

ESPIRITUALIDAD Y PRÁCTICA CLÍNICA.

Dra. Raquel Inés Bianchi.

INTRODUCCIÓN.

El fenómeno religioso puede ser abordado por todas las ciencias del hombre o sociales: la historia, la teología, la sociología, la antropología, la psicología, la filosofía, etc.

Actualmente por la **Neuroteología** (que estudia la neurología del sentimiento religioso y la espiritualidad, por el incremento o el descenso de la actividad en diversas regiones cerebrales)

El fenómeno religioso es vivido por el “homo religiosus” u hombre religioso.

Entendiendo por ‘**Homo Religiosus**’ a aquella persona que vive la experiencia de lo sagrado. Esto puede ocurrir por dos vías:

- 1- a través de una práctica religiosa, y / o
- 2- ha tenido experiencia/s mística/s; **sea o no creyente.**

Ahora bien, el “homo religiosus” (por ejemplo San Agustín) es la categoría de ser humano estudiado por la Antropología Religiosa, y por todas las disciplinas religiosas.

Pero todo ser humano: tiene Espiritualidad.

Vale en este punto diferenciar los conceptos de Religión, Religiosidad y Espiritualidad.

Religión.

Es un sistema de creencias y cultos organizado por personas practicantes. Una religión se vive en comunidad. Generalmente es vista como una institución social con sacerdotes, rabinos, pastores, dogmas, doctrinas, templos e instituciones, e incluso con intromisión política y en organizaciones sociales, que implica enormes estructuras sociales que abrazan muchas más cosas que sólo la experiencia espiritual de las personas. Pertenecer a una religión significa estar ‘atado’, ‘ligado’ a servir a un Dios o una divinidad determinada y por un ritual determinado. (17).

Tres factores definen a la religión:

- **Creencia en una dimensión religiosa.**
- **Observancia de un conjunto de rituales o prácticas religiosas.**
- **Adhesión a una doctrina o código de conducta ética que surge de las enseñanzas religiosas.**

Espiritualidad.

Lo que dota de realidad y sentido esencial a la vida religiosa del creyente es **la espiritualidad**. Sin espiritualidad, la vida religiosa es sólo apariencia, máscara, vacío de lo divino.

Espiritualidad: es la propia acción del Espíritu en el ser humano. Es el desarrollo de las capacidades del espíritu en cada persona. Lo que produce la vida espiritual es el espíritu.

El Espíritu es un concepto que alude a una fuerza no perceptible por los habituales 5 sentidos. Pues el espíritu es principio de Vida y su dinamismo genera cambios.

La espiritualidad trata de la vida individual y comunitaria vivida como un todo lleno de sentido, donde hay un deseo por alcanzar la unidad con el fundamento trascendente del universo en su totalidad. Este sentido y unidad tienen su base en vivir la vida como una búsqueda constante de una relación armónica con Dios (como cada quien lo considere), bajo cualquier circunstancia.

Etimológicamente la palabra **Espíritu**, en **hebreo (Ruah)**, como en **latín (Spiritus)**, como en **griego (Pneuma)**, significa “**soplo de aire o soplo animador**”.

La palabra **Espiritualidad:** proviene de **Spiritualis** que es una traducción de la palabra griega **pneumatikos** (“según el Espíritu”, “lleno de Espíritu”). Significaría “**Vivir desde el Espíritu**”, vivir a partir de la fuente del Espíritu. (10).

Hasta el siglo XIX se la utilizó únicamente como adjetivo, por ejemplo San Benito escribió en su Regla, alrededor del año 500 un capítulo sobre el arte de vivir espiritualmente. La palabra **espiritualidad** se formó en el contexto cristiano. El sustantivo surge posteriormente en el catolicismo francés del siglo XIX. Allí se denominó **spiritualité** a la doctrina de la vida espiritual

La Espiritualidad:

- **No requiere obedecer a ninguna religión organizada.**
- **No tiene estructuras jerárquicas.**
- **Es algo personal, vivido en la singularidad del sujeto o en forma comunitaria.**
- **Es lo propio de la acción del espíritu en cada persona. Es el desarrollo de las capacidades del espíritu.**
- **La necesidad de una religión o de creer en un ser supremo o Dios están incluidas en la espiritualidad.**

La Espiritualidad es la manifestación de las capacidades del Espíritu en el ser humano.

Puede experimentarse como:

- Una experiencia interna o 'vivencia' de sentirnos vivos;
- Un sentimiento de integración con la vida y el mundo;
- Un ansia de Dios;
- Una búsqueda de lo sacro o divino;
- Como necesidades expresivas ligadas al arte;
- En diferentes actos creativos;
- En la necesidad del 'encuentro' a través de la comunicación con otras personas;
- En la necesidad del contacto con la Naturaleza;
- En el plano de las creencias, la espiritualidad se manifiesta como un convencimiento profundo de que la existencia tiene un valor y un sentido trascendente.

INTRODUCCIÓN A LAS TRES DIMENSIONES DEL SER HUMANO.

