

O manejo psicoterapêutico com a religião e a espiritualidade na clínica: mente de principiante

The psychotherapeutic management of religion and spirituality in the clinic: beginner's mind

El manejo psicoterapêutico con la religión y la espiritualidad en la clínica: mente de principiante

Matheus Coutinho dos Santos Alves¹, Maycon Rodrigo da Silveira Torres²

Como citar esse artigo. Alves, MCS. Torres, MRS. O manejo psicoterapêutico com a religião e a espiritualidade na clínica: mente de principiante. Rev Pró-UniversUS. 2023; 14(2):26-32.



Resumo

A religião e a espiritualidade são elementos constantemente presentes no cenário psicoterapêutico, demandando da profissional um manejo adequado. A formação em Psicologia carece de debates significativos sobre o tema, o que pode resultar em dificuldades e inseguranças na profissional, aumentando a chance de erros éticos em sua abordagem. O objetivo principal deste estudo é explorar o que constitui um manejo adequado da religião e a espiritualidade na clínica psicoterapêutica. Para isso, utiliza como metodologia uma revisão bibliográfica exploratória da Psicologia da Religião e da Espiritualidade. Ao abordar diretamente a questão do tema na prática clínica, destaca as principais orientações encontradas na literatura, as tensiona a partir de uma discussão sobre o que envolve a profissão de psicoterapeuta e explora questões complementares, como a psicopatologia da religião e da espiritualidade e a relevância de integrar a Psicologia da Religião e da Espiritualidade no currículo acadêmico. Articulando o que foi abordado, desenvolve acerca do processo de construção do psicoterapeuta e a relação deste com o manejo da espiritualidade e religião e apresenta o aporte fenomenológico à temática. Por fim, oferece no conceito de mente de principiante, do zen budismo, uma síntese dos argumentos e uma possível postura clínica. O trabalho parece concluir seu objetivo, porém, destaca-se seu escopo generalista que, mesmo que proposital, afeta o rigor da análise. Há necessidade de uma continuidade de estudos para aprofundar seus argumentos.

Palavras-chave: Religião e Psicologia; Espiritualidade; Psicoterapia; Psicologia Clínica; Budismo.

Abstract

Religion and spirituality are elements constantly present in the psychotherapeutic setting, demanding from the professional an adequate handling. The training in Psychology lacks significant discussion on the subject, which may result in difficulties and insecurities in the professional, increasing the chance of ethical errors in her approach. The main objective of this study is to explore what constitutes an adequate management of religion and spirituality in the psychotherapeutic clinic. To this end, it uses an exploratory literature review of the Psychology of Religion and Spirituality as its methodology. By directly addressing the issue of the topic in clinical practice, it highlights the main orientations found in the literature, and discusses them based on a discussion of what the profession of psychotherapist involves and explores complementary issues, such as the psychopathology of religion and spirituality and the relevance of integrating Psychology of Religion and Spirituality into the academic curriculum. Articulating what was discussed, it develops about the process of construction of the psychotherapist and its relation with the management of spirituality and religion and presents the phenomenological contribution to the theme. Finally, it offers a synthesis of the arguments and a possible clinical posture based on the concept of beginner's mind, from Zen Buddhism. The work seems to conclude its objective; however, its generalist scope stands out, which, even if on purpose, affects the rigor of the analysis. There is a need for further study to deepen its arguments.

Descriptors: Religion and Psychology; Spirituality; Psychotherapy; Clinical Psychology; Buddhism.

Resumen

Religión y espiritualidad son elementos constantemente presentes en el encuadre psicoterapêutico, exigiendo del profesional un manejo adecuado. La formación en Psicología carece de debates significativos sobre el tema, lo que puede resultar en dificultades e inseguridades en el profesional, aumentando la posibilidad de errores éticos en su abordaje. El objetivo principal de este estudio es explorar lo que constituye una conducción adecuada de la religión y de la espiritualidad en la clínica psicoterapêutica. Para ello, utiliza como metodología una revisión bibliográfica exploratoria de la Psicología de la Religión y de la Espiritualidad. Al abordar directamente la cuestión del tema en la práctica clínica, destaca las principales orientaciones encontradas en la literatura, y las tensiona a partir de una discusión sobre lo que envuelve la profesión de psicoterapeuta y explora cuestiones complementarias, como la psicopatología de la religión y de la espiritualidad y la relevancia de la integración de la Psicología de la Religión y de la Espiritualidad en el currículo académico. Articulando lo discutido, elabora sobre el proceso de construcción del psicoterapeuta y la relación de éste con el manejo de la espiritualidad y la religión y presenta la contribución fenomenológica al tema. Finalmente, ofrece en el concepto de mente principiante, proveniente del budismo zen, una síntesis de los argumentos y una posible postura clínica. El trabajo parece concluir su objetivo, sin embargo, se destaca su alcance generalista que, aunque a propósito, afecta el rigor del análisis. Se echa en falta una continuidad de estudios para profundizar en sus argumentos.

