturalizar a violência. Diante do exposto, é preciso encontrar dinâmicas e métodos para prevenção e solução pacífica dos conflitos, algo saudável nas relações humanas. A solução pode ser auto-compositiva, de forma autêntica, pelas vias do diálogo, pela

efetividade e rapidez na resolução das controvérsias decorrentes das relações sociais.

Esses são parâmetros essenciais e preliminares para a nossa análise sobre comunicação não violenta (CNV). Diante desse contexto, conveniente discorrer sobre a espiritualidade e a prática para melhor compreensão da comunicação não violenta.

## 2 Noções gerais de espiritualidade, prática e comunicação não violenta

O termo "espiritualidade" é um dos mais complexos da humanidade para definição e delimitação de seu conteúdo dado os elementos<sup>9</sup> que podem interagir com o ser humano para

cunhar seu espírito. Na realidade, é um elemento difícil de mensurar e depende de cada um de nós para construí-lo e aperfeiçoá-lo, entrelaçando aspectos morais e religiosos<sup>10</sup>.

Ao buscarmos auxílio no dicionário, encontramos para a espiritualidade o seguinte conceito "s.f. Qualidade do que é espiritual"<sup>11</sup>. Já espiritual aparece como "*adj.2g.* Relativo ao espírito; incorpóreo; místico; devoto"<sup>12</sup>. Em complemento, o designativo espiritualizado surge como "*adj.* Convertido em espírito; religioso"<sup>13</sup>, enquanto espirituoso é consagrado como "*adj.* Engraçado; irônico"<sup>14</sup>.

É relevante destacar que, nessas poucas linhas, já é possível desenvolver diferentes ideias e concepções de espiritualidade<sup>15</sup> em

comunicação saudável, respeitosa, comprometida com o outro, o que pode levar ao restabelecimento dos vínculos e a continuidade das relações sejam elas pessoais e/ou profissionais". DE OLIVEIRA, Simone Barros; VIEIRA, Monique Soares; COFFI, Maria Fernanda Avila. EDUCAÇÃO PARA A PAZ E DIREITOS HUMANOS: A CONTRIBUIÇÃO DA COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA. **VERUM: Revista de Iniciação Científica**, v. 1, n. 1, p. 1-13, 2021. Disponível em <<https://revistas.cceinter.com.br/revistadeiniciacaocientifica/artic le/view/88>> Acesso em 27.01.2024.

<sup>9</sup> "Com isso, questionamos a tradicional divisão radical que a filosofia ocidental estabelece entre matéria e espírito. Como já temos possibilidade, por exemplo, de medir fluxos de pensamentos eletromagneticamente, torna-se cada vez mais difícil manter essa dicotomia tradicional. Podemos afirmar, portanto, que todas as cinco dimensões mencionadas, em certo sentido, são matéria, compreendendo matéria não necessariamente como matéria física. Temos de distinguir, nesse caso, entre matérias mais densas e mais sutis. Isso significa também que as matérias das realidades mais sutis não têm as mesmas características e não são submetidas, necessariamente, às mesmas "leis" da matéria física". RÖHR, Ferdinand. Espiritualidade e formação humana. **Poiésis-Revista do Programa de Pós-Graduação em Educação**, v., 4, p. 53-68, 2011. Disponível em <<https://portaldeperiodicos.animaeducacao.com.br/index.php/poies is/article/view/748>> Acesso em 27.01.2024.

<sup>10</sup> "Embora a espiritualidade seja característica de todo ser humano, ela pode ser cultivada ou não. Uma das maneiras, mas, nem de longe a única maneira através da qual a espiritualidade pode ser cultivada, é através da religião. Nesse sentido, podemos dizer que a religião é posterior à espiritualidade e uma manifestação dela. Embora seja difícil a delimitação precisa do que seja religião, há alguns pontos que são bastante presentes: a religião é um sistema de orientação e

um objeto de devoção; os símbolos religiosos evocam sentimentos de reverência e de admiração, além de estarem, em geral, associados a um ritual; na religião, encontramos também sentimentos, atos e experiências humanas em relação ao que se considera sagrado. No grande espectro de definições que podem ser levantadas para se entender o que é religião, encontrar-se-ão alguns elementos comuns, como a presença de mitos (especialmente mitos de origem e de fim), de ritos, de símbolos, da cultura e da congregação social de pessoas, além da associação que a religião pode ter com a espiritualidade, sem esquecer das normas morais sobre como lidar com a vida, com o mundo e com as pessoas". PINTO, Ênio Brito. Espiritualidade e Religiosidade: Articulações. **REVER: Revista de Estudos da Religião**, v. 9, 2009. Disponível em <<http://www.crpsp.org.br/diverpsi/arquivos/espiritualidade-e-religiosidade-articulacoes.pdf>> Acesso em 27.01.2024.

<sup>11</sup> BUENO, Silveira. Minidicionário da língua portuguesa. Trad. Francisco da Silveira Bueno. 3 ed. São Paulo: FTD, 2016. p. 340.

<sup>12</sup> BUENO, Silveira. Minidicionário da língua portuguesa. Trad. Francisco da Silveira Bueno. 3 ed. São Paulo: FTD, 2016. p. 340.

<sup>13</sup> BUENO, Silveira. Minidicionário da língua portuguesa. Trad. Francisco da Silveira Bueno. 3 ed. São Paulo: FTD, 2016. p. 340.

<sup>14</sup> BUENO, Silveira. Minidicionário da língua portuguesa. Trad. Francisco da Silveira Bueno. 3 ed. São Paulo: FTD, 2016. p. 340.

<sup>15</sup> "Com certa frequência assistimos, hoje em dia, pessoas se declarando espiritualistas. Quando perguntamos o que isso, de fato, significa para elas, as respostas costumam ser as mais diversas. As mais comuns: a rejeição ao materialismo, seja ele político, econômico, filosófico ou ateísmo em geral; a crença numa força superior ao homem que confere sentido à vida; e, no mínimo, um distanciamento em relação às religiões formais e tradicionais. No

perspectivas e associações, o que confirma a multiplicidade de significados que podem decorrer desse mencionado termo. Com maior intensidade, por conseguinte, é perceptível o uso desse designativo no âmbito da psicologia<sup>16</sup>, sociologia, antropologia, teologia, etc.

O substantivo feminino "prática" agregado à "espiritualidade" pretende dar uma noção de atuação ou exercício da espiritualidade no cotidiano nas relações sociais e humanas. O dicionário define prática como "s.f. Ato ou efeito de praticar; uso; experiência; exercício; saber, resultante da experiência; rotina; aplicação da teoria"<sup>17</sup>. Essa ponderação é importante para a conclusão de que a teoria e a prática, não só sobre a espiritualidade, como em relação a qualquer instituto, podem ser distintas, em virtude dos elementos que interferem nas relações sociais.

A comunicação aparece no dicionário como "s.f. Informação; aviso; transmissão e recepção de informações; a disciplina que trata esse estudo"<sup>18</sup>. Em nossa concepção, comunicação, para fins desse ensaio, deve ser concebida como

um ato bilateral e jamais unilateral, pois se assim o fosse seria uma mera notificação ou imposição de ideias, o que já seria violento por si só. Comunicação pressupõe, portanto, a emissão de uma declaração ou discurso por um indivíduo e a recepção e compreensão desse mesmo discurso por outro.

A violência apresenta muitas facetas e formas de efetivação, circunstância perceptível pela palavra "violento", em que Silveira Bueno destaca como "*adj.* Que procede com ímpeto; que se exerce com força; em que há emprego de força bruta; agressivo; impetuoso; agitado"<sup>19</sup>.

Todos esses signos linguísticos por mais que constem em enciclopédias e dicionários são mutáveis, salvo contrário não existiriam atualizações do vernáculo com inserção de novos termos e significados para as palavras no próprio dicionário, o que notoriamente ocorre de tempos em tempos.