Se habla de tres aspectos de la salud: físico, mental y social.

Nosotros así también como **la OMS** y varias corrientes en diferentes países del mundo, incorporamos la **dimensión espiritual en el concepto de salud.**

Ya Hipócrates. 400 años a.C., también se refería a este principio:

“El aspecto fundamental del sistema de **Hipócrates** es el **vitalismo**. “El universo y el organismo dependen de un principio director: la **Naturaleza** (llamado también a veces “**fusis**”, o “**dinamis**”, “**principio vital**”, “**alma**”). En las enfermedades es el “principio” de estas reacciones lo que se cumple para salvaguardar la salud y para la curación de las enfermedades. El organismo es considerado como una parte de la naturaleza, **animada por este “principio vital” o alma**. El alma...preside el desarrollo de todas las partes. Cada animal tiene su alma presente en todas las partes...” (5, pág. 23).

Por lo tanto habría tres componentes principales en el ser humano:

- El cuerpo.
- La psiquis, que incluye las creencias.
- La fuerza vital o espíritu. Este poder gobierna al universo entero. Ha sido llamado **chi** en China; **ki**, en el Japón; **prana**, en la India; **soplo de vida**, por los hebreos; **Verbo**,

por los cristianos. Se emplean estos términos para expresar el principio creativo que da existencia a todas las cosas, principio que todo lo contiene y lo mantiene, que conecta todo y que siempre existió.

Un riesgo importante es que estos aspectos se consideren cerrados en sí mismos, o que se de importancia más a uno que a otro. En realidad funcionan como vasos comunicantes. Podríamos decir que la salud consiste en la armonía de las dimensiones física, mental-social y espiritual.

“El término **espíritu** (pneuma, en griego) se utiliza en contraposición a los términos **alma** (psyché) y **cuerpo** (soma). Con la palabra **espíritu (pneuma)**, nos referimos a la dimensión inmaterial y la captación de aquello que se encuentra por fuera del tiempo y del espacio. **La psyché o alma**, tendría la función de mediación entre el soma y el pneuma. Este término incluiría todo lo que actualmente se entiende por mente, consciente, inconsciente, funciones psíquicas superiores, etc.

En occidente, comenzó a identificarse pneuma a psyche, de modo tal que ambos términos perdieron su riqueza. Teniendo en cuenta la cualidad trascendente del concepto de “espíritu”, no es posible referirse a él desde el punto de vista empírico. Sin embargo, podría pensarse que ciertas manifestaciones de la vida anímica reflejan los cambios realizados a nivel espiritual. (21)

La Dimensión espiritual.

El hombre transita por la vida buscando llenar sus expectativas y satisfacer sus necesidades, pero la parcialidad de su cubrimiento lo hace sentirse “no pleno”, como un proyecto en sí mismo sin acabar. Es el único ser que no sabe con precisión la razón de su existencia; pero paradójicamente es también el único que es capaz de formularlo.

Nuestro plano de realidad es finito y frustrante. Necesitamos imperiosamente que nos rescaten.

El hombre trata de buscar algo o alguien en el más allá que le de respuestas. Esta búsqueda ha sido definida como su **dimensión espiritual**.

La dimensión espiritual en el ser humano, **es la búsqueda de respuestas ante su experiencia de finitud, de frustración y de falta de sentido para comprender la existencia**. De ahí se desprende que todos los pueblos de la tierra y en todos los tiempos hayan tenido un concepto de Dios. (8)

Las dimensiones de la persona humana:

En el ser humano se evidencian tres dimensiones, y cada una de ellas tendrá sus propias funciones y necesidades.

1- La Dimensión física: comprende las funciones vinculadas a conservar la salud y el bienestar físico.

Sus necesidades serán materiales y orgánicas, por ejemplo alimento, abrigo, vivienda, higiene, agua potable, descanso, etc. Todo aquello que sustenta la salud del cuerpo y el bienestar físico. (1)

2- La Dimensión psíquica: es básicamente relacional. Relaciona el 'soma' con el 'pneuma'; el mundo interior con el mundo exterior; las relaciones vinculares con los otros seres humanos; la relación con la naturaleza; la relación con uno mismo; y la relación con Dios. Comprende:

- Una función emocional: necesita unir en forma congruente la historia personal. Genera el sentimiento de ser uno mismo.
- Una función cognitiva: necesita ordenar en ideas y pensamientos los datos de la realidad material, contextual (tiempo y espacio) que se vive.
- Una función trascendente: al conectar el mundo material con el espiritual emergen emociones y pensamientos ligados a factores comunes a todos los seres humanos: amor a la humanidad o a la creación; necesidad de cuidar la Naturaleza, el Planeta, la Creación.

