

DESCONSTRUÇÃO DE PARADIGMA NA SAÚDE MENTAL NO VIÉS DA PSICOLOGIA: INTERCURSO COM A ESPIRITUALIDADE

Flávio da Silva Chaves¹
Mestrando em Ciências das Religiões
Faculdade Unida de Vitória – Vitória/ES, Brasil.
flavio.chaves.silva@hotmail.com

RESUMO

O objetivo do presente artigo é apresentar o conceito de saúde e doença psíquica no horizonte histórico existencial e, assim, fazer a incursão da espiritualidade enquanto promotora do bem-estar psíquico do indivíduo. A metodologia utilizada foi a revisão de literatura. Sob o olhar da filosofia existencialista de Martin Heidegger e Viktor Frankl e a partir da perspectiva da espiritualidade contemporânea, argumenta-se que estar doente ou saudável psiquicamente depende de fatores histórico-sociais, da relação do Dasein consigo mesmo e com o mundo. Logo, o sentido do ser e/ou o sentido da vida apresenta-se como proposta para a saúde psíquica. Assim sendo, a espiritualidade contemporânea, desvinculada do aspecto institucional, apresenta conceitos que coadunam com outros campos do saber enquanto propósito e sentido para a vida. Conclui-se que, ao analisar a questão saúde/doença psíquica no horizonte histórico existencial, há a possibilidade do diálogo interdisciplinar entre os diversos campos do saber na busca do equilíbrio psíquico do indivíduo, o que inclui a espiritualidade.

Palavras-chave: Saúde psíquica, fenomenologia, espiritualidade.

ABSTRACT

The purpose of this paper is to present the concept of health and mental illness in the existential historical horizon and thus make the incursion of spirituality as promoter of the psychic well-being of the individual. The methodology used was a literature review. According to studies of existentialist philosophy of Martin Heidegger and Viktor Frankl and from the perspective of contemporary spirituality that says it is argued to be sick or healthy psychically dependent on historical and social factors, the Dasein's relationship with himself and the world. Thus, the sense of being and or the meaning of life is presented as a proposal for the psychic health. Thus, the contemporary spirituality, detached from the institutional aspect, presents concepts that are in line with other fields of knowledge as purpose and meaning to life. We conclude that, when analyzing the health / mental illness issue in existential historical horizon, there is the possibility of

¹ Mestrando em Ciências das Religiões pela Faculdade Unida de Vitória; pós graduando lato sensu em Psicoterapia Existencial e Gestalt Terapia pelo ISECENSA; especialista em Gestão Ministerial pela FABERJ; graduado em Psicologia pela Universidade Estácio de Sá, campus Campos dos Goytacazes; graduado em Teologia pela Faculdade Unida de Vitória. Atua como professor de Introdução ao Antigo Testamento; Teologia Bíblica do Antigo Testamento e Psicologia do Desenvolvimento no curso livre de Teologia na FABERJ. É professor de Introdução a Psicologia na graduação de Teologia na FABERJ. É Psicólogo Clínico e Pastor da Segunda Igreja Batista do Parque Aldeia.

interdisciplinary dialogue between the various fields of knowledge in the quest for mental equilibrium of the individual, which includes spirituality.

Keywords: mental health, phenomenology, spirituality.

INTRUDUÇÃO

Com o advento do mundo pós-moderno, houve uma mudança na maneira de perceber e interagir com ele. Nesse contexto, discute-se a importância e a relevância da espiritualidade enquanto sentido e propósito para a vida. Assim sendo, para a incursão da espiritualidade no debate público sobre saúde mental, indaga-se: como explicar a saúde psíquica no horizonte histórico existencial? A sociedade contemporânea tem sido fonte de saúde ou adoecimento psíquico? De que forma a espiritualidade incidirá sobre a saúde psíquica do indivíduo?

Supõe-se que o conceito de doença psíquica vai além do tecnicismo científico, das classificações diagnósticas e das patologizações, não desmerecendo, claro, o seu campo de atuação, sofrendo alterações epistemológicas ao longo da história, segundo determinações ideológicas. Deduz-se que, no horizonte histórico existencial, os problemas psíquicos estão circunscritos ao sentido do ser e/ou da existência. Por isso, discute-se o modo de vida na sociedade contemporânea. Hipoteticamente, conceituando a espiritualidade no campo das emoções positivas, estas podem oferecer conforto psicológico, promovendo o bem-estar do *self*.

Por essa linha de raciocínio, em um primeiro momento, pretende-se discutir a saúde mental numa perspectiva fenomenológica. Em um segundo momento, busca-se apresentar uma respectiva perda da dignidade humana na sociedade contemporânea e assim, pensar, a partir de suas definições, a espiritualidade enquanto sentido e propósito para a vida.

A espiritualidade é parte inerente no ser humano que, em diálogo com outros campos do saber, apresenta-se como alternativa de intervenção no processo de equilíbrio do indivíduo sob o ponto de vista psíquico. É nessa perspectiva que se dará o presente artigo.

SAÚDE MENTAL NA PSICOLOGIA – UMA PERSPECTIVA FENOMENOLÓGICA

Pensar a saúde mental pelo viés da Psicologia requer definir um campo epistemológico de navegação para que não haja conflito com as teorias nosológicas sobre a definição de saúde mental, a partir do tecnicismo científico. Dependendo da abordagem escolhida em Psicologia, há a tendência de patologizar, diagnosticar e categorizar o indivíduo em relação aos sintomas que este apresenta. Isso, em certo grau, dificulta a relação da espiritualidade na promoção da saúde psíquica do indivíduo. Ao situar os problemas mentais no campo do aparelho psíquico, como o faz a Psicanálise, a partir da conceituação do Id, Ego e Superego, os atravessamentos com a espiritualidade serão maiores do que se, por exemplo, pensar essa relação com a fenomenologia. Essa, sem desconsiderar os elementos nosológicos, situa os problemas psíquicos fora do aparelho psíquico, dando ênfase ao conceito de Dasein na fenomenologia heideggeriana.

