

AS REALIDADES ÚLTIMAS E A PSICOTERAPIA¹

Ênio Brito Pintoⁱ

Meu propósito neste pequeno texto é refletir sobre a questão das realidades últimas diante do processo psicoterapêutico. Meu ponto de partida são as discussões travadas em sala de aula durante meu doutoramento, pelo programa de Ciências da Religião da PUC/SP, acerca das realidades últimas na visão de diferentes religiões. Estas discussões geraram em mim um genuíno movimento de curiosidade sobre como essa questão poderia ser entendida quando relacionada com uma prática clínica em Psicologia, uma prática clínica que pretende ser útil para toda e qualquer pessoa, independentemente de sua prática ou afiliação religiosa.

Assim, com essa motivação, e provocado por inúmeras questões que perpassam minha mente, e ainda que limitado pela dimensão possível a este texto, é o seguinte o caminho que trilharei nas reflexões que proponho aqui: definirei sucintamente o que se pode entender por “realidades últimas”; caracterizarei, também sucintamente, a psicoterapia, apoiando-me no referencial gestáltico, para depois discutir as relações entre a psicoterapia e a religiosidade; finalmente, comentarei sobre as interfaces entre as realidades últimas e o processo psicoterápico.

Realidades últimas

Quando falamos em realidades últimas, estamos diante da possibilidade de comparar religiões, uma vez que toda religião tem uma visão do que seja o último. A mim me parece importante que o psicoterapeuta saiba como as realidades últimas são diferentes para um cliente cristão, judeu, islamita, confucionista, hindu, ou de qualquer outra afiliação religiosa, pois, assim, o psicólogo, se conhecedor dos fundamentos das realidades últimas, saberá que, se a espiritualidade conduz às realidades últimas, estas, por suas vez, são as portadoras do sentido último da vida, fundamento, ainda que às vezes inconsciente, das buscas, das frustrações e das mais valiosas conquistas humanas. Dizendo de outro modo: a pessoa que confia ter encontrado um sentido para sua existência, a pessoa que confia que sua existência tem um significado e um sentido, tende a ser mais presente e mais saudável em seus contatos.

¹ Texto publicado nos anais do XI Encontro Goiano de Gestalt-terapia, “Presença e Existência”, em maio de 2005, pp 91 -98

A busca das realidades últimas é a busca por coerência, unidade e ordem no complexo e às vezes caótico mundo. É a busca da afinidade do finito com o infinito, a exploração dos propósitos e da justiça divinos (cf Saldarini, em Neville, 2001). Em termos mais modernos, realidades últimas se referem ao desejo da consciência humana de transcender seus limites através de compreensão e liberdade e alcançar felicidade, pureza, transformação; nesse aspecto, têm relação com o sentido da vida, são, a bem dizer, o cerne da espiritualidade. São também a gramática, o texto básico a partir do qual cada pessoa cria ou descobre seu idioma pessoal, a maneira como dá um sentido semântico à sua existência. Este idioma pessoal é sempre dependente das fantasias pessoais acerca da própria origem (e da origem do mundo) e do próprio fim (e do fim do mundo) de modo que se torna fundamental para que o psicoterapeuta compreenda seu cliente no que se refere às realidades últimas. Este idioma pessoal está relacionado com o sentido que o cliente dá à sua vida, está intimamente relacionado com a religiosidade do cliente, a maneira como ele atravessa sua fronteira em relação ao último.²

Essa religiosidade, que não é necessariamente um sistema de crenças religiosas, é um dos temas mais controversos nas teorias sobre a psicoterapia. Por um lado, há diversas teorias que tratam de um sentimento religioso que é inerente ao ser humano, que não é oposto à razão e muito menos redutível a uma explicação simplista. Essas teorias, dentre as quais se destacam as chamadas teorias humanistas em Psicologia, vêem esse sentimento religioso como um evento dinâmico, criativo e não necessariamente vinculado a uma religião institucionalizada.

Para Giovanetti (1999, p. 94), por exemplo,

a interrogação que o homem faz, do mais profundo de seu ser, sobre as questões últimas do mundo e da realidade coloca-o ante o que denominamos “Sagrado”. Assim, a experiência religiosa é essa experiência que tem como ponto de partida a tentativa de dar uma resposta à interrogação que o homem estabelece com algo que o transcende e se apresenta como superior a ele e até como misterioso. O objeto, aqui, aparece para o homem como algo que às vezes mobiliza mais seus sentimentos do que sua reflexão.

² Agradeço a Gilberto Safra a semente dessas reflexões, lançada em palestra durante o Seminário sobre Psicologia e Senso Religioso, na PUCCamp, em 2004.