Las necesidades psíquicas son por ejemplo; la construcción del propio Self; el autoconocimiento y comprensión de la propia historia; ser reconocido como persona; el afecto en los vínculos; reparar vínculos; el conocimiento de la realidad propia y del mundo que nos rodea; la familia; la sexualidad; la amistad; diferentes formas de expresión o comunicación, etc. Las necesidades psíquicas son relacionales, es decir, necesitan de vínculos estables y de preferencia empáticos o afectivos. (1)

3- La Dimensión espiritual: es inmaterial, no es perceptible con los cinco sentidos. Comprende:

- Una función creadora desde el acto o la Palabra. El deseo se polariza hacia el Bien, la Belleza y la Verdad, los tres trascendentales del ser.
- Una función emocional ligada a lo trascendente, a Dios, o a la propia comunidad, o al Universo. La unión a Dios o a la Naturaleza o al Universo se vivencia como una

realidad. Se siente esperanza y fe o confianza en una fuerza que ordena todas las cosas (se siente Paz).

- Una función mental: percibida en la Conciencia. Contacto mental/experiencial/vivencial con lo trascendente, con Dios, o el Universo, o una fuerza que nos trasciende. La Conciencia humana trasciende los límites del yo personal, el pensamiento considera tanto los aspectos individuales y subjetivos como así también los vinculados a su comunidad, sociedad, planeta o Universo.

Las necesidades espirituales son releer la propia vida (autobiografía) para hacer un balance existencial acorde a los valores espirituales; dar y recibir amor; búsqueda de significado de la propia vida; búsqueda de significado al propio sufrimiento; perdonar y reparar vínculos; trascendencia; expresión a través de rituales de la fe religiosa; diferentes formas de expresión creativa; el arte; etc.

Son funciones espirituales específicas la Creatividad, la Capacidad de amar y la Capacidad de ser consciente o auto-consciente. (1)

El Espíritu.

El Espíritu es lo que, en el hombre, **articulado con su cuerpo** lo hace ser hombre. Es una fuerza inmaterial, simple (no múltiple, sin composición), dinámica, inteligente, capaz de amar. (9)

Etimológicamente, tanto en **hebreo (Ruah)**, como en **latín (Spiritus)**, como en **griego (Pneuma)**, significa “**soplo de aire**”. Esta palabra expresa lo inmaterial y también el dinamismo. De ahí que se recurra a ella para expresar realidades imperceptibles a los sentidos.

Espiritualidad y corporeidad, ontológicamente, están intrínsecamente unidas y actualizan la unidad del hombre como tal. (9)

El espíritu es inefable (no se puede explicar con palabras) e inabarcable. El espíritu es lo que hace al hombre capaz de auto-excederse, de buscar “siempre más”. El espíritu es principio de vida. Es individual y nos abre al orden de lo universal. Es el principio de las operaciones del orden del pensamiento y de la voluntad, como del de la reflexibilidad y del amor.

Para desarrollar nuestra espiritualidad necesitamos integrar nuestra “reflexión” a nuestra “experiencia profunda”. Podemos acceder a esta experiencia profunda captando la actividad del espíritu. **Esta actividad o dinamismo del espíritu es nuestra espiritualidad.** (9)

LAS CAPACIDADES QUE DESPLIEGA EL ESPÍRITU.

1- El espíritu ilumina.

Se le puede aplicar la figura de la **luz**. Tomemos la metáfora de la lámpara.

Cuando la lámpara se enciende se crea la diferencia entre lo oscuro y lo iluminado, como si algo que antes no era, ahora **es**. Es **luz para la inteligencia, luz para la sensibilidad, luz para la afectividad; es luz para la conciencia.**

La conciencia humana es intencional. Siempre está **referida a algo otro** que ella no es; siempre es “conciencia de...”. Al prestar atención a algo fuera o dentro de mi, se hace “luz” sobre esto que hasta hace un instante, se mantenía en la sombra. Se vuelve “**ser para... ella**”. **Tomamos conocimiento de aquello que nuestro espíritu ilumina.**

Entendemos por **conocimiento** la actividad mediante la cual **captamos el sentido de algo**. **El sentido**, que aparece en el momento mismo en que iluminamos algo con nuestro espíritu. (9)

2- El espíritu presentifica.

Trae a la presencia lo que estaba ausente. Lo iluminado **viene a la presencia**; en lo oscuro estaba ausente, con la luz se nos hace **presente**.

El espíritu vincula al ser humano, con los otros y con el mundo, de una manera particular, provoca **encuentros**. **Encuentros** entre **presencias**. Cuanto más se iluminan las presencias, más profundos se vuelven los encuentros. (9)

3- El espíritu se abre al mundo.

El espíritu, además de iluminar y de hacernos presentes, **abre mundos**.

Decimos mundo y no medio ambiente. El animal se mueve y transforma el medio ambiente. El hombre **construye mundo**. “**Mundo**” es el conjunto de **presencias y ausencias cargadas de significado**. Para cada uno en particular; para cada cultura; cada pueblo; cada comunidad.

El espíritu es esencialmente **configurador**, generador de sentido o significado. Es el gran hacedor de la cultura, de la ciencia, del arte, de la religión. (9)

4- El espíritu se reflexiona a sí mismo.