Nessa perspectiva, a fenomenologia heideggeriana apresenta a angústia numa relação com o horizonte histórico em que o indivíduo está inserido. Dessa feita, faz-se uma análise da angústia e do conflito mediante um afastamento do conceito epistemológico da Psicologia tradicional, mais especificamente da Psicanálise, apoiando-se na Antropologia de linha existencial (AUGRAS, 2013, p. 7-19). Por afastamento, compreende-se a noção de doença da Psicologia clínica que, por assim dizer, está vinculado ao nome “clínica”², significando “cama”, associando-se diretamente à terminologia médica, o que, por regra geral, descende da “psicopatologia”, demandando duas especialidades: “o diagnóstico e a terapia” (AUGRAS, 2013, p. 9). Segunda tal concepção, a doença é definida **por meio** da patologização da fala cotidiana **mediante** o “imperialismo psicanalítico”³ que, **conforme** “[...] a filiação psicopatológica e a influência psicanalítica propõem ao psicólogo uma linguagem toda eivada de implicações patológicas” (AUGRAS, 2013, p.11). A proposta da autora é pensar o diagnóstico no horizonte da dialética da vida e não da

² Augras faz uma crítica a Lightner Wittmer que batizou o nome psicologia clínica. No seu entender o termo clínica associa-se ao termo médico e, conseqüentemente, a doença, o que onera a prática do psicólogo.

³ Segundo Augras, o vocabulário da psicologia clínica e das grandes áreas da psicologia se deve ao imperialismo da psicanálise. A sua proposta é encontrar um embasamento teórico para as questões psíquicas fora das classificações psicopatológicas.

patologização, definindo a doença como o obscurecimento da existência (AUGRAS, 2013, p. 12).

Dessa forma, o diagnóstico não seria dado mediante ao modelo do que seja “normal”, mas “[...] procurará dizer em que ponto de sua existência o indivíduo se encontra e que feixe de significados ele constrói em si e no mundo” (AUGRAS, 2013, p.13). Assim, os parâmetros de compreensão desse encontro serão procurados dentro da Filosofia existencialista, que se propõe a examinar o homem em cada situação. Logo,

Frente às ambiguidades da psicologia clínica, à inadequação dos modelos que pretendem abranger a totalidade do indivíduo e só chegam a elaborar imagens estereotipadas, o método fenomenológico propõe caminhos para a compreensão, visando respeitar a complexidade do real e encontrar o sentido dentro do próprio fenômeno (AUGRAS, 2013, p. 18).

Esse novo modo de diagnosticar, de descrever o fenômeno, encontra o seu exemplo na explicação da Síndrome do Pânico. No dizer de Joelson Tavares Rodrigues, essa síndrome é classificada nosologicamente pela Psiquiatria. Todavia, o autor desmistifica tal classificação diagnóstica que, segundo o seu ponto de vista, foi construído como parte maior do movimento denominado revolução psicofarmacológica, partindo consenso entre especialistas quando as “[...] pressões políticas e econômicas eram evidentes” (RODRIGUES, 2006, p. 30). Diante disso, foi reconstruído um novo modo de olhar o ser humano, não pela categorização diagnóstica, mas pela sua singularidade como pessoa. Na proposta Daseinológica, “[...] o que se coloca em questão é a interrogação do fenômeno em seu modo de ser, buscando o desvelamento de suas possibilidades” (RODRIGUES, 2006, p. 34). À luz da analítica do Dasein de Martin Heidegger, o autor situa, como fonte originária do pânico, a necessidade do “controle” frente à morte (RODRIGUES, 2006, p. 67-105). O Dasein (RODRIGUES, 2006, p. 55)⁴, vivendo na “impessoalidade” (RODRIGUES, 2006, p.60-66)⁵, nega o fato de que nosso ser está em jogo na existência, isto é, de que aquilo que somos está continuamente

⁴ É o ente dotado de um privilégio ôntico-ontológico, capaz de interrogar-se pelo seu ser. Estando os sentidos, de início, e, na maior parte das vezes, encobertos, a fenomenologia descritiva se constitui então como interpretação, em que a fenomenologia do Dasein é entendida por Heidegger como hermenêutica, no sentido que essa palavra originalmente assumiu, ou seja, como ofício de interpretar.

⁵ Impessoalidade é a fuga do Dasein do ser mais próprio. Na busca por segurança, o Dasein se perde no impessoal, foge de si mesmo, se perdendo na cotidianidade. Nesse sentido, o Dasein escolhe os outros em detrimento de si mesmo, o que provoca angústia.

se decidindo no âmbito da nossa historicidade. Na contemporaneidade, tudo o que coloca em xeque esse projeto de dominação e previsibilidade, trazendo desse modo, estranheza, torna-se ameaçador, reiterando assim o conceito de doença como modo de ser (RODRIGUES, 2006, p. 71, 117).