As diferenças culturais podem também gerar percepções diferentes, com impactos multifacetários na recepção da transmissão de

---

demais, os conceitos variam das mais rasteiras declarações de autoajuda até os mais sinceros esforços de harmonizar-se consigo, com a humanidade e com o cosmo. Podem apresentar os coloridos do esoterismo mais folclórico, podem provir dos sectarismos de rituais e poderes inventados e vazios, de consumo de alucinógenos sob a manta de prática religiosa, do sincretismo aleatório de religiões num suposto espírito ecumênico, de um esforço holístico de juntar ciência, filosofia e tradições religiosas, especialmente as orientais, e, finalmente, da sincera busca de encontrar nas religiões a sua verdadeira essência". RÖHR, Ferdinand. **Espiritualidade e formação humana. Poiésis-Revista do Programa de Pós-Graduação em Educação**, v. 4, p. 53-68, 2011. Disponível em <<https://portaldeperiodicos.animaeducacao.com.br/index.php/poiesis/article/view/748>> Acesso em 27.01.2024.

<sup>16</sup> "Há, na Psicologia, alguns termos que são razoavelmente inequívocos, quer dizer, há alguns termos que todo psicólogo, independentemente de sua abordagem, é capaz de definir com uma

boa dose de precisão. Insight, condicionamento, transferência e contratransferência, complexo de Édipo, persona e sombra, objeto transicional, intencionalidade, autoatualização, hierarquia de necessidades, dentre outros, figuram nesse rol. Há outros termos que não são assim tão consensuais: self, inconsciente, liberdade e espiritualidade são alguns que compõem essa segunda lista". PINTO, Ênio Brito. **Espiritualidade e Religiosidade: Articulações. REVER: Revista de Estudos da Religião**, v. 9, 2009. Disponível em <<http://www.crpsp.org.br/diverpsi/arquivos/espiritualidade-e-religiosidade-articulacoes.pdf>> Acesso em 27.01.2024

<sup>17</sup> BUENO, Silveira. **Minidicionário da língua portuguesa**. Trad. Francisco da Silveira Bueno. 3 ed. São Paulo: FTD, 2016. p. 648.

<sup>18</sup> BUENO, Silveira. **Minidicionário da língua portuguesa**. Trad. Francisco da Silveira Bueno. 3 ed. São Paulo: FTD, 2016. p. 197.

<sup>19</sup> BUENO, Silveira. **Minidicionário da língua portuguesa**. Trad. Francisco da Silveira Bueno. 3 ed. São Paulo: FTD, 2016. p. 841.

informação que é o objeto principal de uma comunicação. O que é violento para um indivíduo pode não ser para outro e vice-versa, a depender do meio cultural no qual está inserido.

Nesse ponto a contribuição do psicólogo Marshall Rosenberg ao defender uma comunicação não violenta como base das relações sociais é crucial para um convívio mais pacífico e empático na sociedade, como discorreremos nas linhas seguintes.

### 3 Comunicação Não Violenta

Marshall Rosenberg, em sua obra "Comunicação Não Violenta", conhecida como CNV<sup>20</sup>, traça as diretrizes que devem permear essa espécie de comunicação que valoriza o respeito, a solidariedade e a empatia que obrigatoriamente necessita ser inserida nas relações interpessoais<sup>21</sup>.

O pesquisador ressalta a existência de quatro elementos que devem ser observados por ambas as partes que interagem em uma comunicação que são: observação, sentimentos, necessidades

e petição. Nessa concepção, quem se expressa deve retratar de maneira honesta sua comunicação e quem recebe a declaração deve recepcioná-la de maneira empática, segundo a aplicação em concreto dos quatro elementos suprarreferenciados<sup>22</sup>.

Comunicação, em nossa visão, pressupõe, como já salientamos, bilateralidade, pois a emissão e a recepção da informação devem ocorrer em fluxo contínuo e, na maioria das vezes, enseja réplica ou tréplica por parte dos interlocutores e assim por diante. Não se trata de ato isolado e unilateral que se encerra na singela emissão, por exemplo, de uma declaração ou indagação, visto exigir uma resposta ou uma concordância, ainda que por meio de um sinal gestual. Não se desconhece que os dicionários podem estipular como significado de comunicação um mero informe unilateral, no sentido de reproduzir uma determinada informação sem possibilidade de questionamento, mas não é esse o contexto do termo comunicação que reputamos adequado para definir esse instituto nas relações sociais.

<sup>20</sup> "A Comunicação Não Violenta (CNV) é uma abordagem que tem sua gênese no final da década de 1960, sistematizada pelo psicólogo Marshall Rosenberg, o qual experienciou a forte segregação racial que pairava na época. Diante dessas situações de violência, Marshall percebeu que algumas pessoas conseguiam se manter pacientes diante de situações conflituosas e outras passavam a ser dominadas pela violência. Nesse cenário, Rosenberg identifica que a violência é fruto da cultura e que o natural é ser não violento e que a violência se manifesta por um sistema de linguagem. Com base na sua experiência de segregação racial, buscou a aprimoração desse método, que tem por objetivo priorizar a conexão em todas as relações interpessoais". DE OLIVEIRA, Simone Barros; VIEIRA, Monique Soares; COFFI, Maria Fernanda Avila. EDUCAÇÃO PARA A PAZ E DIREITOS HUMANOS: A CONTRIBUIÇÃO DA COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA. **VERUM: Revista de Iniciação Científica**, v. 1, n. 1, p. 1-

13, 2021. Disponível em <<https://revistas.cceinter.com.br/revistadeiniciacaocientifica/artic le/view/88>> Acesso em 27.01.2024.

<sup>21</sup> "Un enfoque específico de la comunicación, hablar y escuchar, que nos lleva a dar desde el corazón, a conectarnos con nosotros mismos y con otras personas de una manera que permite que aflore nuestra compasión natural. Doy a este enfoque el nombre de "Comunicación no violenta", uso la expresión "no violenta" en el mismo sentido en que la utilizaba **Gandhi** al referirse a la compasión que el ser humano expresa de un modo natural cuando su corazón renuncia a la violencia. Pese a que quizá no consideremos "violenta" nuestra actitud al hablar, a menudo nuestras palabras ofrenden o hieren no sólo a los demás, sino también a nosotros mismos"<sup>21</sup>.

<sup>22</sup> ROSENBERG, Marshall B.; SEID, Magiarí Díaz Díaz Alan Rafael. **Comunicación no violenta**. PuddleDancer Press, 2019. p. 05-06.

Ademais, mesmo nesses casos em que a comunicação se restringe a um mero informe ou aviso é possível que os destinatários concordem ou discordem da informação, o que poderá ensejar reações diversas no seio da sociedade ou, ao menos, em relação aos destinatários da informação. Assim, é perceptível que a comunicação não se encerra em si mesmo, pois pressupõe uma interlocução ou ainda uma reação nas relações que permeiam a sociedade.

Diante dessa percepção, a informação retratada na comunicação deve ser a mais precisa possível, viabilizando uma compreensão do contexto em que foi emitida, por isso, relevante a preocupação de quem recebe a informação com os elementos apresentados por Marshall Rosenberg e não apenas por parte do emissor.

Ao emissor da informação, pedido ou declaração cabe observar a situação como um todo, tais como, os sentimentos envolvidos, as necessidades de ambas as partes (emissor e receptor) e a forma de realizar a sua solicitação, pedido ou petição para alcançar a resolução das necessidades identificadas, preservando os sentimentos e dentro da perspectiva do contexto em uma concepção bilateral.

No caso do receptor da informação, pedido ou declaração esses mesmos elementos devem ser apreciados. Cabe a ele compreender a situação sob a perspectiva do emissor, além da

própria, seus sentimentos e do emissor, associados às necessidades de ambos para compreender a informação, pedido ou declaração e se pronunciar, na sequência, com base nesses mesmos elementos ao emitir a sua declaração.