Además de llevarnos por el mundo haciéndonos capaces de iluminar, de presentificar, de ampliar los horizontes, él tiene la capacidad de hacernos volver sobre nosotros mismos.

Nos desplegamos y nos replegamos. Nos abrimos al mundo y a la vez somos capaces de tener conciencia de nosotros mismos, de reconocernos en nuestros actos, de asumirnos como agentes responsables de ellos.

Este retorno es la capacidad espiritual por excelencia que impide que nos disolvamos en las cosas. **Todas las capacidades que nombramos son “reduplicadas” cuando el espíritu ejerce su capacidad de “reflexionarse a sí mismo”.** (9)

5- El espíritu tiene un principio organizador.

Tiene un principio organizador que integra los diferentes estímulos y vivencias que nos afectan. Por eso, en la base de todo organismo vivo hay un principio que organiza el dinamismo biológico. Sin este principio integrador, no hay percepción, ni tampoco orientación del querer, ni de la conciencia.

De aquí la capacidad de organizar las vivencias dándoles significado o sentido. (9)

6- El espíritu “es” se vivencia en un ritmo entre lo uno y lo múltiple.

Podemos sentir el espíritu, “simultáneamente”, como **uno, único, unificador, y como fuerza de dispersión.** Es como una “pulsación” entre lo **Uno y lo Múltiple**, en cada nivel donde se lo quiera observar. Esta manera, entre lo **Uno y lo Múltiple**, es el modo mediante el cual el espíritu **se brinda** a nuestra conciencia. Esto sólo es posible, estando en el mundo, encarnados en un cuerpo, transformados en un cuerpo. Encarnando nuestra espiritualidad.

Podemos ver como se encarna en la producción de sus figuras, **los tres grandes trascendentales del Ser: el Bien, la Belleza y la Verdad.** La Bondad, la Belleza y la Verdad, son simplemente los tres aspectos del rostro del Espíritu resplandeciendo en este mundo. El Espíritu considerado subjetivamente es la Belleza, el “yo” del Espíritu; el Espíritu considerado intersubjetivamente es la Bondad, el “nosotros” del Espíritu, y el Espíritu considerado objetivamente es la Verdad, el “esto” del Espíritu.

El Bien como principio de vida, principio organizador, principio de “luz”, capaz de dar presencia, capaz de crear mundo. Son las bondades del Ser.

La Belleza en cuanto a la búsqueda de armonía, la perfección en las formas, los sonidos, los colores, las relaciones, etc.

La Verdad en cuanto a que es **veraz**, tiene una inclinación hacia el conocer y el conocer verdadero. (9)

Cuando estas experiencias se ejercitan y desarrollan, configuran la capacidad espiritual por excelencia, **la capacidad de amar y la de vivir en el Orden del Amor.** Amar es vivir en la

trascendencia del Espíritu, es vivenciar simultáneamente hacia la interioridad y la exterioridad, los trascendentales; La Bondad, La Belleza, La Verdad.

7- El Espíritu es principio de Vida.

La palabra **Vida** la tomamos en su sentido más amplio como ese **principio dinámico** que promueve todos los contenidos que se dan dentro de ella: biológicos, psicológicos, espirituales, personales, culturales, sociales, etc.

La vida es la necesidad más elemental y básica para que se den todas las demás capacidades. **Solo existimos viviendo**. La unión de nuestra alma, nuestro espíritu y nuestro cuerpo hace que estemos “**en vida**” y que **vivamos** al modo humano, es decir, que existamos **en el mundo** y que aspiremos a ser libres.

A la vida se la **siente**. La conciencia que tenemos de nuestra vida no es la conciencia de una cosa sino la conciencia de nosotros mismos. (9)

Somos una totalidad viviente. La vida es la unidad que circula entre nuestras diferentes funciones. Podemos tener diversas partes del cuerpo pero a la vida no se la puede dividir en partes. Podemos considerarla como la **unidad indivisible** de una **organización** que nos sorprende y nos maravilla por su sabiduría. En medicina se dice que la función hace al órgano. La vida aparece como una unidad organizada de todas las funciones y de todos los órganos, con el equilibrio capaz de generar respuestas para su finalidad última que es el **permanecer en vida**. (9)

El hecho de ser cuerpos en vida nos determina en un **tiempo** ligado a la evolución y en un **espacio** ligado a nuestra capacidad de desarrollo y movimiento.

Entonces la vida se presenta como unidad de crecimiento, para cada sujeto con sus etapas de nacimiento, infancia, adolescencia, juventud, adultez, vejez. Y también para cada grupo social. Ella es la que mantiene el **orden** en el espacio y en el tiempo

La vida produce vida, mientras que la voluntad solo produce cosas. (9)

¿CÓMO INTEGRAMOS LA DIMENSIÓN ESPIRITUAL EN LA PRÁCTICA CLÍNICA?

Desde que los humanos fueron conscientes de su propia fragilidad y mortalidad, han buscado respuestas a los misterios de la vida. Las preguntas sobre el objetivo de nuestra existencia y sobre lo que sucede después de la muerte siempre formarán parte de la experiencia humana.