Pensando a angústia fora do horizonte nosológico, apropriando-se de termos como o nada existencial, impessoalidade, fechamento e abertura, encobrimento do ser, Jurema Dantas também trabalha o adoecimento psíquico no horizonte histórico existencial, “quando negamos o fato de que nosso ser está em jogo, ou seja, de que aquilo que somos está continuamente se decidindo no âmbito de nossa historicidade” (DANTAS, 2011, p. 64). A ideia de “controle” configura o mal-estar do homem contemporâneo na sua abordagem. Para cauterizar o sofrimento, este homem festeja os triunfos no âmbito da neuroquímica (DANTAS, 2011, p.65)⁶. A crítica se dá no campo do determinismo, do diagnóstico, da classificação médica e não no seu desmerecimento, reiterando o pensamento de que, na fenomenologia, “[...] sustentamos a angústia enquanto disposição essencial para a abertura de novos sentidos existenciais” (DANTAS, 2011, p. 67).

Saúde na fenomenologia é a singularidade do ser. Sendo assim, a abordagem terapêutica fenomenológica, segundo Nichan Dichtchekian, seria que cada ente, cada “ser”, habita um lugar que é o seu mundo. O lugar habitado pelo homem é o próprio modo de existir, sendo definido como ser para fora, cujo sentido é disponibilidade para. Desse modo de existir, de estar no mundo, que é singular do ser, depreende-se o método como caminho para um lugar. Nesse sentido, o trabalho fenomenológico “[...] é continuar esse caminho, percorrer aquilo que a percepção indica, sem tirar conclusões que buscariam adiantar o que se vai encontrar” (DICHTCHEKENIAN, 2011, p. 269). Logo, “[...] o homem como abertura, disponibilidade, ser para fora, é transcendência, é ir além de si, é verdadeiramente acolher em si o diferente, os outros entes, reais ou imaginários” (DICHTCHEKENIAN, 2011, p. 270). descortinando, assim, o conceito de “[...] acolhimento da presença dos outros entes” (DICHTCHEKENIAN, 2011, p. 272).

A partir dessas reflexões o terapeuta é convocado a assumir uma postura crítica sobre o conceito de saúde e doença, situando-as no modo de existir no mundo, no sentido do ser e não como algo apenas analisado a partir do aparelho psíquico; o que,

⁶ Onde a autora faz uma crítica veemente à medicalização da vida.

via de regra, o conduz a uma postura mais humanizada frente ao sofrimento psíquico do indivíduo. Essa postura humanizada do terapeuta visa conduzir o indivíduo ao seu modo mais próprio de ser: o sentido de cuidar na fenomenologia (DICHTCHEKENIAN, 2011, p. 273).

Modo de ser, sentido do ser, abertura para novas possibilidades são termos usados na fenomenologia heideggeriana para descrever o estado de saúde psíquica do ser humano. Mas não é o único. Contrapondo a essa visão está o sentido para a vida na logoterapia de Viktor E. Frankl. É claro que há pontos em comum nas duas abordagens, mas o modo de intervenção é diferente. A partir da filosofia existencialista e das experiências do campo de concentração nazista da Segunda Guerra Mundial o autor apresenta a capacidade que o homem tem para vencer o mais alto grau dos conflitos, das limitações humanas, das frustrações, das perturbações psíquicas, quando tem um sentido para viver. Corroborando os autores supracitados, Frankl faz o devido distanciamento da Psicanálise, não a repudiando dos compêndios médicos (FRANKL, 2008, p. 31). Por outro lado, distancia-se também do conceito de sentido do ser na fenomenologia heideggeriana, para o sentido da vida, na logoterapia, observando o sofrimento psíquico e a maneira como cada um se comporta diante dele. A Psicologia, nessa situação, dava-se na “[...] possibilidade de configurar o sentido da existência” (FRANKL, 2008, p. 87-90), a “[...] reconstrução interior da pessoa” (FRANKL, 2008, p. 97-101) direcionado para o futuro. Por esse viés, a saúde psíquica configura-se como algo pelo qual se deva lutar e vencer as intempéries da vida. Afirma, assim, nas palavras de Nietzsche, que “[...] quem tem por que viver aguenta quase todo como” (FRANKL, 2008, p. 101), diferenciando em termos existenciais os resistentes e não resistentes ao campo de concentração (FRANKL, 2008, p. 100).

Dessa experiência nasce, como abordagem terapêutica, a logoterapia (FRANKL, 2008, p. 124)⁷, que faz interface com a teoria heideggeriana, respeitando suas diferenças epistemológicas⁸. Na interface está a explicação para as neuroses noogênicas (FRANKL, 2008, p. 126)⁹ que, na explicação de Frankl, não surgem de conflitos entre impulsos e instintos, conforme abordagem freudiana, “[...] mas de

⁷ O termo “logos” é uma palavra grega e significa “sentido”. Assim, a logoterapia concentra-se no sentido da existência.

⁸ Recomenda-se a leitura do capítulo dois do texto de Rodrigues, capítulo um do texto de Dantas e, por fim, o capítulo dois do texto de Frankl para se verificar as diferenças hermenêuticas de abordagem.