Marshall Rosenberg expressa que "me doy cuenta de que mi condicionamiento cultural me lleva a centrar la atención en el lugar en donde es improbable que encuentre lo que busco"<sup>23</sup>, motivo pelo qual a empatia é o instrumento mais salutar, em nossa opinião, para viabilizar uma compreensão mais assertiva da realidade social que nos circunda.

Nesse momento é extremamente importante ter a percepção de que as relações sociais pressupõem um grande fluxo de declarações, informações e pedidos que integram a comunicação num ciclo que poderá ser vicioso ou virtuoso a depender da espiritualidade dos interlocutores envolvidos.

#### 4 O problema das omissões e das fragmentações de ideias na comunicação

O problema da omissão de palavras, induzindo uma falsa compreensão da realidade na reprodução de um discurso é tão prejudicial para a recepção adequada de uma informação

---

<sup>23</sup> ROSENBERG, Marshall B.; SEID, Magiarí Díaz Díaz Alan Rafael. **Comunicación no violenta**. PuddleDancer Press, 2019. p. 05.

quanto a fragmentação do raciocínio, com a retirada da ideia principal de um contexto específico.

Uma situação concreta pode ilustrar melhor as dificuldades ora explanadas, possibilitando aos leitores vislumbrarem as agruras de uma narrativa mal interpretada. À Gandhi, por exemplo, foram atribuídas muitas frases, como: "não quero que minha casa seja cercada por muros de todos os lados e que as minhas janelas estejam tapadas. Quero que as culturas de todos os povos andem pela minha casa com o máximo de liberdade possível."<sup>24</sup> Se olharmos mais de perto outras citações e traduções existentes sobre esse mesmo pensamento atribuído ao pacifista, podemos compreender um contexto maior na pretensa e real visão de Gandhi:

"Não quero que a minha casa seja cercada de muros por todos os lados nem que as minhas janelas sejam tapadas. Quero que as Culturas de todas as terras sejam sopradas para dentro da minha casa, o mais livremente possível. Mas recuso-me a ser desapossado da minha, por qualquer outra"<sup>25</sup>.

No primeiro discurso haveria um enfoque na necessidade de respeito à diversidade, que se consolida na proposição de que todas as culturas devem caminhar livremente na sociedade. Na segunda construção, o enfoque e destaque se encontra justamente na essencialidade de se promover o respeito à cultura de todos, de maneira especial e com maior razão, daquele que se compromete a respeitar a liberdade cultural e diversidade dos demais.

Assim, o alerta para a relevância do contexto em que as comunicações são emitidas e recepcionadas é crucial para a resolução de qualquer conflito social, seja diretamente pelas partes envolvidas (mediação e autocomposição), seja por meio de terceiros, como é o papel dos juízes e árbitros.

## 5 Ponderações sobre as possíveis atenuações decorrentes da Cultura de Paz e estímulo à espiritualidade

Na era contemporânea observamos uma prevalência da cultura da violência<sup>26</sup> em

<sup>24</sup> Para Ler e Pensar. Disponível em <<https://www.paralerepensar.com.br/gandhi.htm>> Acesso em 26.01.2024.

<sup>25</sup> Pensador. Disponível em <<https://www.pensador.com/frase/NTYwNzM0/>>. Acesso em 27.01.2024.

<sup>26</sup> "Considerando que a violência é algo cultural da sociedade tradicional, é necessário no âmbito da educação, trabalhar no sentido de uma cidadania que reconheça as diferenças mencionadas, bem como a singularidade dos seres humanos. Essa forma de educação produz um novo olhar, que provoca crises nos contextos educacionais, principalmente em contextos em que se trabalha ainda voltado para uma educação bancária, com

transferência de conhecimento e não de aprendizado. É urgente uma educação que vá além da reprodução do conhecimento, uma vez que os ambientes educacionais se criam para alguns e não para todos de forma inclusiva. A inclusão social a que se refere significa desenvolver o processo que assegure que todos tenham acesso a todas as oportunidades oferecidas pela educação". DE OLIVEIRA, Simone Barros; VIEIRA, Monique Soares; COFFI, Maria Fernanda Avila. EDUCAÇÃO PARA A PAZ E DIREITOS HUMANOS: A CONTRIBUIÇÃO DA COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA. **VERUM: Revista de Iniciação Científica**, v. 1, n. 1, p. 1-13, 2021. Disponível em <<https://revistas.cceinter.com.br/revistadeiniciacaocientifica/artic le/view/88>> Acesso em 27.01.2024.

detrimento da cultura de paz, motivo mais do que suficiente para um estudo aprofundado das possibilidades e estímulos ao incremento e fortalecimento da cultura de paz que não se restringe a mera educação tradicional.

Apesar da crítica ao termo "cultura da violência", é notório que a violência permeia a cultura de nossa era hodierna. Um exemplo translúcido são os filmes, as séries, os videogames e os demais programas de entretenimento que focam quase que em sua integralidade em cenas de violência. Os maiores sucessos de bilheteria no cinema são filmes de ação, aventura, ficção científica e drama, cujo o foco e destaques circundam diversas formas de violência, sendo em menor intensidade os filmes mais brandos com enfoque em elementos como a paz. Apesar dos prêmios que os filmes politicamente corretos e direcionados a uma cultura de paz possam angariar, é evidente o sucesso dos demais filmes em um comparativo da mera quantidade de produções que foram lançadas e suas respectivas bilheterias nas últimas décadas. Essa é apenas uma elucubração que mereceria um estudo mais aprofundado para verificar se é realmente essa percepção que efetivamente vem ocorrendo nos

últimos anos e quais os eventuais motivos subjacentes.

A educação, baseada no respeito à diversidade cultural, estimulando a empatia entre os povos e cidadãos, é, por certo, um caminho, mas não será jamais o único, visto que a educação possui certos limites dentre os quais o próprio ser humano em sua voluntariedade.

A espiritualidade é um dos principais caminhos para superar uma resistência à cultura de paz, refreando o ímpeto da violência imiscuída em nossa cultura contemporânea.

Acreditamos que a solução seja possível por meio de uma reestruturação neuropsicológica em que os interlocutores em uma comunicação deixem de agir e reagir com base em uma resposta automática e involuntária a determinados estímulos para reorganizar de maneira consciente a forma de recepcionar a informação, a declaração, o pedido e a maneira de externar essa comunicação como emissor ou receptor lastreada em uma empatia<sup>27</sup> inerente ao convívio social.

A empatia é um bom remédio para sanar os malefícios da falsa percepção de senso comum, em que, na maioria das vezes, as pessoas desejam impor os seus pensamentos e concepções como se esse fosse comum a todos

---

<sup>27</sup> *La CNV nos ayuda a conectarnos con los otros y con nosotros mismos, permitiendo que aflore nuestra compasión natural. Nos orienta de tal manera que nos permite reestructurar nuestra forma de expresarnos y de escuchar a los demás, haciéndonos conscientes de lo que observamos, sentimos y necesitamos, y de lo que les pedimos a los demás para hacer más rica nuestra vida y la suya. La CNV promueve el desarrollo de la escucha atenta, el respeto y la empatía, y propicia el deseo mutuo de dar desde el*

*corazón. Hay quien se sirve de la CNV para llegar a una mayor autocompasión y comprensión de sí mismo; hay quien aspira a llegar con ella a una relación más profunda con sus semejantes, y hay quien quiere construir a través de ella relaciones más efectivas en su lugar de trabajo o en el campo político. En el ámbito mundial, la CNV sirve para resolver disputas y conflictos a todos los niveles"*(ROSENBERG, Marshall B.; SEID, Magiarí Díaz Díaz Alan Rafael. **Comunicación no violenta**. PuddleDancer Press, 2019. p. 06).

e quando há uma pequena divergência de pensamento se instala imediatamente um conflito.