Podemos demarcar físicamente la presencia del fenómeno religioso junto a la presencia humana. Pues en las diferentes excavaciones arqueológicas, los restos óseos humanos se desvanecen junto a sus utensilios y artefactos, entre otros, los de uso religioso o ceremonial. El conocimiento sobre las creencias humanas **antes de la aparición de la escritura** es conjetural. Las principales fuentes de conocimiento sobre la religión prehistórica (o sea previo a la escritura) proceden de **las pinturas rupestres y de los objetos hallados en las tumbas**. Unas de las primeras evidencias prehistóricas sobre la posibilidad de creencias religiosas son los **“Ajueres funerarios”**. En ellos se ponían junto al cadáver objetos personales como lanzas, broches, cuentas de marfil, etc.

Se calcula que **los neanderthales** empezaron a enterrar a sus muertos hace al menos **60.000 años**. Anteriormente a los **neanderthales** no hay evidencia de que los humanos enterraran a sus muertos o creyeran en un poder superior. Pero por los objetos hallados en las tumbas, se deduce que la muerte era vista a menudo como un punto de unión con otro mundo.

Con el Homo Sapiens se introduce el **pensamiento consciente**. La capacidad **del Homo Sapiens** para **pensar, planificar y abstraer ideas** es única. Estas aptitudes cognitivas, aparecieron hace unos **50.000 años** o tal vez antes. Con estas aptitudes también surgen las creencias.

Uno de los enterramientos más antiguos y suntuosos es el de **Sungir (Rusia)**, datados 25.000 años a.C. La gran riqueza y variedad de los objetos junto a los cuerpos indica que este pueblo vivía en una sociedad compleja y que les preocupaba lo que sucedía después de la muerte. Uno de los individuos es una niña de unos 8 años hallada junto a los restos de más de 5.000 cuentas de marfil, cada una de las cuales debió de requerir más de una hora de trabajo.

Podríamos pensar que estos objetos eran necesarios en el viaje del difunto hacia otra vida. En otras culturas se dejaba comida junto al cadáver, lo cual sugiere una creencia en un más allá donde el sustento es necesario.

En las ruinas de **Çatal Hôyûk, en Turquía** (7.000 a.C) sus pinturas murales parecen indicar que este lugar se usaba con fines ceremoniales.

Pero hasta que las diferentes culturas no dejaron registros escritos, el conocimiento sobre creencias y vida después de la muerte solamente es conjetural. Pueblos y culturas han compartido la creencia en un poder superior y en otra vida. **“El libro de los muertos”** es el nombre de una colección de **textos funerarios** sobre papiro datados hacia 1.600 a.C. Se cree que fueron usados por los antiguos egipcios como un conjunto de **instrucciones para**

la vida de ultratumba. Los ajuares funerarios depositados en las pirámides para ayudar a los faraones después de su muerte, confirman la creencia en otra vida. También la creencia en otra vida después de la muerte o en la reencarnación es esencial en muchas religiones, como el hinduismo, el budismo y el cristianismo. (19)

Podemos concluir con la idea de que la religión es tan antigua como el hombre. Si bien no se sabe cuál es la religión original. En realidad, históricamente, fueron sincretismos: o sea la unión de dos religiones. En realidad cada religión es secta en su origen, porque es parte o sector de otra. Por ejemplo el cristianismo viene del judaísmo, el judaísmo de los hebreos, los hebreos de los antiguos cananeos. Pero para el creyente, su religión es la “auténtica”. (8)

Volviendo a un contexto nacional, hace menos de dos años, el diario La Nación, publica el miércoles 27 de agosto del 2008, algunos resultados de una investigación realizada por el **Conicet**, en conjunto con las Universidades Nacionales de Buenos Aires, Rosario, Cuyo y Santiago del Estero. Estas afirman que **nueve de cada diez argentinos creen en Dios**. De 10 argentinos sólo uno **no** cree en Dios; de los nueve restantes, siete son católicos, uno, evangélico, y el último puede ser judío, islámico, espiritista o de otro credo. Esto lo revela la **primera encuesta sobre las creencias y actitudes religiosas en la Argentina, realizada por el Conicet y cuatro universidades nacionales sobre 2403 personas mayores de 18 años de todo el país**, y se enmarca en un proyecto de investigación que busca analizar las relaciones entre religión y estructura social en la Argentina del siglo XXI.

Jesucristo encabeza el ranking de creencias con el 92 %, es seguido por el **Espíritu Santo** 85 % y la **Virgen** 80 %. La lista sigue con los **ángeles** 78 %, los **santos** 76 %, la “**energía**” 64 % y los **curanderos** 39 %.

La encuesta realizada en todo el país, revela que el 91 % de los argentinos cree en Dios. Ese porcentaje es mayor entre las personas sin estudios (95 %), los mayores de 65 años (97 %) y los habitantes de ciudades chicas (94 %). (16).