⁹ Neuroses Noogênicas são conflitos que surgem de problemas existenciais.

problemas existenciais. Entre esses problemas, a frustração da vontade de sentido desempenha papel central” (FRANKL, 2008, p. 126). Assim sendo, a logoterapia ou Terceira Escola Vienense de Psicoterapia, “[...] concentra-se no sentido da existência humana, bem como na busca da pessoa por esse sentido. Para a logoterapia, a busca de sentido na vida da pessoa é a principal força motivadora no ser humano” (FRANKL, 2008, p. 124). Tal como a angústia no pensamento heideggeriano, necessária para o “desvelamento” do ente (DANTAS, 2011, p. 11-12)¹⁰, na logoterapia, a busca de sentido pode provocar tensão interior em vez de equilíbrio interior, o que também é visto de forma positiva, denominado de noodinâmica, isto é, da dinâmica existencial num campo polarizado de tensão, onde um polo está representado por um sentido a ser realizado e, o outro polo, pela pessoa que deve realizá-lo. Depreende-se dessa premissa que, para obter saúde mental, seja necessária, na intervenção terapêutica, “[...] uma sadia quantidade de tensão através da reorientação para o sentido da sua vida” (FRANKL, 2008, p. 130).

A partir do exposto, fica implícito, sem querer dogmatizar a questão, formas diferenciadas de pensar a saúde/doença mental, descolando assim, do posicionamento tecnicista, biológico, materialista como única forma de explicar e intervir no fenômeno. Diga-se, ainda, que à luz da fenomenologia existencialista, tanto a explicação quanto a abordagem terapêutica se dá no campo da existência, do sentido do ser e/ou da vida, o que nos impulsiona para duas questões imprescindíveis: primeiro para um olhar da sociedade no horizonte contemporâneo; e segundo para a relevância da espiritualidade como sentido para a vida.

A SOCIEDADE NO ORIZONTE CONTEMPÔRANEO – FONTE DE SAÚDE OU DE DOENÇA?

Considerando a assertiva anterior, de que o adoecimento psíquico se dá no horizonte histórico existencial, e o conceito de “impessoalidade” heideggeriano, segundo o qual o Dasein vive uma existência com base nos valores impostos pela sociedade, fugindo de “si-mesmo”, e a angústia do contemporâneo se dá pelo apego aos valores estabelecidos por esta como forma de ser feliz, cabe-nos indagar em que tipo de

¹⁰ Onde se estabelece as diferenciações epistemológicas.

sociedade se vive atualmente. E ainda: a era moderna resolveu os dramas e os conflitos psíquicos do ser humano? Caso a resposta da última questão fosse positiva, justificaria a negação da espiritualidade no debate público sobre saúde mental. Todavia, o que se percebe a partir de Zygmunt Bauman é uma fragmentação e uma desumanização do indivíduo provocado por uma sociedade de consumo (BALMAN, 2004). Assim, esse sociólogo polonês, autor de várias obras, discute os problemas sociais contemporâneos, usando como metáforas as diferenças conceituais entre “sólido” e “líquido” para “[...] captar a natureza da presente fase, nova de muitas maneiras, na história da modernidade” (BALMAN, 2001, p. 9). Tem no seu arcabouço teórico o rompimento com as certezas e as estruturas sociais já estabelecidas, emergindo uma sociedade transitória, em que tudo é passageiro.

Nesse processo de ruptura, do sólido para o líquido, a sociedade passou dos “[...] ‘grupos de referência’ predeterminados a outra de ‘comparação universal’” (BALMAN, 2001, p. 14) com desdobramento nas relações familiares, com nuances conceituais sobre o que é ser família, surgindo para o indivíduo uma nova forma de aprisionamento (BALMAN, 2001, p. 13-14). A proposta não é fazer um juízo de valor do “sólido” em detrimento do “líquido”, mas refletir “[...] a profunda mudança que o advento da ‘modernidade líquida’ produziu na condição humana” (BALMAN, 2001, p. 15) e, a partir daí, numa análise prática, repensar um modo de fazer uma transição decente e coerente. É possível pensar, a partir do autor, como condição humana no horizonte da “emancipação”, uma geração marcada pela “insatisfação” (BALMAN, 2001, p. 37).

Bauman não é contra a nova ordem, mas indica o conflito que ela traz ao romper com as instituições do passado sem um diálogo conciliatório. A tese do autor é que ordem e caos são gêmeos modernos, propondo, a partir daí, a ruptura de um sistema para a implantação de outro sem prejuízos para a humanidade por meio desse diálogo. Em seu argumento, reitera-se a insatisfação como condição humana dessa nova ordem (BALMAN, 1999). Entre caos e progresso, como marca da era moderna, o ser humano vai perdendo o seu senso de identidade, de valor e de dignidade. Nessa perspectiva, o planeta é visto a partir da ótica do desenvolvimento e do descartável, onde o ser humano é visto como dejetivo.

Considerando a evolução desse novo tempo, seria inconcebível pensar numa geração depressiva, insegura, fóbica. Todavia, apesar de toda modernidade, o problema

do ser humano está longe de ser resolvido, pois o valor do humano na modernidade está atrelado à utilidade. A partir da ideia da redundância, cujo significado é ser extranumerário, desnecessário, sem uso, Balman faz uma referência àqueles em quem não há serventia para a sociedade, cujo destino do refugo é o depósito de dejetos, o monte de lixo, provocando no ser humano a condição de sem-teto social, com a correspondente perda da autoestima e do propósito de vida, instaurando, assim, conflitos para a humanidade (BALMAN, 2005, p. 23). Tais conflitos têm o seu desdobramento para os relacionamentos interpessoais, denominados “[...] relacionamentos de bolso do tipo de que se pode dispor quando necessário e depois tornar a guardar” (BALMAN, 2004, p. 13). Trata-se de uma referência à ausência de compromisso duradouro e, conseqüentemente, às fragilidades dos relacionamentos, dando-se ênfase às relações virtuais que, na visão do próprio autor, não trazem felicidade aos homens.