Esse não é, no entanto, o único modo de se olhar, na psicologia, para a religiosidade humana. Há uma série de teorizações em psicoterapia que tratam desse sentimento religioso, bem como das religiões, apenas como fenômenos que tendem a restringir a existência humana. Há mesmo um certo medo da religião, um medo que sustenta diversos preconceitos, os quais, por sua vez, não raro aparecem travestidos de eminente saber teórico. Assim, as religiões e a religiosidade são confundidas com as instituições, os fundamentalismos não são reconhecidos como tais, o aspecto dinâmico, simbólico e renovador das religiões não é percebido, há, em suma, uma dogmática crença na secularização, quase que uma nova religião.

A Gestalt-terapia, no meu modo de ver, se ajusta mais ao primeiro olhar, aquele que compreende que o sentimento religioso pode ser enriquecedor, dinâmico e libertador, facilitador para que a pessoa possa lidar mais aberta e confiantemente com os aspectos simbólicos da vida. Do ponto de vista gestáltico, da maneira que eu o entendo, a religiosidade pode ser ponto de abertura para a criatividade e para o novo, e é nesse sentido que ela, a religiosidade, pode ser encarada no processo psicoterapêutico. Isso não quer dizer que não haja fundamentalismos ou usos não saudáveis da religião e da religiosidade, mas, sim, que esses maus usos não fazem da religião e da religiosidade humanas eventos ruins, assim como o fato de se usar o avião para as guerras não faz dele um mau invento.

Desse modo, para mim fica claro que o psicoterapeuta poderá exercer melhor seu serviço se levar em conta a religião e a religiosidade de seu cliente como eventos potencialmente promotores de vivacidade e de sentido existencial, e não somente como eventos amortecedores do eã vital.

O processo psicoterápico

Grosso modo, entendo a psicoterapia individual como o encontro de duas pessoas, o terapeuta e o cliente, com o propósito de analisar a vida do cliente, visando, no dizer de Juliano (1999, p. 25), “restaurar a qualidade do contato com o mundo, buscando a vivacidade, a fluidez, a disponibilidade e a abertura” do cliente. A psicoterapia favorece alternativas para avaliar pontos de vista, percepções e posturas que afetam os sentimentos e o comportamento do cliente. Ela é uma interação verbal, não-verbal e simbólica de um terapeuta com um cliente e se dirige para uma mudança positiva na vida do cliente. Não se trata apenas de um encontro entre duas pessoas, embora a psicoterapia seja tanto melhor quanto melhor essas duas pessoas se encontrarem. Não é um encontro apenas porque uma das pessoas, o psicoterapeuta, está

imbuído do propósito de se colocar a serviço do outro, de modo que não se baseia apenas na sua personalidade, mas também em bem fundamentados conceitos teóricos acerca do próprio processo terapêutico, de psicopatologia e de psicodiagnóstico; além disso, o psicoterapeuta se apóia em uma teoria de personalidade que fundamenta seu olhar e sua visão de homem.

A psicoterapia tem algumas propriedades peculiares, dentre as quais destaco o modelo etiológico, as relações entre psicopatologia e comportamentos potencialmente adaptativos, os modelos motivacionais e cognitivos da personalidade, a maneira e as técnicas de que o terapeuta se utiliza para interagir com o cliente. A postura do psicoterapeuta diante da religiosidade de seu cliente possibilitará, ou não, que se chegue mais próximo ao ser do cliente, vale dizer: possibilitará, ou não, ao terapeuta cumprir melhor com as tarefas terapêuticas mais básicas – facilitar ao cliente a busca de sua essência e o melhor aproveitamento de sua existência. Neste aspecto, minha fundamentação profissional, e embasamento para minhas idéias neste texto, é a Gestalt-terapia, uma teoria de personalidade e uma técnica de psicoterapia que não explicarei mais detalhadamente aqui porque este não é o propósito deste trabalho, mas que está presente em cada linha e em cada entrelinha dessas considerações.

Juliano (1999, p. 113) lembra-nos que “a palavra Terapia vem do grego *Therapeia* e significa fazer o trabalho dos deuses, ou estar a serviço dos deuses, ou, ainda, a serviço do Todo.” Neste “trabalho a serviço dos deuses”, há, fundamentalmente, cinco fases, ainda segundo Juliano (1999, p. 67): a hospedagem do cliente; a libertação da expressão; a restauração do diálogo; a reconstrução da história pessoal; e a busca da história humana, passando pelo território do sagrado. É quando se torna estrada que deságua no sagrado que a psicoterapia cumpre sua missão e se justifica plenamente como um dos possíveis caminhos em busca da condição humana. E isso só é adequadamente realizado quando a terapia leva em devida conta os fenômenos religiosos e a questão das realidades últimas.