Con este repaso que realizamos desde la prehistoria, la historia y el momento actual, **podemos concluir que las creencias religiosas o en una dimensión espiritual, han constituido y constituyen un elemento fundamental en la construcción del pensamiento humano.**

Las tres dimensiones del ser humano:

Anteriormente analizamos, que podemos diferenciar tres dimensiones en el ser humano:

a- El cuerpo físico, que se ocupará de las funciones vinculadas a la conservación de la salud y el bienestar físico; b- La psiquis con sus creencias; que se ocupará de las funciones vinculadas a la relación entre el soma y el pneuma; c- El espíritu. Todas las antiguas culturas conocían la existencia de este poder que gobierna el universo entero. Esta fuerza vital ha sido llamado **chi** en China; **ki**, en el Japón; **prana**, en la India; **soplo de vida**, por los hebreos; **Verbo**, por los cristianos. (1)

Desde tiempos lejanos sabemos que estos constituyentes interactúan continuamente y que necesitan ser tratados como una unidad para que exista equilibrio. En las culturas primitivas, las funciones de médico, psicólogo y sacerdote eran desempeñadas por una sola persona. A lo largo de los siglos, estas funciones se han ido diferenciando y, en nuestros tiempos, se han convertido en especialidades desarrolladas por distintos profesionales. Debido a esto, los seres humanos, somos tratados como entidades divididas y compartimentadas, sin que exista conexión entre las partes y sin posibilidad de integración. El médico se ocupa del cuerpo físico y pocas veces en su totalidad, el psicólogo y el sacerdote, pretenden tratar el alma. Y lo más grave es que estos profesionales habitualmente no interactúan y suele suceder que tampoco se ponen de acuerdo.

Por esto, **en relación al terreno profesional** necesitamos ir más allá de la información, para dar paso a una **formación profesional**.

Creencias y sistema de creencias.

Desde la esfera mental, la meta de nuestro psiquismo es la construcción de nuestra personalidad, nuestra identidad, nuestro yo, el cual se enraíza en nuestro **sistema de creencias**. Una **creencia** es un pensamiento, una idea con una gran carga afectiva, internalizada desde una figura de autoridad tal con la que el sujeto se identifica y genera una alineación de sus pensamientos, sentimientos y comportamiento.

Toda creencia incluye la aceptación de dicha idea sin el conocimiento completo requerido para garantizar su verdad. Cuando la verdad de la proposición se torna evidente ya no hablamos de creencias sino de **conocimiento**. (18)

La creencia es un pensamiento al cual nuestro espíritu se ha adherido dándole calidad de verdad. Toda **creencia** tiene un **efecto organizador** (cualidad del Espíritu) que posibilita un

reordenamiento de las diferentes funciones psíquicas. Podemos decir que hace del **Caos**, **Cosmos** y permite a los diferentes sujetos vivir organizadamente. (18)

Las creencias tienen este efecto organizador si está inscripto en **un sistema de creencias compartido**. Una creencia no funciona si no hay un código compartido.

Cada uno de nosotros tiene un estilo de vida, una historia, una concepción del mundo, que condiciona el modo en que vivimos y proyectamos... en realidad creencias para explicar creencias. (18)

Tomemos por ejemplo las patologías adictivas, en estos casos, los pacientes tienen creencias que no valoran la vida en sí, y un sistema de creencias compartido por la familia y/o el entorno social donde se refuerza directa o indirectamente la descalificación de la propia vida.

En toda patología adictiva encontramos estos tres factores:

- 1º) que el elemento adictivo es considerado un bien necesario para sobrevivir (así lo decidió el paciente, consciente o inconscientemente, en un momento de su vida).
- 2º) Un sistema de creencias compartido por el paciente y su entorno, en el cual la vida no tiene sentido ni valor.
- 3º) Un entorno familiar, cultural y/o económico que sostiene este sistema de creencias.

Tanto en las creencias de estos pacientes como en el sistema de creencias compartido por su entorno social, no hay lugar para la consideración de un sentido espiritual, si consideramos la espiritualidad (en el plano de las creencias) **como el convencimiento profundo de que nuestra existencia tiene un valor y un sentido trascendente**.

Por ello la mirada profesional tiene que estar puesta no solamente en el paciente sino también en su entorno familiar y social. Tanto la sociedad como el entorno familiar sostienen o promueven el sistema de creencias, que inducen y mantienen al sujeto a la conducta adictiva o al consumo. Uno de los objetivos principales será un cambio profundo en el sistema de creencias de estos pacientes abordados desde la psicoterapia, o desde un sistema psicoterapéutico como los grupos de Alcohólicos Anónimos o una religión organizada, o bien por el trabajo con un líder espiritual.

Finalmente para los que así lo requieran podrán ser orientados para continuar un desarrollo de su vida espiritual según sus propias creencias.

La meta de la práctica espiritual es la integración de nuestra dimensión corporal, psíquica (mental/social) y espiritual.

Períodos regulares de silencio y soledad aquietan la psiquis, alimentan el silencio interior e inician la dinámica del autoconocimiento.