Apropriando-se da fenomenologia heideggeriana, conforme analisado acima, e das assertivas de Balman acerca da condição humana na sociedade contemporânea, uma sociedade marcada pela fluidez, pelos relacionamentos descartáveis, pela descentralização, pelo capitalismo selvagem, “uma sociedade do espetáculo” (DANTAS, 2004, p. 37)¹¹, Dantas analisa a angústia no contemporâneo (DANTAS, 2011, p. 33-46). Na sua argumentação a sociedade contemporânea adocece o indivíduo. O que caracteriza esse adoecimento é “[...] uma forma de sociedade em que a vida real é pobre e fragmentária, e os indivíduos são obrigados a contemplar e consumir passivamente as imagens de tudo o que lhes falta na vida real” (DANTAS, 2011, p. 34-35). Com isso, “[...] o consumo e a atuação no cotidiano são os únicos horizontes oferecidos pelo sistema” (DANTAS, 2011, p. 39), surgindo, nesse contexto, “[...] um individualismo no qual vivemos sem projeto, sem ideias, a não ser cultivar uma autoimagem e buscar a satisfação aqui e agora” (DANTAS, 2011, p. 39), tendo como força motivadora o consumismo. Ou seja, a felicidade, no contemporâneo, está entrelaçada ao poder de compra, o que, na concepção da autora, tem provocado o “encobrimento” da angústia, banalizando a existência humana (DANTAS, 2011, p. 41).

¹¹ É um termo utilizado por Debord para explicar a relação entre pessoas mediadas por imagens. Nesse sentido as pessoas vivem em um mundo movido pelas aparências e pelo consumo.

Mário Sérgio Cortella, a partir de provocações filosóficas, numa linguagem sarcástica e irônica, apresenta um quadro vivido das “loucuras” (CORTELLA, 2015)¹² desse novo tempo com os seus respectivos prejuízos para a humanidade. Faz críticas ao mundo tecnológico, não no sentido pejorativo e de inutilidade, mas no sentido de subordinar “[...] a liberdade de escolha a uma compulsão irrefletida” (CORTELLA, 2015, p. 17). Também adverte uma sociedade que se debruça na “tacocracia”, uma referência “[...] à velocidade como o principal critério de qualidade para as coisas em geral” (CORTELLA, 2015, p. 19), perdendo, respectivamente, a capacidade de parar, de meditar, de contemplar o belo, reunir-se com a família, de degustar uma boa alimentação. Assim, o que caracteriza a sociedade contemporânea é a memória fugaz, referindo-se à ausência de memória dos acontecimentos e sua respectiva solidariedade, apresentando a necessidade de “[...] um diálogo marcado pela historicidade [...] Sem preconceito que enclausure no pretérito e sem arrogância que desqualifique o já vivido” (CORTELLA, 2015, p. 30). Em linhas gerais, tal sociedade, segundo esse filósofo, vive uma crise de distanciamento do humano, o que, num parágrafo, retrata de forma contundente a insanidade mental da era moderna:

Não nos incomodamos por acariciar o dorso suado de um cavalo ou caminhar em meio aos cheiros que exalam de uma estrebaria ou curral (alguns proclamam apreciar esses aromas); porém, a fragrância do suor humano incomoda, assim como muitos consideram insuportáveis os fluidos emanados de um banheiro (Limpar banheiro é sinônimo de castigo!). Somos capazes de, ao caminhar pelas ruas, desviar sem problema de fezes caninas ou felinas; contudo, encontrar fezes humanas é motivo de asco, repugnância ou distanciamento, tal como quando nos deparamos com mendigos, doentes crônicos, menores abandonados etc (CORTELLA, 2015, p. 33-34).

Na contemporaneidade, “[...] louco não é o povo que para quase uma semana para brincar; louco, provavelmente, é o povo que nem pensa em parar” (CORTELLA, 2015, p. 54). O que se quer mostrar aqui, alinhando com as ideias anteriores, na discussão sobre doença mental na Psicologia é que, na atualidade, a doença mental ganha novo contorno, nova forma de se manifestar.

Constata-se que o olhar fenomenológico coloca a discussão dos transtornos mentais no horizonte histórico existencial. A psicopatologia é explicada por meio da

¹² O pesquisador se apropria deste termo num sentido irônico para demonstrar, numa perspectiva da condição humana no contemporâneo, as insanidades mentais que estão fora dos manicômios.

compreensão e não da descrição. No método fenomenológico, o que prevalece, na explicação para os transtornos, é o modo de o paciente estar no mundo, diferenciando assim de outras abordagens, tais como o psicanalítico, cujo método está centrado no inconsciente, e o biológico, centrado no diagnóstico. Na abordagem fenomenológica há diferenciações e semelhanças epistemológicas entre a Fenomenologia heideggeriana e a Logoterapia em Viktor Frankl. Ambas partem do princípio da Filosofia existencialista, mas se diferenciam quanto aos conflitos psíquicos. Em Heidegger a zona de conflito psíquico está na ausência de sentido do ser, enquanto que na Logoterapia está na ausência de sentido para a vida. Ambas serão consideradas na abordagem sobre a incursão da espiritualidade na saúde psíquica.

Logo, explicar um delírio depende do paradigma adotado, culminando, assim, com o posicionamento de que os “loucos” estão à solta nas ruas, nas famílias, prevalecendo a ideia de que a sociedade contemporânea tem exercido uma função de adoecimento psíquico. Reitera-se, de forma explícita, um conjunto de ações e de intervenções que venham trazer sentido à existência do homem contemporâneo, abrindo portas para a incursão da espiritualidade na promoção da saúde psíquica do indivíduo.