A explanação de Marshall Rosemberg ilustra essa ponderação, ao expressar que:

*“La CNV nos orienta para reestructurar nuestra forma de expresarnos y de escuchar a los demás. En lugar de obedecer a reacciones habituales y automáticas, nuestras palabras se convierten en respuestas conscientes con una base firme en un registro de lo que percibimos, sentimos y deseamos. Nos ayuda a expresarnos con sinceridad y claridad, al mismo tiempo que prestamos una atención respetuosa y empática a los demás. En cualquier interacción, pasamos a tener en cuenta tanto nuestras necesidades más*

*profundas como las ajenas”<sup>28</sup>.  
(grifos no original)*

A cultura de paz, objeto de nossas ponderações, só poderá se consolidar se for algo intuitivo e automático, na medida em que toda a população reconheça na empatia o caminho para a solução dos conflitos sociais e a prevenção como um objetivo, no intuito de impedir que novos conflitos e rupturas venham a ocorrer ou se intensificar sem controle em detrimento da pacificação social.

A educação e o exemplo de conduta, este compreendido como a prática efetiva de atos de índole empática nas relações sociais, devem ser almeçados por uma sociedade mais pacífica.

Nesse contexto, a espiritualidade é o elemento principal a ser trabalhado, apesar da dificuldade intensa de delimitar a sua definição um tanto quanto abstrata<sup>29</sup>.

Na atualidade, inúmeros estudos vem sendo produzidos sobre a interferência da espiritualidade em questões das mais diversas,

<sup>28</sup> ROSENBERG, Marshall B.; SEID, Magiarí Díaz Díaz Alan Rafael. **Comunicación no violenta**. Puddle Dancer Press, 2019. p. 04-06.

<sup>29</sup> “O homem tem um espírito? Mais importante que essa questão, que deve ser debatida em outro âmbito, é a afirmativa inquestionável de que o homem possui uma “espiritualidade”. Esse termo pode ser definido como um sistema de crenças que enfoca elementos intangíveis, que transmite vitalidade e significado a eventos da vida<sup>33</sup>. Esta dimensão de parâmetro de bem-estar não é do corpo ou da mente. Ela transcende o mundo cotidiano e está baseada em questionamentos pessoais de perguntas existenciais de significados e propósitos. Espiritualidade é a propensão humana para encontrar um significado para a vida através de conceitos que transcendem o tangível, um sentido de conexão com algo maior que si próprio, que pode ou não incluir uma participação religiosa formal. Espiritualidade é aquilo que dá sentido à vida, e é um conceito mais amplo que religião, pois

esta é uma expressão da espiritualidade. Espiritualidade é um sentimento pessoal, que estimula um interesse pelos outros e por si, um sentido de significado da vida capaz de fazer suportar sentimentos debilitantes de culpa, raiva e ansiedade. Religiosidade e espiritualidade estão relacionadas, mas não são sinônimos. Religiosidade envolve um sistema de culto e doutrina que é compartilhado por um grupo, e, portanto, tem características comportamentais, sociais, doutrinárias e valorais específicas. Espiritualidade esta relacionada com o transcendente, com questões definitivas sobre o significado e propósito da vida, e com a concepção de que há mais na vida do que aquilo que pode ser visto ou plenamente entendido” ( SAAD, Marcelo; MASIERO, Danilo; BATTISTELLA, Linamara Rizzo. Espiritualidade baseada em evidências. **Acta Fisiátrica**, v. 8, n. 3, p. 107-112, 2001. Disponível em < <https://www.revistas.usp.br/actafisiatrica/article/view/102355> > Acesso em 27.01.2024).

dentre as quais na saúde biofísica dos indivíduos e não apenas na psicológica.

O relato médico de SAAD, MASIERO e BATTISTELLA ressalta que:

*“Mais de 850 estudos examinaram a relação entre envolvimento espiritualista e vários aspectos da saúde mental, sendo que a maioria encontrou que pessoas vivenciam melhor saúde mental e se adaptam com mais sucesso ao estresse se são religiosas. Adicionais 350 estudos têm examinado envolvimento religioso e saúde; a maioria destes encontrou que pessoas*

*religiosas são fisicamente mais saudáveis, têm estilos de vida mais salutares e requerem menos assistência de saúde”<sup>30</sup>.*

Ao mesmo tempo que se observa um incremento das pesquisas da área da espiritualidade sobretudo no meio médico, o bem-estar dos pacientes exige uma preocupação médica efetiva com a espiritualidade de cada um em prol de uma recuperação mais rápida dos acometidos por alguma doença como reforço ao seu tratamento tradicional<sup>31</sup>.

Um ponto deve ser esclarecido, a espiritualidade não se confunde com a religiosidade<sup>32</sup>. A religiosidade pode até estimular a espiritualidade, mas pressupõe a presença de algo divino ou sobrenatural enquanto a

<sup>30</sup> SAAD, Marcelo; MASIERO, Danilo; BATTISTELLA, Linamara Rizzo. Espiritualidade baseada em evidências. *Acta Fisiátrica*, v. 8, n. 3, p. 107-112, 2001. Disponível em < <https://www.revistas.usp.br/actafisiatrica/article/view/102355>> Acesso em 27.01.2024.

<sup>31</sup> “Posto que os pacientes freqüentemente associam suas crenças religiosas ao contexto de suas doenças incapacitantes, os médicos que não possuem esses sistemas de crenças devem considerar como respeitá-las, apoiando as crenças do paciente que possam ajudá-lo a lidar com a doença. O médico que estiver comprometido com aquilo que é melhor para seu paciente deve considerar como apoiar a espiritualidade do paciente, se e quando o paciente considerar isso relevante<sup>42</sup>. Dada a relevância do assunto, muitas escolas médicas dos Estados Unidos estão conduzindo cursos em espiritualidade para melhorar a qualidade da relação médico-paciente<sup>4,43</sup>. Um estudo norte-americano com pacientes internado sindicou que 77% dos pacientes gostariam que os médicos considerassem suas necessidades especiais; 37% gostariam que o médico discutisse essas necessidades mais freqüentemente, e 48% gostariam que o médico orasse com eles, se isso fosse possível<sup>22</sup>. Um estudo com 177 pacientes ambulatoriais com doenças pulmonares mostrou que dois terços dos pacientes simpatizaram com a idéia de serem perguntados sobre sua espiritualidade no caso de se tornarem gravemente doentes” (SAAD, Marcelo; MASIERO, Danilo; BATTISTELLA, Linamara Rizzo. Espiritualidade baseada em evidências. *Acta Fisiátrica*, v. 8, n. 3, p. 107-112, 2001. Disponível em <

<https://www.revistas.usp.br/actafisiatrica/article/view/102355>> Acesso em 27.01.2024).

