

## A IMPORTÂNCIA DA ESPIRITUALIDADE NA PSICOTERAPIA E NA EXPERIÊNCIA DE QUASE MORTE E SUA RELAÇÃO COM A INDIVIDUAÇÃO

Por **Eduardo Luís de Queiroz**<sup>1</sup>

### RESUMO

Busca-se discutir a relação da Experiência de Quase Morte (EQM) a partir dos conceitos junguianos, particularmente a Individuação e a Espiritualidade. Pretende-se ainda, explorar possíveis relações entre a espiritualidade e EQM, analisando mudanças de crenças, sobretudo na vida após a morte e nas religiões, principalmente no que se refere a dedicação às mesmas. Pretende-se ainda compreender melhor a relação entre a espiritualidade e a individuação, buscando-se determinar eventuais mudanças e avanços no autoconhecimento daqueles que vivenciaram a EQM. Desse modo, aspira-se contribuir com possibilidades viáveis de pesquisas exploratórias que possam trazer maiores esclarecimentos na relação entre a experiência de quase morte, a espiritualidade e o conceito de individuação da Psicologia analítica de C. G. Jung.

**Palavras-Chave:** Experiência de quase morte, Psicologia analítica, Individuação, Espiritualidade.

**Sumário:** I. Introdução. II. Desenvolvimento. 1. EQM, transcendência e consciência. 2. Espiritualidade. 3. A teoria do inconsciente coletivo e os arquétipos. 4. Dedicação a uma religião. III. Conclusões. IV. Referencias.

### I - INTRODUÇÃO

Neste artigo trataremos da análise da Experiência de Quase Morte (EQM) vividas por pessoas, a partir dos conceitos junguianos, particularmente, Individuação e Espiritualidade. Contextualizando, esclarecemos, que as experiências de quase morte (EQM) são profundas vivências psicológicas de pessoas e que enfrentaram perigo real de morte com parada cardíaca, frequentemente associadas a um estado alterado de consciência e que ocasionam profundas mudanças na vida das pessoas.

Pretende-se, neste artigo, uma exploração de possíveis contribuições do estudo da espiritualidade, no que concerne em sua importância para as pessoas que vivenciaram uma EQM.

Tal importância psicológica deve estar presente nas psicoterapias praticadas, já que muitos pacientes expõem suas crenças nas sessões e dão importância à espiritualidade como fontes de autoconhecimento e de alívio para suas angústias. Entretanto, parece existir um consenso de que o terapeuta deve manter distância do assunto e, principalmente, de não expor suas próprias crenças.

Para muitos, a religião e a espiritualidade costumam ser encaradas como veículos que ligam o homem a um sentido verdadeiro de vida, de sua existência o que implica sobremaneira na visão de mundo interno e externo do próprio paciente, que não pode ser ignorado em psicoterapia e é algo que fica muito intensificado após uma EQM. Doenças, falecimento de entes queridos, problemas profissionais e financeiros e problemas e conflitos na vida amorosa e familiar, são outros desafios além da EQM, são comuns a todos e costumam ser estímulo comum de pessoas na busca tanto das religiões (ou outras formas de espiritualidade), como das psicoterapias devido a busca de significado de vida, de consolação e conforto psicológico, ou mesmo de respostas.

Assim, o que se busca são significados para as provações de vida, sejam elas extremamente comuns como as apontadas acima, ou aquelas que fazem parte apenas do universo individual de cada um, como a EQM. No fim, o que todos querem é encontro com a verdade, a obtenção de respostas que são historicamente aliviadores das tensões geradas e, tal alívio, é exaustivamente buscado na espiritualidade.

## **II - DESENVOLVIMENTO**

### **1. EQM, transcendência e consciência**

Segundo Greyson (2007) características individuais da experiência indicam mais persuasivamente para transcendência, do que para um simples mecanismo cerebral limitado. Além disso, não há, até agora, nenhuma explicação reducionista que possa dar conta satisfatoriamente de algumas características típicas da experiência de quase morte: o encontro com parentes falecidos, a aparente capacidade visual em cegos durante a EQM, a aparente aquisição de dons psíquicos e espirituais após a EQM, relato de cura ocorrida durante uma EQM e experiências verídicas durante a

ressuscitação pós-parada cardíaca.