DO SENTIDO DO SER E/OU DA VIDA NA FILOSOFIA EXISTENCIALISTA PARA O SENTIDO DA VIDA NA ESPIRITUALIDADE

George Vaillant define espiritualidade pelo campo das emoções positivas:

[...] amálgama de emoções positivas que nos une aos outros seres humanos e à nossa experiência com o divino, como quer que o concebamos. Amor, esperança, alegria, perdão, compaixão, fé, reverência e gratidão são as emoções positivas espiritualmente tratadas aqui [...]. As emoções positivas são mais expansivas e nos ajudam a ampliar e a construir. Elas aumentam a nossa tolerância, ampliam a nossa moral e elevam a nossa criatividade. Elas nos ajudam a sobreviver no tempo futuro (VAILLANT, 2010, p. 5).¹³

¹³ Dr. George E. Vaillant, psiquiatra, pesquisador e diretor do famoso estudo de desenvolvimento psicológico de adultos da Universidade de Havard, traz uma poderosa voz ao eterno debate sobre a natureza da fé e o seu impacto.

Nessa perspectiva, a espiritualidade e o seu sentido para a vida giram em torno da compaixão, do perdão, do amor, da esperança, da fé e da confiança. Por fazer parte do sistema límbico, todos os seres humanos estão capacitados para as emoções positivas (VAILLANT, 2010, p. 3). Pelo viés da Psicologia Humanista, o termo “espiritual” traz, em seu conceito, a denotação da autorrealização que envolve o empenho no aperfeiçoamento do potencial humano (PAIVA, 2011).

A espiritualidade é um elemento constitutivo do ser humano. É uma nova forma de olhar o mundo, em que o ser humano vai construindo a sua integralidade e a sua integração com tudo que o cerca. Nesse sentido, “[...] espiritualidade é uma expressão para designar a totalidade do ser humano enquanto sentido e vitalidade, por isso espiritualidade significa viver segundo a dinâmica profunda da vida” (MULLER, 2004, p. 8). No horizonte pós-moderno dissocia-se um conceito de espiritualidade pautada na vivência de uma religião para “[...] a necessidade da vivência existencial que procura uma relação com algo que transcenda a realidade, considerando-o sagrado” (RUTHES, 2014, p. 8-13).

Um sincretismo de valores, símbolos e práticas é criado para fundamentar uma forma de ser espiritual, a qual é baseada em algumas características genéricas, tais como o cultivo da bondade, da tolerância, do respeito à diversidade, bem como o cuidado com o ecossistema, visando à sustentabilidade (RUTHES, 2014, p. 8-13). Dóris Lieth Peçanha e Priscila Menezes da Silva, na perspectiva de vários autores, apresentam como construto da espiritualidade temas relacionados à realidade existencial, ao envolvimento e poder/força/energia, e à transcendência. Nessa abordagem a espiritualidade é entendida como

[...] uma jornada pessoal para descobrir o sentido da vida, em que a pessoa aprende a enfrentar medos, lidar como o desconhecido, encarar a mortalidade; ao mesmo tempo em que ama, perdoa, e conforta outros... espiritualidade transcende o presente contexto da realidade e existe através e independente de tempo e espaço. Para eles a espiritualidade pode ser um indicador da capacidade humana de transcendência [...]. Espiritualidade também tem sido definida como energia criativa, motivação, conselhos e esforço para inspiração. É um dinâmico, integrativo, crescente e muito importante processo para alcançar e atingir o propósito e sentido da vida (PEÇANHA, 2005, p. 6).

Sob a proposta de uma hermenêutica niilista de Gianni Vattimo, Wanderley Pereira da Rosa aponta para um conceito de espiritualidade tomando como ponto de partida o conceito de Kênosis como referencial de fragilidade. Apresenta a ideia de um Deus que se esvazia, se autolimita e se fragiliza, propondo novos caminhos de vivência da espiritualidade cristã. Assim, após as devidas ponderações sobre essa hermenêutica, que é o abandono do absolutismo, da verdade fundante, substituído por um “pensamento fraco” a partir do conceito da morte de Deus em Nietzsche, o autor aborda novas possibilidades de se pensar a espiritualidade, pautada no diálogo e em novas interpretações, apresentando, como exemplo, a Kênosis de Jesus Cristo, por uma espiritualidade que “[...] se revela pelos seus compromissos éticos. Uma espiritualidade cidadã. Uma espiritualidade não religiosa” (ROSA, 2013, p. 72), reiterado por Júlio Paulo Tavares Zabatiero, a partir de Vattimo e John Caputo, de uma frágil transcendência quando “[...] o cristianismo, assim secularizado, torna-se em uma espiritualidade, em vez de uma religião, e sua expressão concreta é o amor ao próximo” (ZABATIERO, 2013, p. 79-80).

Ao adotar essa definição não quer dizer que o religioso não tenha espiritualidade. Também não há a pretensão de aferir juízo de valor sobre as manifestações religiosas que ocorrem nas comunidades de fé. Mas é preciso indagar: qual religião será benéfica para a saúde mental? Autores como Faria e Seidl (FARIA, 2005, p. 381-389), Peçanha e Silva (PEÇANHA, 2005, p. 1-21), e Paiva (PAIVA, 2011, p. 1-7) estabelecem essas diferenciações, mas não descartam a espiritualidade em seus aspectos institucionais. Todavia, são categóricos ao ponderar os efeitos positivos de uma espiritualidade intrínseca em detrimento dos aspectos institucionais da religião.