<sup>32</sup> “Originária da religião, a religiosidade pode ser entendida como uma experiência pessoal e única da religião, ou seja, “a face subjetiva da religião”, como afirma Valle (1998:260). A religiosidade pode ser uma maneira da espiritualidade se manifestar, mas não é a única maneira, ou seja, do mesmo modo que há pessoas de intensa religiosidade e pouca espiritualidade, há pessoas de nenhuma religiosidade, como um ateu ou um agnóstico, por exemplo, que podem manifestar uma intensa espiritualidade. Em outros termos: a religiosidade implica uma referência ao transcendente, ao passo que a espiritualidade implica uma referência ao sentido. Elas podem se encontrar, mas não são a mesma coisa: como já afirmei, existe a possibilidade de que alguém viva uma espiritualidade arreligiosa, isto é, uma espiritualidade que não se liga a nenhuma crença religiosa (GIOVANETTI 2004: 11). Quando se dá o encontro entre a espiritualidade e a religiosidade, o ser humano se vê diante de indagação sobre o sentido último da existência. A espiritualidade, por si só, busca o sentido para a existência na existência, não necessariamente o sentido último, preocupação maior da religiosidade. Se a espiritualidade me faz buscar o sentido para a minha vida, no encontro com a religiosidade esta busca abarca também o além da vida, o último”. PINTO, Ênio Brito. Espiritualidade e Religiosidade: Articulações. **REVER: Revista de Estudos da Religião**, v. 9, 2009. Disponível em < <chrome-extension://efaidnbnmnnibpcajpcgclcfindmkaj/http://www.crpssp.org.br/diverpsi/arquivos/espiritualidade-e-religiosidade-articulacoes.pdf>> Acesso em 27.01.2024.

espiritualidade é uma forma de viver ou, melhor explicando, o encontro de uma razão para viver pela qual a vida de cada um ganha sentido em continuar o caminho e se manter vivendo justamente porque o bem-estar e a felicidade se atrelam impulsionando a vida<sup>33</sup>.

Nessa compreensão de espiritualidade, outro ponto que merece esclarecimento consiste em sua concepção positiva. Dificilmente se atribuirá a qualidade de espiritualizado a uma pessoa negativa ou com comportamentos agressivos. Isso não significa que as pessoas são infalíveis ou objetivamente espiritualizadas durante todo o

período de sua existência ou mesmo durante as vinte quatro horas de um dia, uma vez que o humor e o comportamento dependem de estímulos variados, contudo, é possível inferir em seu conjunto de atos e ações a preponderância da espiritualidade nas relações sociais e familiares.

Assim, é perfeitamente possível existirem na sociedade agnósticos e ateus com intensa espiritualidade<sup>34</sup>e, da mesma forma, podemos dizer que a religiosidade sob seu aspecto positivo<sup>35</sup> estimula a espiritualidade.

<sup>33</sup> "Atualmente, observa-se na literatura psicológica ênfase crescente do tema espiritualidade (Crossley e Salter, 2005). Um estudo recente mostrou que os principais domínios discutidos em psicoterapia de indivíduos americanos incluíram o trabalho, a família, os amigos e a sexualidade. A religião e a espiritualidade foram consideradas temas de igual importância e os clientes observaram os terapeutas abertos para discussão desses domínios (Miovic *et al.*, 2006). Contudo, nem todas as abordagens encontraram um ajuste do tema em suas intervenções terapêuticas. O método qualitativo com entrevistas semi-estruturadas foi utilizado para investigar como psicólogos clínicos compreendem e abordam a espiritualidade durante a psicoterapia. Os psicólogos estudados consideraram a espiritualidade um tema potencialmente provedor do encontro de equilíbrio e harmonia dos clientes. Contudo, a diversidade de conceitos acerca da espiritualidade foi observada como um aspecto crucial da dificuldade para abordar o tema na psicoterapia. O estudo pontuou a importância de tornar os conceitos religião e espiritualidade mais coerentes e acessíveis, facilitando o diálogo profissional no contexto terapêutico (Miovic *et al.*, 2006; Crossley e Salter, 2005). Portanto, adotamos aqui as definições de Koenig (2001), que conceitua religião como um sistema organizado de crenças, práticas, rituais e símbolos projetados para auxiliar a proximidade do indivíduo com o sagrado e/ou transcendente, e espiritualidade como uma busca pessoal de respostas sobre o significado da vida e o relacionamento com o sagrado e/ou transcendente"( PERES, Julio Fernando Prieto; SIMÃO, Manoel José Pereira; NASELLO, Antonia Gladys. Espiritualidade, religiosidade e psicoterapia. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, v. 34, p. 136-145, 2007. Disponível em < <https://www.scielo.br/j/rpc/a/YFghx4LyPBm6vVMH78Z4h8J/?lang=pt>> Acesso em 27.01.2024).

<sup>34</sup> "Como já disse, no meu modo de ver, espiritualidade tem relação com a estrutura da personalidade, ao passo que religiosidade tem relação com processo. Assim, não se deve identificar puramente religiosidade e espiritualidade porque pode haver experiências de profundo sentido espiritual que não têm qualquer conotação religiosa. Assim, se a espiritualidade é inerente ao ser humano, a religiosidade não o é, uma vez que se há pessoas "arreligiosas", não

é possível uma pessoa não-espiritual. Se a espiritualidade é parte integrante da personalidade, a religiosidade é parte acessória, embora importante para a maioria das pessoas, especialmente, mas não unicamente, por ser precioso meio de inserção comunitária e cultural. De todo modo, a espiritualidade não tem necessariamente relação com a religião. Para Giovanetti, o termo "religiosidade" "implica a relação do ser humano com um ser transcendente", ao passo que o termo "espiritualidade" "não implica nenhuma ligação com uma realidade superior" (2005:136). Para esse autor, a espiritualidade significa a possibilidade de uma pessoa mergulhar em si mesma". PINTO, Ênio Brito. Espiritualidade e Religiosidade: Articulações. **REVER: Revista de Estudos da Religião**, v. 9, 2009. Disponível em < <http://www.crpssp.org.br/diverpsi/arquivos/espiritualidade-e-religiosidade-articulacoes.pdf>> Acesso em 27.01.2024

<sup>35</sup> "Para que a espiritualidade seja tudo isso, ela precisa ter um vigoroso combustível. Assim, podemos entender que o que sustenta a espiritualidade é a fé. Mas não necessariamente a fé religiosa. Note que falo de fé, não de crença em dogmas religiosos, em ritos ou em celebrações - a crença pode ser a forma de substancialização da fé para algumas pessoas, mas ela não é a fé. Às vezes, até pelo contrário, a crença encobre a ausência de fé, na medida em que a crença pode dar parâmetros externos à pessoa, parâmetros esses que nunca alcançarão a qualidade dos parâmetros internos e intensos que a fé traz. Não falo da fé em determinado deus ou deuses, que este é o terreno da crença. Falo da fé na vida, da fé no significado da presença de cada pessoa em sua circunstancialidade histórica, física e cultural. Falo da fé na riqueza que a vida de cada pessoa representa para a totalidade. É esta fé que abre o coração para o amor, para o compartilhamento, para os encontros mais profundidade. A vivência da fé é um dos focos dos estudos da Psicologia da Religião" PINTO, Ênio Brito. Espiritualidade e Religiosidade: Articulações. **REVER: Revista de Estudos da Religião**, v. 9, 2009. Disponível em < <http://www.crpssp.org.br/diverpsi/arquivos/espiritualidade-e-religiosidade-articulacoes.pdf>> Acesso em 27.01.2024.

## 6 O papel da psicologia positiva

A psicologia positiva surge como uma nova abordagem da psicologia enquanto foco na prevenção de doenças em prol da sanidade mental dos indivíduos, em contraposição à psicologia tradicional que focava em restabelecer o paciente acometido de uma condição prejudicial por meio de tratamento. Na atualidade, a psicologia positiva passa a atuar em três níveis de prevenção: primária, antes de uma doença se instalar; secundária, já instalada, mas antes da agravação da doença e terciária, após a sua instalação, ou seja, o tratamento propriamente dito<sup>36</sup>.

Essa nova vertente da psicologia teve um significativo aumento das pesquisas científicas com enfoque nos elementos positivos da

existência, dentre os quais, a espiritualidade, a felicidade e o bem-estar, apresentando um papel relevante para reforçar o equilíbrio emocional e biopsíquico dos indivíduos<sup>37</sup>.