Embora uma mente não local pudesse explicar muitas das características das experiências de quase morte, a não localidade ainda não é aceita pela corrente predominante da neurociência. Somente aquelas teorias baseadas num entendimento mais amplo da mente poderiam explicar totalmente a experiência subjetiva dos que vivenciaram uma EQM.

Fenwick (2013), questiona em sua pesquisa: *As experiências de quase morte (EQM) podem contribuir para o debate sobre a consciência?* O objetivo deste estudo foi determinar se a EQM é um estado alterado de consciência que, no ocidente, inclui uma experiência emocional e de conteúdo estereotipado. Algumas características da experiência são transculturais e sugerem ou um mecanismo cerebral similar, ou acesso a uma realidade transcendente.

Assim também se caracterizam os estudos de Von Haesler, e Beauregard, (2013), *Experiências de quase morte em parada cardíaca: implicações para o conceito de mente não local*. O objetivo deste artigo foi revisar os estudos prospectivos de EQM induzidas por paradas cardíacas e examinar as implicações desses estudos para o conceito de mente não local.

Os resultados mostraram vários estudos prospectivos, que demonstram incidência média de 10% a 20% de EQMs induzidas por paradas cardíacas, independentemente de aspectos sociodemográficos, sexo, religião ou quaisquer parâmetros médicos, fisiológicos ou farmacológicos consistentes e ainda que, pessoas que passaram por uma EQM são mais propensas a mudanças de vida positivas que podem durar muitos anos após a experiência do que aquelas que não a tiveram.

As conclusões apontam que as teorias fisicalistas da mente não são capazes de explicar como pessoas que tiveram EQM podem vivenciar – enquanto seus corações estão parados e sua atividade cerebral aparentemente ausente – pensamentos vívidos e complexos e adquirir informações verídicas a respeito de objetos ou eventos distantes de seus corpos. As EQM em paradas cardíacas sugerem que a mente é não local, isto é, não é gerada pelo cérebro e não está confinada a ele ou ao corpo.

## **2. Espiritualidade**

A espiritualidade é uma das manifestações mais antigas da humanidade e envolve crenças das mais variadas religiões e, por consequência, é um dos meios de formação de valores das pessoas. Na experiência de quase morte, tem manifestação

constante sob várias formas. Aqueles que avivenciaram sempre, sem nenhuma exceção, relatam vivências de cunho espiritual que envolveo encontro de seres de luz, parentes já falecidos, o conhecido “túnel de luz” que leva ao Céu ou outra dimensão qualquer, entre outros relatos.

O termo experiência de quase morte e sua sigla, EQM, foram cunhados pelo Dr. Raymond Moody Jr. em 1975, no seu livro “Vida depois da vida”. A obra consiste em relatos de cerca de 150 pacientes que descrevem suas experiências (como as citadas acima) e é referência constante em estudos científicos do tema.

É importante que se ressalte que Jung, dentre tantos outros pesquisadores de diversas áreas: psicologia, teologia, religiões, dentre outras, consideram que as crenças espirituais vêm sendo repelidas em função do desenvolvimento científico, do racionalismo e do materialismo. Contudo, como contraponto, pode-se observar o crescimento da religiosidade das massas na predileção por candidatos políticos ligados a uma determinada religião, ou mesmo programas de TV de mesmo tema. Ademais, a ciência não pode estar atrelada apenas àquilo que é visível ou percebido pelos sentidos, dentre tantas ciências, a Psicologia já demonstrou há muito tempo que o invisível é digno de estudo.

Nesse contexto, Jung descreve claramente que o homem primitivo valoriza mais a espiritualidade porque busca nela uma série de explicações, enquanto que o homem civilizado e moderno se ocupa menos com isso e busca na ciência as explicações para fenômenos ou problemas e que, por isso, fenômenos psíquicos são mais raros no homem moderno do que no primitivo. Entretanto, se o primeiro realizasse as práticas de um curandeiro teria as mesmas experiências, mas com interpretações diferentes.