Na perspectiva de espiritualidade intrínseca, Tom Hovestol pondera os efeitos negativos de uma religião farisaica. A partir de uma análise da religiosidade dos fariseus, nos tempos de Jesus, apresenta os motivos pelos quais estes, sendo tão bons crentes, sofreram críticas por parte do Senhor Jesus Cristo. Dentre os motivos se destaca o comportamento externo em detrimento da transformação do coração. Ou seja, um modelo de religião associado a uma visão desdenhosa dos outros, um senso superficial de perdão, um senso equivocado de graça e justiça, uma visão doentia de fracasso, reiterando, sob o olhar da Parábola do Samaritano, a importância de uma espiritualidade centrada na compaixão (HOVESTOL, 2009, p. 23-72).

É nesse contexto que a espiritualidade constitui-se sentido para a vida em interface com a Filosofia existencialista, contribuindo para a saúde psíquica do indivíduo. Segundo Rubem Alves,

A religião está mais próxima de nossa experiência pessoal do que desejamos admitir. O estudo da religião, portanto, longe de ser uma janela que se abre apenas para panoramas externos, é como um espelho em que nos vemos. Aqui a ciência da religião é também ciência de nós mesmos: sapiência, conhecimento saboroso (ALVES, 2015).

Pode-se afirmar que a religião é ciência de nós mesmos, pois o homem é um ser desadaptado ao mundo, diferente dos animais. Por isso, contrariando a tradição filosófica que vê o homem como um “ser racional, ser de pensamento”¹⁴,

[...] o homem é um ser de desejo. Desejo é sintoma de privação de ausência. Não se tem saudade da bem-amada presente. A saudade só aparecerá na distância, quando estiver longe do carinho. Também não se tem fome — desejo supremo de sobrevivência física — com o estômago cheio. A fome só surge quando o corpo é privado do pão. Ela é testemunho da ausência do alimento. E assim é, sempre, com o desejo (ALVES, 2015, p. 8).

Dessa premissa faz-se uma análise do sentido imaginário das canções do exílio, das canções fúnebres que, via de regra, não exorcizam a morte, mas “[...] exorcizam o terror e lança pelos espaços afora o gemido de protesto e a reticência de esperança” (ALVES, 2015, p. 9). A cultura não dá conta dos dissabores da realidade e muito menos os rituais mágicos. Todavia, já que a cultura não realiza o desejo da humanidade cabe, então, juntar “[...] o amor, o desejo, a imaginação as mãos e os símbolos para criar um mundo que faça sentido, e esteja em harmonia com os valores do homem que o constrói, que seja espelho, espaço amigo” (ALVES, 2015, p. 9). É nesse contexto que surge a religião,

[...] teia de símbolos, rede de desejos, confissão da espera, horizonte dos horizontes, a mais fantástica e pretenciosa tentativa de transubstanciar a natureza. Não é composta de itens extraordinários. Há coisas a serem consideradas: altares, santuários, comidas, perfumes, lugares, capelas, templos, amuletos, colares, livros [...] e

¹⁴ Argumento utilizado por Rubens Alves demonstrando que o homem não é apenas razão, mas também desejo, reiterando com isso, a função da religião para a construção da vida.

também gestos, como os silêncios, os olhares, rezas, encantações, renúncias, canções, poemas romarias, procissões, peregrinações, exorcismos, milagres, celebrações, festas, adorações (ALVES, 2015, p. 9-10).

A religião é uma construção humana. Mas por que o homem a construiu? “Talvez porque, sem ela, o mundo seja por demais frio e escuro. Com seus símbolos sagrados, o homem exorciza o medo e constrói diques contra o caos” (ALVES, 2015, p. 10). Em outras palavras, confere sentido à vida e/ou a existência, repercutindo no modo de ser.

Leonardo Boff reflete a existência humana a partir da metáfora a águia e a galinha. Tendo como pressuposto a complexidade enquanto estrutura básica do universo, afirma que tudo está ligado a tudo. Somos águias e somos galinhas. Mas, para libertar a águia, é imprescindível o cultivo da espiritualidade, propondo uma integração entre a cura do corpo, a terapia da mente e o cuidado do espírito na construção do humano (BOFF, 1997, p. 100-101). No seu modo de entender, a experiência com o numinoso, os símbolos, o sagrado “[...] produzem em nós um novo estado de consciência. Alargam as dimensões de nossa percepção e do nosso coração” (BOFF, 1997, p. 103). A águia recebeu a ajuda dos mestres, do empalhador, do naturalista, mas, “[...] enquanto o Sol não renasceu em seus olhos e, a partir daí, em seu coração, a águia não pode voar” (BOFF, 1997, p. 101), depreendendo-se dessa observação, o contato do ser humano com o transcendente e, conseqüentemente, com novas perspectivas de vida, entrando num novo ser e num novo estado de consciência (BOFF, 1997, p. 105-106).

Conclui-se que a espiritualidade, enquanto emoção positiva, sob o olhar humanista, desvinculada do pacote institucional e de uma verdade absolutista, é capaz de promover a saúde psíquica do indivíduo, conferindo-lhe sentido à existência.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Constata-se, à luz da Filosofia existencialista, um afastamento do conceito de saúde/doença mental no sentido do diagnóstico e do patológico para o horizonte histórico existencial. Ou seja, o diagnóstico se dá no campo da descrição e não da patologização. Tanto a explicação quanto a abordagem terapêutica é mediada pelo

campo da existência, do sentido do ser e/ou da vida. A saúde psíquica perpassa pelo desvelamento do ser quando ele encontra um sentido para o seu viver.