Es así como la persona comienza a auto observar si lo que piensa, lo que siente sensorialmente, lo que siente emocionalmente, lo que habla y lo que actúa están integrados, son congruentes. Es muy común que estas funciones del comportamiento estén disociadas y pienso de una manera, pero actúo de otra, y hasta siento contradictoriamente.

Para desarrollar nuestra vida espiritual contamos con cualquier actividad que promueva **la expresividad y el autoconocimiento**: psicoterapia; consejería; técnicas corporales; técnicas expresivas ligadas al arte; actividades artísticas; actividades contemplativas en la Naturaleza; Yoga; Tai Chi.

O bien **prácticas espirituales específicas** como la **meditación, la contemplación, la oración y el culto**.

Todas ellas llevan a un aquietamiento del contenido mental, y a la introspección, favoreciendo el proceso de auto observación, y que afloren contenidos internos como así el propio potencial.

Se denominan “**prácticas espirituales**” a aquellos ejercicios que podrán ser:

- de orden físico, como el régimen alimentario o los rituales;
- de orden discursivo, como el diálogo, la meditación y la oración;
- o intuitivo, como la contemplación.

Todos ellos están destinados a operar una modificación y una transformación ontológica en el sujeto que las practica, es decir, un cambio en la percepción de su ser.

Hay tres metas principales para el cuidado espiritual del paciente:

1-Fomentar la integridad dentro del paciente (promoviendo el autoconocimiento y explorando sus creencias y sistema de creencias compartido);

2-Promover los vínculos interpersonales;

3-Respetar y aumentar la búsqueda personal de significado. (17)

Es necesario que el médico esté sensibilizado a las **necesidades espirituales** de sus pacientes, reconociéndolas y respetándolas. (17) La calidad de vida de los pacientes mejora

cuando sus necesidades espirituales son satisfechas. Para el paciente juega un papel fundamental la valoración de su vida espiritual, por parte del médico.

Para ello es necesario integrar a la evaluación médica inicial la **Historia Clínica Espiritual**, la cual constituye un instrumento excepcional que permitirá establecer un punto de contacto entre el paciente y su médico, el psiquiatra, la enfermera, el asistente social, etc.

Espiritualidad y práctica clínica.

La dimensión espiritual en el ser humano se manifiesta por la búsqueda de respuestas ante su experiencia de finitud, de frustración y de falta de sentido para comprender la existencia. De ahí se desprende que todos los pueblos de la tierra y en todos los tiempos hayan tenido un concepto de Dios.

Podemos percibir que una persona o un paciente comienza a **darse cuenta** de su vida espiritual porque se inquieta por **preguntas existenciales**:

¿Qué sentido tiene la vida? ¿Qué sentido tiene el sufrimiento y la enfermedad? ¿Qué pasa después de la muerte? ¿De dónde venimos? ¿Quiénes somos? ¿A dónde vamos? ¿Quién soy verdaderamente yo?

Todas estas preguntas evidencian una apertura de su Conciencia que ha trascendido los límites de su yo personal y contextual, ubicado en un tiempo y espacio determinado.

Es habitual que en esta etapa se vivencie lo que llamamos “**Angustia existencial**”.

El paciente vivencia esta angustia, aparentemente sin “motivos”, no sabe explicar su origen, y necesita ser escuchado con una profunda empatía.

Estas preguntas no deben ser desestimadas, aunque no se encuentren respuestas.

Si el paciente no encuentra valoración o escucha sincera para estas inquietudes, como así también ante vivencias como el dolor o la incapacidad por una enfermedad, o ante experiencias vinculadas a la muerte de un ser querido o de la propia muerte, comenzará a producirse el **sufrimiento existencial**. Este se extenderá desde la falta de alegría existencial, sensación de un profundo vacío, angustia; cansancio vital; vivencias de desesperanza; pérdida de sentido de la propia vida, incluso ideación suicida; etc.

El sufrimiento existencial está directamente relacionado al vacío existencial.

En este punto es importante que el médico, o cualquier trabajador en el área de salud, detecten que el paciente presenta “**sufrimiento existencial**”.

Historia Clínica Espiritual.

Ella nos permitirá evaluar las necesidades espirituales del paciente. Se podrán registrar datos como:

- 1- ¿Cuál es su fe o creencia, si es que la tiene?
- 2- ¿En qué grado su fe lo ayuda en este momento de su vida?
- 3- La importancia de la fe para su enfermedad.
- 4- La importancia de la fe en otras circunstancias de su vida.
- 5- La existencia de personas con quien puede hablar de asuntos religiosos o espirituales.
- 6- Su interés para hacerlo en el momento de la evaluación.
- 7- Sobre su espiritualidad personal y prácticas espirituales o religiosas.
- 8- Si participa de una religión organizada.
- 9- Sobre recursos interiores como esperanza, fuerza, conectividad, sentido o significado.
- 10- ¿Cómo expresa mejor su espiritualidad?
- 11- ¿Qué cree que le da sentido o propósito a su vida?
- 12- ¿Cuál es su fuente de fortaleza?
- 13- ¿Tiene sentimientos de resentimiento?
14. ¿Tiene vínculos importantes para su vida los cuales se encuentran interrumpidos, distanciados o fracturados?
- 15- ¿Ha sido de ayuda un soporte espiritual en el pasado? (1; 17)

Vale considerar que tan sólo por hablar de la propia vida espiritual, se posibilita que el paciente exponga dudas, necesidades, preocupaciones, se sienta aceptado y de por sí, se tranquilice.