Na Gestalt-terapia, o homem é visto como um todo, um todo que inclui sua religiosidade. Por mais que algumas pessoas acreditem que religião e religiosidade não devam ser assuntos da terapia, não há como nossos clientes deixarem sua religiosidade na sala de espera enquanto se encontram com seus terapeutas. O cliente entra na sala de atendimento com sua religião e com sua religiosidade, ele traz, ainda que inconsciente, uma busca pelo sentido da sua vida que, necessariamente, passa por sua religiosidade e pela sua visão das realidades últimas. Com isso, quero dizer que a dimensão religiosa é, sim, importante na psicoterapia. Os problemas psicológicos das pessoas incluem suas questões religiosas. Se não

acolhemos a religiosidade do cliente em psicoterapia, é apenas de um ser humano parcial que estamos cuidando.

O processo psicoterapêutico, então, exige do psicólogo um esforço no sentido de ampliar seus conhecimentos a respeito das religiões e da dimensão religiosa do ser humano. A maneira como se alcançam esses conhecimentos, por um lado, fundamentará o psicoterapeuta em sua postura profissional e, por outro lado, desvelará o valor que o terapeuta (a partir de sua teoria de fundamentação) dá ao fenômeno religioso.

A postura do psicoterapeuta

Segundo Ancona-Lopez (1999, p. 78), Wulff propõe que a maneira como se lida com a religiosidade em psicologia seja avaliada a partir de dois parâmetros: a) o grau em que os objetos de religião interessam e são explicitamente tomados como participação em uma realidade transcendente; e b) como são interpretadas as expressões de fé religiosa, crenças, imagens ou rituais, se literalmente ou simbolicamente.

Podemos imaginar graficamente a proposta de Wulff; para tanto, é necessário que se visualize um eixo, cuja abscissa tenha como a extremidade à esquerda a literalidade e como outra extremidade a dimensão simbólica; na coordenada vertical, teremos: na extremidade superior, a exclusão da transcendência e, na outra extremidade, a inclusão da transcendência. Dessa maneira, construir-se-ão os seguintes quadrantes, os quais representarão posições a partir das quais o psicoterapeuta se relaciona com a religiosidade e os conteúdos religiosos seus e de seus clientes: a negação literal (da transcendência); a afirmação literal; a interpretação redutiva e a interpretação restauradora.

As duas primeiras atitudes, não por acaso desenhadas nos quadrantes à esquerda do esquema de Wulff, são as que mais claramente trazem prejuízos ao psicoterapeuta e a seus clientes. No primeiro caso, o da negação literal, o que se observa é uma total dessacralização do universo e um apelo absoluto à racionalidade. Nesse caso, a religiosidade do cliente (e do psicoterapeuta) é considerada sintoma de patologia ou de imaturidade a ser superada. As realidades últimas não constituem tema relevante para a psicoterapia.

No segundo caso, o da afirmação literal do objeto religioso, os conhecimentos científicos são aceitos apenas quando plenamente acordantes com as crenças do terapeuta. Os terapeutas, nesse opção, “agem a partir das propostas de sua religião e da visão de homem nela contida, valendo-se basicamente de generalizações idealizadas e de um conjunto de regras de comportamento.” (Ancona-Lopez, 1999, p. 80). Uma das conseqüências danosas desse tipo de postura é o proselitismo religioso, além da rejeição daqueles que têm outro

ponto de vista ou outra religião. Não raro, encontramos aqui terapeutas com rígida postura moral, pessoas incapazes de lidar com as diferenças e com os diferentes.

Contrariamente ao que seria de se esperar em função dos enormes avanços da ciência neste início de século, essas duas posturas – de negação e de afirmação literais – são ainda (e infelizmente) facilmente encontradas entre os terapeutas brasileiros.

A opção situada no quadrante terceiro, a da interpretação reductiva, “vê a religião como um fenômeno social ingênuo e ultrapassado e busca perspectivas científicas, consideradas competentes, para interpretar, a partir delas, os conteúdos religiosos.” (Ancona-Lopez, 1999, p. 80) Ainda segundo Ancona-Lopez, “o objetivo implícito (desta postura) é transformar ou eliminar o campo religioso, reduzindo-o a outras áreas.” A psicanálise clássica é um dos muitos exemplos que podemos encontrar fundamentando o trabalho psicoterapêutico localizado neste quadrante.