Jung (1916/2013) afirma que é sabido que o europeu tem também experiências psíquicas estranhíssimas quando forçado a viver em condições primitivas ou quando se encontra em situação psíquica fora do comum. (p. 256)

Não seria a experiência de quase morte uma “situação psíquica fora do comum”? Sem dúvida que sim. Não há como “morrer e voltar” ser uma situação comum, corriqueira e sem nenhuma significação psicológica.

Os sonhos representam outro ponto de convergência entre a Psicologia Analítica e a espiritualidade manifestada na EQM. Para o homem primitivo, os sonhos são manifestações espirituais, para eles, entidades ou pessoas nos sonhos são literalmente espíritos, daí sua comparação com indivíduos com distúrbios

psicopatológicos ou de mentes ingênuas, já que os primitivos são apontados como pessoas com dificuldades de distinguir os sonhos da realidade. Já o chamado homem civilizado e moderno dá pouca importância aos sonhos, com raras exceções. O contrário só ocorre se o sonho tiver algo de muito estranho ou impressionante, sonhos associados como inspiração e, neste ponto, Jung chama a atenção para uma questão lógica.

Jung (1916/2013) afirma:

Mas a inspiração implica em um inspirador, um espírito, embora pouco se fale desta consequência lógica. Um exemplo bastante ilustrativo neste sentido é o fato de que, muitas vezes, nos sonhos aparecem figuras de pessoas falecidas. (p. 256)

Independente de significação simbólica, ou da veracidade deste tipo de sonho, podemos observar a inegável semelhança de um dos mais comuns relatos de pessoas que vivenciaram a experiência de quase morte: o encontro com parentes falecidos. Contudo, é suficientemente plausível estudar ou tratar tal semelhança como manifestação inconsciente.

Crer em espíritos na concepção de alma, o espírito encarnado que um dia abandonará o corpo físico em função da morte com associação ao eu, ou de uma entidade de origem desconhecida e não terrena, de envoltório corpóreo ausente (sem associação ao eu) é, obviamente, acreditar em vida após a morte. Jung apontou três causas para a crença nos espíritos: os sonhos e os distúrbios patológicos como vimos anteriormente, além das aparições. Assim, ele define os espíritos como “complexos inconscientes autônomos que aparecem em forma de projeção”. Esta última afirmação parece contradizer uma das causas, a aparição, de modo que se faz necessário um esclarecimento.

Jung (1916/2013) afirma:

Isto não deve ser entendido como uma afirmação metafísica. Estamos ainda bem longe de resolver a questão se os espíritos existem em *si mesmos*. A Psicologia não se ocupa com as coisas como elas são em “si mesmas”, mas exclusivamente com a maneira com que os indivíduos as imaginam. (p. 262)

Jung acreditava que a espiritualidade é uma demanda psicológica, uma necessidade humana e criticava Freud e Adler afirmando que defendiam uma “psicologia sem alma” e restrita aos estudos e análises dos instintos.

Jung (1933/2012) afirma:

Sua concepção é demasiado científica, parece demasiado axiomática, fictícia ou imaginativa, em uma palavra: atribui ou coloca demasiado sentido onde este não existe. Ora, só o significativo traz a salvação. (p. 84)

### 3. A teoria do inconsciente coletivo e os arquétipos

A teoria do inconsciente coletivo contém pressupostos que também são fundamentais para a compreensão deste trabalho, porque os discursos dos pacientes que sofreram uma EQM possuem conteúdos muito similares e recorrentes que podem ser relacionados com os arquétipos. Ademais, seu significado psicológico é repleto de símbolos de morte e renascimento. Por ora, pode-se observar que a definição do conceito de inconsciente coletivo denota claramente a possibilidade de que os conteúdos espiritualizados manifestados após a EQM têm origem arquetípica.

Jung (1933/2013) afirma:

O inconsciente coletivo é uma parte da psique que pode distinguir-se de um inconsciente pessoal pelo fato de que não deve sua existência à experiência pessoal, não sendo, portanto, uma aquisição pessoal. Enquanto o consciente pessoal é constituído essencialmente de conteúdos que já foram conscientes e, no entanto desapareceram da consciência por terem sido esquecidos ou reprimidos, os conteúdos do inconsciente coletivo nunca estiveram na consciência e, portanto nunca foram adquiridos individualmente, mas devem sua existência apenas à hereditariedade. Enquanto o inconsciente pessoal consiste em sua maior parte de *complexos*, já o conteúdo do inconsciente coletivo é constituído essencialmente de *arquétipos* (p. 51).