No caso específico da espiritualidade, Rego, Souto e Cunha, ao apreciarem o seu impacto nas organizações, ponderam que:

*“O próprio “pai” da psicologia positiva, Martin Seligman, referiu-se à espiritualidade dos indivíduos como uma força e um traço positivo que têm sido geralmente desconsiderados na disciplina psicológica (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Também Giacalone, Karen e Jurkiewicz(2005) argumentaram que a psicologia positiva envolve*

<sup>36</sup> Para maiores esclarecimentos Cf. NUNES, Patrícia. Psicologia positiva. **Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Portugal**, 2007. Disponível em < chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0115.pdf> Acesso em 27.01.2024

<sup>37</sup> “Psicologia Positiva é a área da psicologia que estuda os fundamentos psicológicos do bem-estar e da felicidade, bem como os pontos fortes e virtudes humanas (Seligman, 2011). É composta por três pilares essenciais, que se referem aos três níveis de atuação da psicologia positiva: 1) o nível básico ou subjetivo, que diz respeito ao estudo dos elementos da felicidade, bem-estar e outros construtos relacionados; 2) o nível individual, que diz respeito a traços e características individuais positivas; e 3) o nível grupal, que se refere a virtudes cívicas e instituições com características e traços de funcionamento positivos, que induzem os indivíduos à felicidade (Giacomoni, 2002; Rodrigues,2010; Seligman, 2004; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Um dos marcos históricos da Psicologia, fundamental para a compreensão da trajetória da Psicologia Positiva, é a inserção da Psicologia no mercado de trabalho devido à Segunda Guerra Mundial. Neste momento, a área da Psicologia começa a focar seus esforços e a sua atenção no sofrimento psíquico em função das demandas criadas no período pós-guerra (Seligman, 2004; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). No início da década de 70, observa-se uma explosão de estudos científicos acerca de problemas psicológicos, bem como do efeito negativo de ambientes estressores (Giacomoni, 2002). Além disto, neste momento, a área

da saúde de um modo geral também estava sofrendo alguns processos de mudança: em 1947, a Organização Mundial da Saúde introduz o modelo biopsicossocial para compreensão do conceito de saúde, contrapondo-se ao modelo biomédico vigente da época e ampliando este conceito para englobar também aspectos relacionados à qualidade de vida (WHO, 1947).

Somente em 1998 que esse movimento de mudança do enfoque na ênfase do sofrimento ao foco na saúde começa a atingir a psicologia, com o nascimento da psicologia positiva e a presença de Martin Seligman na presidência da *American Psychological Association* (APA). Anteriormente a este momento, a Psicologia havia deixado de lado estudos e pesquisas acerca dos aspectos positivos do ser humano, considerando em suas práticas principalmente os aspectos relacionados ao sofrimento (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000; Paludo, & Kotler, 2007). A proposta da Psicologia Positiva era a de que a Psicologia deveria focar na construção das forças do sujeito para tratar e prevenir as desordens psicológicas (Seligman, 2002). Desde então, diversos estudos vêm sendo realizados nessa área em temáticas como felicidade, otimismo, resiliência, emoções positivas, experiências de *flow* e, em especial, o tema do bem-estar, que é o tema central da psicologia positiva (Seligman, 2011)”.PUREZA, Juliana da Rosa et al. Psicologia positiva no Brasil: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 8, n. 2, p. 109-117, 2012. Disponível em < http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1808-56872012000200006&script=sci\_arttext> Acesso em 27.01.2024

*diferentes comportamentos, incluindo os que denotam um foco emocional como o flow ou a inteligência emocional, um foco cognitivo como a esperança, um foco interpessoal como a gratidão, e um foco transcendente como a espiritualidade*<sup>38</sup>.

Um aspecto curioso nas organizações consiste exatamente no uso da psicologia positiva como reforço à integração dos indivíduos nas instituições, na medida em que se estimula a espiritualidade durante o exercício do trabalho<sup>39</sup>, possibilitando um maior bem-estar atrelado a um real significado na vida, potencializado pela sensação de uma existência com significado não só para si, mas também como integrante

consciente de um grupo inserido na organização, como um organismo do qual depende o funcionamento do corpo em sua totalidade orgânico-institucional<sup>40</sup>.

Com base nesses elementos é possível concluir que a psicologia positiva é um relevante instrumento para a construção e aperfeiçoamento da comunicação não violenta nas organizações.

## 7 A Educação e a dimensão múltipla do ser humano

A educação, por si só, já é um fenômeno complexo devido ao planejamento antecedente e a forma de implementação de técnicas pedagógicas. A situação se agrava na medida em que o ser humano apresenta dimensões

<sup>38</sup> REGO, Arménio; SOUTO, Solange; CUNHA, Miguel Pina. Espiritualidade nas organizações, positividade e desempenho. **Comportamento organizacional e gestão**, p. 7-36, 2007. Disponível em <<https://repositorio.ispa.pt/handle/10400.12/145>> Acesso em 27.01.2024

<sup>39</sup> "A espiritualidade nos locais trabalho pode ser definida como "o reconhecimento de que os empregados têm uma vida interior que alimenta, e é alimentada, pela realização de trabalho com significado num contexto de comunidade" (Ashmos & Duchon, 2000, p. 137). Giacalone e Jurkiewicz (2003) sugeriram uma definição algo diferente: "um quadro de valores organizacionais evidenciado na cultura, que promove a experiência de transcendência dos empregados através dos processos de trabalho, facilitando o seu sentido de conexão com os outros de um modo que lhes proporciona sentimentos de plenitude e alegria.". Ian Mitroff, num simpósio realizado em 1998 dirigido à Academy of Management, recorreu a uma definição ainda mais simples: "o desejo de encontrar o propósito último na vida, e viver de acordo com ele" (Canavagh, 1999, p. 189). Este quadro de indefinição (ou, se se desejar, de diversidade de definições) requer que dois aspectos essenciais sejam desde já esclarecidos". REGO, Arménio; SOUTO, Solange; CUNHA, Miguel Pina. Espiritualidade nas organizações, positividade e desempenho. **Comportamento organizacional e gestão**, p. 7-36, 2007. Disponível em <<https://repositorio.ispa.pt/handle/10400.12/145>> Acesso em 27.01.2024.

<sup>40</sup> "Tomando-se como quadro de referência a ideia de que a espiritualidade no trabalho se caracteriza, sobretudo, pelo sentido de conexão dos indivíduos à comunidade de trabalho e pela possibilidade que os mesmos têm de realizar trabalho com significado para as suas vidas, então podem presumir-se alguns laços entre a psicologia positiva e a espiritualidade nas organizações. Por exemplo: (a) é plausível que líderes detentores de virtudes, de carácter e de "forças positivas" fomentem climas de trabalho mais positivos e espiritualmente mais ricos, e que gerem a libertação das energias dos seus colaboradores (Cameron et al., 2004); (b) é plausível que climas de trabalho com significado permitam às pessoas satisfazer as suas necessidades espirituais, o que as impede a canalizarem as suas energias e capacidades para o trabalho, tornando-se este mais uma "vocação" do que um "mero emprego" (Cameron et al., 2003; Fry et al., 2005). Simplificando: pode suceder que as razões pelas quais a espiritualidade nas organizações promove o desempenho individual e organizacional resulte do facto de, nesses contextos, as pessoas libertarem as suas energias positivas, forças e capacidades e canalizarem-nas para o exercício das funções organizacionais". REGO, Arménio; SOUTO, Solange; CUNHA, Miguel Pina. Espiritualidade nas organizações, positividade e desempenho. **Comportamento organizacional e gestão**, p. 7-36, 2007. Disponível em <<https://repositorio.ispa.pt/handle/10400.12/145>> Acesso em 27.01.2024.

múltiplas que necessitam ser aperfeiçoadas por meio da educação.