A quarta opção, a da interpretação restauradora, implica, segundo Ancona-Lopez, em uma “humildade epistemológica”. Além disso, esta quarta atitude nos coloca diante de duas tarefas da hermenêutica moderna, segundo Ricoeur: desmistificação, para afastar dos símbolos religiosos a idolatria e a ilusão; e “restauração e retomada do símbolo, de modo que ele possa se tornar, de novo, uma fonte de significados e de fé.” (Ancona-Lopez, 1999, p. 81)

Quando neste quadrante, a psicoterapia “afirma a realidade da transcendência, mas evita julgar as idéias ou objetos religiosos.” Além disso, esta postura permite ao psicoterapeuta e a seu cliente uma abertura diante dos mitos, dos rituais e dos pensamentos metafóricos, o que lhes possibilita abordar a religião “por seus referenciais experienciais: sentimentos profundos e estados internos que vão desde vivências cotidianas a estados transcendentais, sutis ou claramente reconhecidos como míticos.” Assim, as pessoas, psicoterapeuta e cliente, podem vivenciar “o poder iluminativo e a densidade dos símbolos.” (Ancona-Lopez, 1999, p. 81)

É nesse quarto quadrante de Wulff que a Gestalt-terapia pode se situar ao compreender a religiosidade humana. É aqui que ela, a religiosidade, pode ser melhor compreendida e melhor trabalhada em termos psicoterapêuticos. Se no primeiro quadrante ela, a religiosidade, não importa porque negada; se no segundo quadrante ela afasta psicoterapeuta e cliente de um trabalho verdadeiramente psicoterapêutico e os aproxima de um trabalho catequista; se no terceiro quadrante ela, a religiosidade, é reduzida a manifestações de angústias existenciais ou a expressões de um suposto inconsciente onisciente, é no quarto quadrante que podemos encontrar, de fato, a possibilidade de um diálogo entre o processo psicoterapêutico e a busca

por coerência, unidade e ordem no complexo e às vezes caótico mundo, a busca pela religiosidade, vale dizer, pelo último.

A partir da dimensão simbólica da religiosidade humana, a psicoterapia abre suas portas para o trabalho com os seres humanos independentemente da religião do cliente e da religião do terapeuta, possibilitando encontros que re-significam a busca humana pelo último, o reconhecimento do mistério, a confirmação da pertinência da pergunta irrespondível. Essa pergunta não respondível a que me refiro é, logicamente, aquela que se refere à origem, ao fim e à finalidade de cada ser. É a pergunta pelo último. É a primeira e a última pergunta humana, é a pergunta humana mais sagrada e mais misteriosa. É uma pergunta que remete para além da psicoterapia.

EBP/mar/2005

Referências bibliográficas

- ANCONA-LOPEZ, Marília Religião e Psicologia clínica: Quatro atitudes básicas. Em MASSIMI, Marina e MAHFOUD, Miguel. *Diante do Mistério: Psicologia e senso religioso*. São Paulo: Loyola, 1999, p. 71 – 86
- ANCONA-LOPEZ, Marília A Espiritualidade e os Psicólogos. Palestra proferida no V Seminário Nacional de Psicologia e Senso Religioso Religião e Espiritualidade, ainda não publicada. PUCC, Campinas, SP, 2004
- BELLAK, Leopold e SMALL Leonard. *Psicoterapia de Emergência e Psicoterapia Breve*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1980
- GIOVANETTI, José Paulo. O sagrado e a experiência religiosa na psicoterapia. Em MASSIMI, Marina e MAHFOUD, Miguel. *Diante do Mistério: Psicologia e senso religioso*. São Paulo: Loyola, 1999, p. 87-96
- HYCNER, Richard e JACOBS, Lynne. *Relação e Cura em Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus, 1997
- JULIANO, Jean Clark. *A Arte de Restaurar Histórias: O diálogo criativo no caminho pessoal*. São Paulo: Summus, 1999
- MASSIMI, Marina e MAHFOUD, Miguel. *Diante do Mistério: Psicologia e senso religioso*. São Paulo: Loyola, 1999
- NEVILLE, Robert Cummings, editor, *Ultimates Realities: A volume in a comparative religious ideas project*. State university of New York Press, 2001
- SALDARINI, Anthony J. Ultimate Realities: Judaism. Em NEVILLE, Robert Cummings, editor, *Ultimates Realities: A volume in a comparative religious ideas project*. State university of New York Press, 2001, p. 37-59
- VALLE, João Edênio dos Reis. Experiência religiosa: Enfoque psicológico em BRITO, Ênio José da Costa e GORGULHO, Gilberto da S. (orgs.). *Religião Ano 2000*. São Paulo: Loyola, 1998, p. 28-43

¹ Ênio Brito Pinto é psicólogo; gestalt-terapeuta; mestre em Ciências da Religião pela PUC/SP (2002); doutorando em Ciências da Religião pela PUC/SP; professor do Curso de Especialização em Gestalt-Terapia do

Instituto Gestalt de São Paulo; professor do Curso de Musicoterapia do UniFMU; professor no Curso de Especialização em Terapia e Educação Sexual do ISEXP e da Faculdade de Medicina do ABC; Autor dos livros "*Orientação Sexual na Escola - a importância da psicopedagogia nessa nova realidade*" (Editora Gente) e "*Sexualidade - Um bate-papo com o psicólogo*" (Editora Paulinas).