Como podemos ver acima, os arquétipos são formas do inconsciente coletivo. Suas manifestações são encontradas na forma de símbolos nos sonhos, contos de

fadas e mitologia em suas representações coletivas.

Há um conveniente exemplo de Jung sobre o arquétipo “das duas mães”, encontrado na mitologia e religião. Sua conveniência é sua própria sincronicidade com o tema desta pesquisa, envolvendo aspectos de “renascimento”. Partindo do quadro de Leonardo da Vinci (Sant’Ana com a Virgem Maria e o menino Jesus) sendo a base das representações coletivas. Freud afirmou que o quadro era assim porque Leonardo tivera duas mães, mas Jung discordava.

Jung (1933/2013) afirma:

Poderia mencionar, por exemplo, o motivo da dupla descendência, a descendência de pais humanos e divinos, tal como no caso de Heracles, que foi inconscientemente adotado por Hera, alcançando a imortalidade. O que na Grécia é mito, no Egito é até mesmo um ritual. Neste último caso o Faraó é por sua natureza humano e divino. Nas paredes da câmara de nascimento dos templos egípcios vê-se representada a segunda concepção e nascimento divinos do Faraó – ele “nasceu duas vezes” (...) O próprio Cristo nasceu duas vezes: através de seu batismo no Jordão ele renasceu pela água e pelo espírito (...). Graças ao motivo dos pais duplos, as crianças em lugar de fadas boas ou más que realizam uma “adoção mágica” com maldição ou benção, recebem atualmente padrinho e madrinha (...).

A ideia de um segundo nascimento é encontrada em todo o tempo e lugar. Nos primórdios da medicina, ela aparece como um meio mágico de cura; em muitas religiões é a experiência mística (...).

É fora de cogitação que todas as pessoas que acreditam numa dupla dissidência tenham tido sempre duas mães na realidade (...). Não podemos deixar de supor que a fantasia do duplo nascimento e das duas mães seja um fenômeno universal, correspondendo a uma necessidade humana refletida nesse tema. (p. 54-55)

#### **4. Dedicção a uma religião**

Muitos paradigmas pessoais e sociais são quebrados após uma EQM como

vimos acima, bem com o materialismo moderno, onde o concreto pouco dá espaço aos questionamentos mais filosóficos e espirituais. A vivência da experiência leva também a mudanças de comportamentos, incluindo a dedicação a uma religião, ou até mesmo outras formas de exercer espiritualidade.

Obras como a de Moody (“Vida após a Vida, citada anteriormente) e documentários sobre EQM sempre contém manifestações de pessoas que passaram pela experiência e passam a ser mais dedicadas à religião. Denota-se assim que, ficar muito próximo da morte, ou experimentar o morrer, leva as pessoas ao questionamento.

Jáuregui (2009) afirma:

São as duas faces da modernidade, perda e novidade. Aquilo que se dava por sedimentado (normas morais, crenças religiosas, suposições acerca das relações interpessoais, incluindo a identidade pessoal) fica exposto ao questionamento. (p. 8) É curioso, mas não surpreendente, observar que a busca de respostas se dá mais pela espiritualidade, do que pela psicoterapia. Isso deve acontecer em razão de que a religião oferece muito mais acolhimento, enquanto que um processo psicoterapêutico, cedo ou tarde, implica no enfrentamento de si mesmo, processo sempre doloroso. Entretanto, não pode furtar o papel terapêutico das religiões.

Jung (1935/1985) afirma:

O que são as religiões? São sistemas psicoterapêuticos. E o que fazemos nós, psicoterapeutas? Tentamos curar o sofrimento da mente humana, do espírito humano, da psique, assim como as religiões se ocupam dos mesmos problemas. Assim, Deus é um agente de cura, é um médico que cura os doentes e trata dos problemas de espírito; faz exatamente o que chamamos de psicoterapia. Não estou fazendo jogo de palavras ao chamar a religião de sistema psicoterapêutico. É o sistema mais elaborado, por trás do qual se esconde uma grande verdade prática. (p. 150).