Há estudos que indicam como cinco as dimensões básicas do ser humano, que seriam a física, a sensorial, a emocional, a mental e a espiritual<sup>41</sup>. Dentre essas dimensões, a espiritual é a que requer maior atenção na área da educação, uma vez que as demais podem ser, com maior facilidade, aprimoradas por meio de técnicas educativas. No caso da dimensão espiritual, a identificação do real sentido da vida em busca do reforço de um bem-estar e de uma felicidade que justifique a própria existência, por exemplo, é uma realização mais complexa porque exige uma vontade e ação mais direta do ser humano inerente a uma conscientização efetiva

que só cabe a ele. A educação pode auxiliar e estimular a conscientização, mas o significado da vida e sua importância enquanto ser humano só cabe aos indivíduos estabelecerem, definirem e se conduzirem de maneira espontânea por essa trajetória rumo ao aperfeiçoamento da espiritualidade. Por outro lado, para se alcançar uma plenitude espiritual todas as outras dimensões não podem ser desconsideradas, visto que obstáculos são gerados ou potencializados quando descuradas as demais dimensões para a obtenção da mencionada plenitude espiritual<sup>42</sup>.

Na realidade, a espiritualidade pressupõe um autoconhecimento atrelado a vontade de aperfeiçoar-se em prol do seu próprio sentido da vida de maneira autônoma<sup>43</sup>, sendo evidente que

<sup>41</sup> "Distinguímos, num primeiro passo, cinco dimensões que chamamos de básicas: a dimensão física, que inclui a corporalidade físico-biológica, da qual em parte nem temos percepção; a dimensão sensorial representando as nossas sensações físicas, calor-frio, dor-prazer físico, doce-amargo, etc., enfim a percepção que temos através dos nossos cinco sentidos: tato, visão, audição, olfato e paladar; a dimensão emocional, abrangendo a vida da nossa psique, os estados emocionais (medo, insegurança, euforia, apatia, tristeza, melancolia, impaciência, dispersão, solidão, saudade, indecisão, pessimismo, etc.) e suas respectivas movimentações e compensações; a dimensão mental que inclui, em primeiro lugar, o racional e lógico no sentido mais restrito, ou seja, aquela parte em que correspondemos naquilo que pensamos com todos os seres humanos, os pensamentos universais, formais (lógica, matemática), mas também a capacidade de reflexão - de questionar todas as coisas, inclusive a si mesmo -, a recordação e a memória, a imaginação e a fantasia, a compreensão e criação de ideias e, finalmente, a nossa intuição - quando sabemos sem poder justificar, em última instância, por que sabemos. 2 A mais difícil de identificar é a quinta, a dimensão espiritual. Não se confunde essa dimensão com a religiosa, que em parte pode incluir a espiritual, mas que contém algumas características como as da revelação, enquanto intervenção direta de Deus, e de um tipo de organização social que, dessa forma, resultam estranhas ou desnecessárias à dimensão espiritual. Podemos nos aproximar da dimensão espiritual identificando uma insuficiência das outras dimensões em relação ao homem nas suas possibilidades humanas. Posso viver nas demais dimensões sem ser comprometido com nenhum aspecto delas. Entro na dimensão espiritual no momento em que me identifico com algo, em que eu sinto que esse se torna apelo incondicional para mim". RÖHR, Ferdinand. Espiritualidade e formação humana. **Poiésis-Revista do Programa de Pós-Graduação**

**em Educação**, v. 4, p. 53-68, 2011. Disponível em < <https://portaldeperiodicos.animaeducacao.com.br/index.php/poiesis/article/view/748>> Acesso em 27.01.2024.

<sup>42</sup> "Nesse sentido, a falta de educação direcionada às dimensões física, sensorial, emocional e mental pode boicotar facilmente a espiritual. Torna-se, portanto, prioridade atender às necessidades físicas, gerar um bem-estar sensorial, ensinar a equilibrar os estados emocionais, e a desenvolver as capacidades mentais, incluindo a própria intuição, sem perder de vista o objetivo principal de abrir o espaço para a percepção da dimensão espiritual. É fatal queimar etapas. Kant alertou que para ter a capacidade de seguir, de fato, a lei moral que encontramos em nós, precisamos de disciplina e esta não se aprende depois da descoberta da lei, mas na infância (Cf. KANT, 1963). Isso vale para todas as áreas da espiritualidade". RÖHR, Ferdinand. Espiritualidade e formação humana. **Poiésis-Revista do Programa de Pós-Graduação em Educação**, v. 4, p. 53-68, 2011. Disponível em < <https://portaldeperiodicos.animaeducacao.com.br/index.php/poiesis/article/view/748>> Acesso em 27.01.2024.

<sup>43</sup> "Finalmente, é tarefa da reflexão curricular abranger todas as áreas em que o homem expressa a sua humanidade e trazê-las para as atividades educacionais, de tal forma que revelem seu lado material, sensorial, emocional e mental, apelando para que o educando, ele mesmo, se comprometa com ela na sua dimensão espiritual (Cf. RÖHR, 2006). Formação humana inclui, portanto, todos os esforços educacionais na preparação do educando para encontrar a sua espiritualidade, mas se realiza de fato quando o educando assume a sua busca de forma autônoma. Nesse sentido, compreendemos a formação humana, educação e autoeducação para a espiritualidade" RÖHR, Ferdinand. Espiritualidade e formação humana. **Poiésis-Revista do Programa de Pós-Graduação em Educação**, v. 4, p. 53-68, 2011. Disponível em <

todos nós somos modificados de alguma forma pelo tempo e pelas experiências que vivenciamos durante a nossa jornada na vida.

As organizações apresentam um papel significativo nos estímulos direcionados ao aperfeiçoamento dos seus integrantes quando buscam explorar de maneira mais adequada a capacidade de cada um em prol de um desenvolvimento pessoal e individual que direta e indiretamente beneficia a entidade com resultados evidentes na qualidade da atividade e na produtividade<sup>44</sup>.

Apesar da educação ser o instrumento mais precioso para o aperfeiçoamento do ser humano de uma maneira evidente, o tempo também é uma variável considerável e o que concretizamos durante o transcurso da vida, seja no âmbito

espiritual, seja no âmbito profissional, é de exclusiva responsabilidade de cada um de nós<sup>45</sup>.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após as elucubrações e ponderações apresentadas neste ensaio, observa-se a importância da comunicação não violenta como instrumento de consolidação da cultura de paz em qualquer ambiente em nível individual, familiar, organizacional e na sociedade em geral.

A comunicação não violenta exige uma conscientização no discurso, pressupondo, como Marshall Rosenberg recomenda, uma transmissão e recepção de informações de maneira empática e respeitosa com base na observação, sentimentos, necessidade para que o

<https://portaldeperiodicos.animaeducacao.com.br/index.php/poiesis/article/view/748>> Acesso em 27.01.2024.

<sup>44</sup> "Tal como aduziram Strack e seus colaboradores (2002, p. 6), "a espiritualidade é uma dimensão fundamental da existência humana, sendo tão real como qualquer outro conceito". Os seres humanos são seres racionais, mas também emocionais e espirituais. Procuram realizar trabalho que confira significado às suas vidas, levado a cabo num contexto de comunidade. Quando tal não é viável, dissociam-se afectiva e emocionalmente da organização e denotam menores níveis de esforço e de empenhamento. Ao contrário, tal como o presente estudo sugere, as organizações que respeitam e nutrem essas necessidades espirituais induzem os seus colaboradores a colocarem o seu potencial ao serviço da organização. Quando as organizações são espiritualmente ricas, os seus membros podem satisfazer as suas necessidades espirituais, experimentar um sentido de segurança psicológica e emocional, sentir-se tratados como seres intelectual e espiritualmente valorosos, e experimentar sentidos de propósito, de auto-determinação, de alegria e de pertença. Em resposta, podem desenvolver uma mais forte ligação afectiva à organização e reagir reciprocamente, denotando maiores lealdade, empenhamento, esforço e produtividade. Parafraseando Gavin e Mason (2004), "quando um local de trabalho é desenhado e gerido para proporcionar significado ao seus trabalhadores, estes tendem a ser mais saudáveis e felizes. Empregados saudáveis e felizes tendem a ser mais produtivos no longo prazo, gerando melhores bens e serviços mais satisfatórios para os seus clientes e as outras pessoas como as quais interagem e fazem negócios" (p. 381)". REGO, Arménio; SOUTO, Solange; CUNHA, Miguel Pina. Espiritualidade nas

organizações, positividade e desempenho. **Comportamento organizacional e gestão**, p. 7-36, 2007. Disponível em < <https://repositorio.ispa.pt/handle/10400.12/145>> Acesso em 27.01.2024.