Por considerar a saúde mental nessa perspectiva, verificou-se que a sociedade contemporânea tem sido uma fonte de adoecimento psíquico, apesar do seu progresso. Caos e progresso são irmãos gêmeos. O consumismo e o culto à imagem têm conduzido os seres humanos à ausência de sentido, provocando fobias, depressões e sua respectiva perda da autoimagem. Nesse sentido, pode-se inferir que os loucos não estão presos nos manicômios, mas soltos nas ruas, o que demanda um conjunto de ações que auxilie o indivíduo no resgate do sentido da vida.

Nesse sentido, a espiritualidade intrínseca, enquanto emoção positiva e humanista, potencializa o indivíduo, alarga a dimensão da existência, resgatando o sentido do ser e da vida, conforme a proposta da Filosofia existencialista para a saúde psíquica. Por isso, a necessidade e urgência da interdisciplinaridade, cujo objetivo é capturar a relação indivíduo/sociedade, buscando a integralização do ser, da qual a espiritualidade, em diálogo com a fenomenologia, apresenta a sua proposta.

REFERÊNCIAS

ALVES, Rubens. **O que é religião**. Coleção primeiro passos. [S.l.: s.n.]. Disponível em: <http://www.filozar.com.br/filosoficos/Rubem_Alves/o-Que-e-Religiao.pdf>. Acesso em: 24 nov. 2015.

AUGRAS, Monique. **O ser da compreensão: fenomenologia da situação de psicodiagnóstico**. 16. ed. Petrópolis: Vozes, 2013.

BALMAN, Zygmunt. **Amor líquido: sobre as fragilidades dos laços humanos**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004.

_____. **Modernidade e ambivalência**. Tradução Marcus Penchel. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1999.

_____. **Modernidade líquida**. Tradução Plínio Dentzien. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.

_____. **Vidas desperdiçadas**. Tradução Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed, 2005.

BOFF, Leonardo. **A águia e a galinha, a metáfora da condição humana**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1997.

CORTELLA, Mario Sergio. **Não nascemos prontos: provocações filosóficas**. 19. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

DANTAS, Jurema Barros. **Angústia e existência na contemporaneidade**. Rio de Janeiro: Editora Rúbio, 2011.

DICHTCHEKENIAN, Nichan. Saúde e fenomenologia. In: BLOISE, Paulo (Org.). **Saúde Integral: a medicina do corpo, da mente e o papel da espiritualidade**. São Paulo: Editora Senac, 2011.

FARIA, Juliana Bernardes de; SEIDL, Eliane Maria Fleury. Religiosidade e enfrentamento em contextos de saúde e doença: revisão de literatura. **Psicologia: reflexão e crítica**, Brasília, v. 18, n. 3, p. 381-389, 2005.

FRANKL, Viktor E. **Em busca de um sentido: um psicólogo no campo de concentração**. Traduzido por Walter O. Schlupp e Carlos C. Aveline. 25. ed. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2008.

HOVESTOL, Tom. **A neurose da religião: o desastre do extremismo religioso**. Tradução Lena Aranha. São Paulo: Hagnos, 2009.

MULLER, Marisa Campio. Introdução. In: TEIXEIRA, Evilázio Francisco Borges et al. (Orgs.). **Espiritualidade e qualidade de vida**. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2004.

Disponível em: <
<http://www.pucrs.br/edipucrs/digitalizacao/irmaosmaristas/espiritualidade.pdf> >. Acesso em: 25 nov. 2015.

PAIVA, Geraldo José de. Psicologia e Espiritualidade. In: Congresso de Psicologia Unifil, Congresso Nacional de Psicologia, 4., 1., 2011, Londrina. **Anais...** Londrina, 2011. Disponível em:
<http://www.unifil.br/portal/arquivos/publicacoes/paginas/2011/6/331_355_publipg.pdf
> Acesso em: 05 set. 2013.

PEÇANHA, Dóris Lieth; SILVA, Priscila Menezes da. **Saúde mental:** estudos sobre a contribuição da espiritualidade. In: Universidade Federal de São Carlos – Centro de Educação em Ciências Humanas: Departamento de Psicologia, set. 2005, 1-8. Disponível em: < <http://www.ufscar.br/~bdsepsi/205a.pdf> >. Acesso em: 18 dez. 2014.

RODRIGUES, Joelson Tavares. **Terror, medo, pânico:** manifestações da angústia no contemporâneo. Rio de Janeiro: 7Letras, 2006.

ROSA, Wanderley Pereira da. Kênosis e espiritualidade: uma leitura a partir do pensamento pós-metafísico de Gianni Vattimo. In: ROCHA, Abdruschin Schaeffer et al. (Org.). **Espiritualidades contemporâneas.** Vitória – ES: Editora Unida: Faculdade Unida de Vitória, 2013.

RUTHES, Vanessa Roberta Massambani. A relação entre espiritualidade e saúde: um novo paradigma. Saberes em Ação. **Revista de Estudos da Faculdade Messiânica**, ano 2, n. 3, p. 8-13, jan./jun. 2014.

VAILLANT, George. **Fé:** evidências científicas. Tradução Isabel Alves. Barueri, SP: Manole, 2010.

ZABATIERO, Júlio Paulo Tavares. Espiritualidade frágil: Viver sob a ótica do reino de Deus. In: ROCHA, Abdruschin Schaeffer et al. (Orgs.). **Espiritualidades contemporâneas.** Vitória – ES: Editora Unida: Faculdade Unida de Vitória, 2013.