Jung recomendava aos seus pacientes a procurarem sua religião como forma aliviar a pressão de angústias e ansiedade, pois considerava a espiritualidade uma demanda arquetípica da psique.



Xavier (2006) enfatiza o quão é importante a religiosidade na psicologia e prática clínica, ressaltando que a mesma é de fundamental importância para o entendimento humano e que a teoria de Jung é primordial para esse entendimento, dada sua profundidade.

Em pessoas que passaram pela EQM também é fácil encontrar na obra de Moody e nos documentários relatos de renovação da esperança e otimismo em relação à vida, mudanças no estilo de vida e na percepção de si mesmo e em seu papel social. Em seus discursos, tudo parece ganhar maior dimensão e importância e a vida passa a ser mais valorizada por eles.

Jáuregui (2009) afirma:

Por essa razão surge a necessidade de resgatar uma dimensão de indagação e a partir de um olhar científico, do homem entendido como totalidade bio-psico-social e espiritual resgatando valores e esperança. (p. 7)

#### **IV. CONCLUSÃO**

Há suficientes evidências e comprovações de que a espiritualidade deve ser um objeto de estudo mais valorizado pela Psicologia, como o fez Carl Gustav Jung e nos chamou a atenção para sua importância há décadas e, apesar de encontrarmos tanto material acadêmico sobre o assunto, a proposta parece ainda não estar aderida à prática psicoterápica.

O psicólogo atuante em psicoterapia, se resistente ao assunto, deve procurar quebrar os próprios paradigmas, estando atento às crenças e experiências espirituais de seus pacientes. Não se trata de verificar a veracidade de fenômenos espirituais, mas de respeitar e valorizar a sua significação no mundo interno do paciente. Para tanto, deve ele próprio, respeitando a regra da autoanálise, compreender suas próprias representações ou significações sobre o tema. Somado a isto, deve realizar pesquisas que possam aumentar o conhecimento sobre o tema, de maneira que o psicoterapeuta possa criar maior discernimento de como tratar o assunto, bem como sobre aquilo que pode ou não ser compartilhado com os pacientes.

A experiência de quase morte também deve ser encarada como um fenômeno espiritual e psíquico digno de estudos científicos, uma vez que é ainda é objeto ignorado pela área de conhecimento da Psicologia. Ademais, deve abrir possibilidade

de ser estudada por diversas linhas e abordagens psicológicas.

Jáuregui (2009) enfatiza a importância das ciências sociais e humanas, no estudo das pessoas e suas circunstâncias e contextos a necessidade de incorporar novos fatos da realidade atual em seus marcos de referência e indagação.

Como visto anteriormente, a prática religiosa ou espiritual leva as pessoas a uma situação de acolhimento e bem-estar. Desse modo, é primordial que a Psicologia e a espiritualidade estejam em convergência e é papel do psicólogo a compreensão dos motivos que levam a essa convergência e o aprofundamento do assunto.

## V. REFERÊNCIAS

- Fenwick, P. (2013). As experiências de quase morte (EQM) podem contribuir para o debate sobre a consciência? **Revista de Psiquiatria Clínica**, vol.40, n.5, pp. 203-207.
- Greyson, B. (2007). Experiências de quase-morte: implicações clínicas. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 34, n. 1, pp. 116-15.
- Jáuregui, I. P. (2009). **Proyectos de Vida**. Buenos Aires: Psicoteca Editorial
- Jung, C.G. (1985). **Mysterium Coniunctionis**. Petrópolis: Vozes
- \_\_\_\_\_(2013). **A Natureza da Psique** Petrópolis: Vozes
- Moody, R. (1991). **Vida depois da Vida**. Rio de Janeiro: Nordica
- Xavier, M. (2006). **O conceito de religiosidade em C. G. Jung**. PSICO, Porto Alegre, PUCRS, v. 37, n. 2, pp. 183-189.