<sup>45</sup> "Nesse trajeto evolutivo que caracteriza o desenvolvimento humano, também a espiritualidade e a religiosidade podem evoluir, de modo que não é estranho podermos falar em uma espiritualidade e em uma religiosidade imaturas ou maduras. Para tanto, é preciso que a gente se lembre de que o amadurecimento não se dá pela simples passagem pelo tempo, mas pela forma como se passa pelo tempo. Passar pelo tempo é inevitável, amadurecer nesse período é possibilidade, não decorrência natural. Como lembra Valle não basta a "maturação" (mais ligada aos condicionamentos psicofisiológicos) para se ter o "amadurecimento" que só se explica no plano do propriamente humano e tem necessariamente a ver com a criatividade, a arte, a estética e - de maneira extremamente complexa - com a espiritualidade. (2005:107) Também não é por outro motivo que Frankl afirma que se o físico é dado pela hereditariedade - o psíquico é dirigido pela educação; o espiritual, contudo, não pode ser educado, tem que ser realizado - o espiritual "é" só na auto-realização, na "realidade da realização" da existência. (1978: 131)" PINTO, Énio Brito. Espiritualidade e Religiosidade: Articulações. **REVER: Revista de Estudos da Religião**, v. 9, 2009. Disponível em < <http://www.crpsp.org.br/diverpsi/arquivos/espiritualidade-e-religiosidade-articulacoes.pdf>> Acesso em 27.01.2024

pedido seja adequado a ser atendido em um fluxo bilateral e recíproco de compreensão mútua.

Os atos e reações não devem ser inconscientes e involuntários, mas conscientes e ponderados com exercício de uma percepção holística.

A questão não é só complexa, mas de solução intrincada, dada a cultura contemporânea ser permeada por elementos de violência nem sempre visíveis com potencial de neutralização absoluta, contudo, esses elementos ao menos necessitam ser atenuados em prol de uma maior pacificação social.

Apenas para ilustrar a complexidade que permeia o nosso convívio, faço referência a uma situação da infância, que se refere a um episódio em que, ao sair da escola primária, com poucos anos de idade e derrubar o estojo com lápis, borracha e apontador no chão, logo após o portão de saída, bem próximo a um cachorro, o simples gesto de abaixar para o recolher ensejou nele uma reação: partiu em disparada, parando apenas muitos metros de distância e olhando de maneira assustada para trás. Na época, não era de nosso conhecimento, porém algumas crianças aparentemente lançavam objetos em direção ao animal para feri-lo, o que justificava a sua reação a um simples gestual de abaixar ao chão para recolher o estojo. No exemplo, não importou efetivamente para o animal, que também possui, por óbvio, sentimentos, a intenção real do gesto de abaixar, mas sua reação se pautou na experiência vivenciada anteriormente com elementos agressivos sub-reptícios decorrentes do gesto inicial.

Esse é o maior exemplo da dificuldade do aperfeiçoamento da comunicação não violenta que por depender de conhecimentos prévios, que muitas vezes não controlamos, sequer podemos supor a reação em relação a atos simples e inocentes sem que um trauma seja perpetrado. Por isso, a empatia deve ser recíproca entre os interlocutores em uma comunicação, pois nenhum deles saberá ao certo o contexto integral de educação, hábitos e cultura do outro.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BUENO, Silveira. Minidicionário da língua portuguesa. Trad. Francisco da Silveira Bueno. 3 ed. São Paulo: FTD, 2016

Cf. NUNES, Patrícia. Psicologia positiva. **Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Portugal**, 2007. Disponível em <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0115.pdf> Acesso em 27.01.2024

DE OLIVEIRA, Simone Barros; VIEIRA, Monique Soares; COFFI, Maria Fernanda Avila. EDUCAÇÃO PARA A PAZ E DIREITOS HUMANOS: A CONTRIBUIÇÃO DA COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA. **VERUM: Revista de Iniciação Científica**, v. 1, n. 1, p. 1-13, 2021. Disponível em <https://revistas.ceeinter.com.br/revistadeinicia-caocientifica/article/view/88> Acesso em 27.01.2024.

Dia Mundial da Não Violência e da Cultura de Paz. Disponível em <<https://www.sbponline.org.br/2023/01/dia-mundial-da-nao-violencia-e-da-cultura-de-paz>. Acesso em 26.01.2024>.

Para Ler e Pensar. Disponível em <  
<https://www.paralerepensar.com.br/gandhi.htm>  
 > Acesso em 26.01.2024.

PERES, Julio Fernando Prieto; SIMÃO, Manoel José Pereira; NASELLO, Antonia Gladys. Espiritualidade, religiosidade e psicoterapia. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 34, p. 136-145, 2007. Disponível em <  
<https://www.scielo.br/j/rpc/a/YFghx4LyPBm6vVMH78Z4h8J/?lang=pt>> Acesso em 27.01.2024

PINTO, Ênio Brito. Espiritualidade e Religiosidade: Articulações. **REVER: Revista de Estudos da Religião**, v. 9, 2009. Disponível em < chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/http://www.crpsp.org.br/diverpsi/arquivos/espiritualidade-e-religiosidade-articulacoes.pdf> Acesso em 27.01.2024.

**Poiésis-Revista do Programa de Pós-Graduação em Educação**, v. 4, p. 53-68, 2011. Disponível em <  
<https://portaldeperiodicos.animaeducacao.com.br/index.php/poiesis/article/view/748>> Acesso em 27.01.2024

PUREZA, Juliana da Rosa et al. Psicologia positiva no Brasil: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 8, n. 2, p. 109-117, 2012. Disponível em <  
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1808-56872012000200006&script=sci\\_arttext](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1808-56872012000200006&script=sci_arttext)> Acesso em 27.01.2024

REGO, Arménio; SOUTO, Solange; CUNHA, Miguel Pina. Espiritualidade nas organizações, positividade e desempenho. **Comportamento organizacional e gestão**, p. 7-36, 2007. Disponível em <

**REVER: Revista de Estudos da Religião**, v. 9, 2009. Disponível em < chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/http://www.crpsp.org.br/diverpsi/arquivos/espiritualidade-e-religiosidade-articulacoes.pdf> Acesso em 27.01.2024

RÖHR, Ferdinand. Espiritualidade e formação humana. **Poiésis-Revista do Programa de Pós-Graduação em Educação**, v., 4, p. 53-68, 2011. Disponível em <  
<https://portaldeperiodicos.animaeducacao.com.br/index.php/poiesis/article/view/748>> Acesso em 27.01.2024.

ROSENBERG, Marshall B.; SEID, Magiarí Díaz Díaz Alan Rafael. **Comunicación no violenta**. PuddleDancer Press, 2019. p. 05.

ROSENBERG, Marshall B.; SEID, Magiarí Díaz Díaz Alan Rafael. **Comunicación no violenta**. PuddleDancer Press, 2019. p. 06).

SAAD, Marcelo; MASIERO, Danilo; BATTISTELLA, Linamara Rizzo. Espiritualidade baseada em evidências. **Acta Fisiátrica**, v. 8, n. 3, p. 107-112, 2001. Disponível em <  
<https://www.revistas.usp.br/actafisiatrica/articloe/view/102355>> Acesso em 27.01.2024