El abordaje de la dimensión espiritual desde el plano profesional.

En cuanto a la capacidad operativa profesional, son posibles **cuatro tipos de abordajes** para la dimensión espiritual:

- 1) El acompañamiento espiritual,**
- 2) La consejería,**
- 3) La psicoterapia,**
- 4) Los sistemas psicoterapéuticos. (17)**

Para concluir vale mencionar que ninguna profesión puede apropiarse para si el campo de lo espiritual; ni siquiera los representantes de lo sacro. Esto es así porque es el paciente quien demanda un momento de intimidad espiritual a quien cree que puede dárselo sin importar su profesión. (17)

Buenos Aires, marzo de 2010.

Bibliografía.

- 1- BIANCHI, R. "Clínica, espiritualidad y religión. Monografía integradora". APSA. Enero, 2009. <http://animasalud.com.ar/04-espiritualidad-y-psiquiatria>.
- 2- BIANCHI, R. "Religión y Espiritualidad". <http://animasalud.com.ar/04-espiritualidad-y-psiquiatria>.
- 3- CAMERON, J. "El camino del artista". 1º edición 2000. 5º reimpresión 2008. Editorial Troquel. Buenos Aires.
- 4- CROATTO, J. "Los Lenguajes de la Experiencia Religiosa". Buenos Aires. 1994.
- 5- EY, H. "Estudios Psiquiátricos". Vol I. Tomo I. Buenos Aires. Editorial Polemos. 2008.
- 6- FRANKL, V.E. "El hombre doliente. Fundamentos Antropológicos de la psicoterapia". Barcelona, Editorial Herder. 1994.
- 7- FROMM, E. "Psicoanálisis y Religión". Buenos Aires, Editorial Psique. 1960.
- 8- FUSTER, S. "Clases magistrales: Historia de las religiones". Centro Cultural Espacio Y. Capital Federal. Argentina. 2008.
- 9- GILOTAUX BERGER, M.F. "Clases magistrales". Centro de Espiritualidad Santa María. Materia, Antropología Filosófica. Curso de Acompañamiento Espiritual. 2008.
- 10- GRUN, A. "Las Fuentes de la Espiritualidad". Navarra, Editorial Verbo Divino. 2005.
- 11- GRUN, A., DUFNER, M. "La Salud como tarea Espiritual". Traducción Gutiérrez, G. Buenos Aires, Ágape libros. 2006.
- 12- GUÉNON, R. "Símbolos fundamentales de la Ciencia Sagrada". Traducción Valmard, J. 1º edición Editorial Gallimard, 1962. 3º edición en español, Buenos Aires, Eudeba. 1988.
- 13- HADOT, P. "¿Qué es la Filosofía Antigua?". México. Ed. FCE. 1998.
- 14- JUNG, C.G. "Psychological reflections". Princeton, N.J; Bollingen, 1978.

- 15- JUNG, C.G. “Recuerdos, sueños, pensamientos”. Traducción M.Rosa Borrás. 1º edición 1964. 3º edición 1981. Barcelona, Editorial Seix Barral S.A.
- 16- PREMAT, S. “Diario La Nación”. Miércoles 27/ 08/ 2008, pág. 1 y 11.
- 17- RIVERA-LEDESMA, A.; MONTERO-LÓPEZ LENA, M. “Anales de Psicología”. Vol 23, N° 1, junio 2007. Universidad Nacional Autónoma de México.
- 18- SINAY MILLONCHICK, C. “Creencias”. Curso del Capítulo de “Psiquiatría y Espiritualidad” Ad.Hoc. 24º Congreso de Psiquiatría APSA. Mar del Plata. Abril. 2008.
- 19- NOBLE, E.H. directora. “Enciclopedia esencial de la Historia del Mundo”. Clarín. 2009.
- 20- WILBER, K. “Ciencia y Religión. El matrimonio entre el alma y los sentidos”. Barcelona 1º edición en castellano 1998. 2º edición 2004.
- 21- YAYA, I. “Efectos psicológicos de la meditación oriental”. Tesina de Universidad de Belgrano. N° 198. Facultad de Humanidades. Licenciatura en Psicología. Departamento de investigación. Noviembre 2005.
- 22- ROGERS, C. “El Proceso de convertirse en Persona. Mi técnica terapéutica”. Traducción Wainberg, L.R. México, Editorial Paidós Mexicana, S.A. 1993.
- 23- WATTS, A. “Psicoterapia del Este, psicoterapia del Oeste”. Barcelona. Kairos. 1983.