Palabras clave: Religión y psicología; Espiritualidad; Psicoterapia; Psicología clínica; Budismo.

Afiliação dos autores:

¹Bacharel em Psicologia pela Faculdade Maria Thereza - FAMATH. RJ, Brasil. E-mail: macoutinho@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8637-3777>

²Doutor em Psicologia pela Universidade Federal Fluminense - UFF. Pós-Doutorando em Estudos da Subjetividade. Professor de Graduação em Psicologia na Faculdade Maria Thereza - FAMATH. Membro do Núcleo de Psicanálise e Laço Social. RJ, Brasil.

*E-mail de correspondência: macoutinho@gmail.com

Recebido em: 18/06/23. Aceito em: 06/07/23.

Introdução

A experiência religiosa varia de pessoa para pessoa. Para alguns indivíduos, a forma da vivência religiosa se estabelece na religião instituída de uma comunidade de fé, para outros, se dá de maneira privada, em crenças e sentimentos espirituais individuais¹.

A religião pode ser definida como a organização de uma comunidade religiosa como instituição, com sistemas de discursos e práticas definidas e estruturadas, relacionadas ao transcendente. O transcendental é tudo aquilo que concerne a experiência de uma dimensão e realidade além do mundo material e físico. Por sua vez, a religiosidade vai tratar da vivência particular e singular do indivíduo com suas experiências de cunho religioso e/ou espiritual, em contato com as práticas e discursos religiosos. Ou seja, seu modo particular de se viver as crenças que adere. Espiritualidade é um termo mais amplo, de caráter transcendental ou não, que designa as experiências e buscas de sentido de vida de uma pessoa¹.

No Brasil, nos anos 2000, cerca de 98% a 99% das pessoas acreditavam em Deus, e mais de 92% da população possuía alguma religião². Acerca das estatísticas relacionadas à psicoterapia: “em média, 90,0% dos clientes de psicoterapia identificam-se com alguma religião, 86,0% acreditam em Deus, 49,0% frequentam alguma instituição religiosa e 47,0% consideram a fé muito importante em suas vidas”^{3:37}. Um país laico, temos cerca de 4% de aderentes de religiões minoritárias, 8% que declaram não ter religião e 87,8% de cristãos, dentre estes, católicos e evangélicos⁴.

É interessante levantar a questão de como a espiritualidade e a religião, presente na experiência da maioria da população, afeta a vida destas pessoas. A Organização Mundial de Saúde (OMS) incluiu, em 1988, a espiritualidade no conceito multidimensional de saúde, determinando a relevância desta dimensão na saúde integral da pessoa para todas as profissões da área, incluindo nestas as psicólogas.

A psicologia da religião e espiritualidade é uma temática de suma importância para a ciência psicológica e vital para a compreensão do ser humano. A religiosidade e a espiritualidade são traços unicamente humanos. Não é de se surpreender que questões espirituais e religiosas apareçam, trazidas pelo sujeito, nos espaços de atuação da psicóloga.

Ao se ocupar com a questão do manejo da psicóloga com a espiritualidade e a religião, o trabalho busca compreender os processos e os caminhos relacionados a esta problemática, com a intenção de explorar as propriedades deste manejo e, desta maneira, construir considerações embasadas acerca da responsabilidade ética que devemos ter, como profissionais, quando nos defrontamos com questões religiosas e espirituais.

No código de ética profissional da psicóloga está listado, nos princípios fundamentais, o compromisso com a Declaração Universal dos Direitos Humanos⁵. No artigo 18 deste, está registrado o direito à liberdade religiosa, incluindo os direitos de mudar de crença e manifestar e expressar livremente suas crenças e práticas religiosas em público ou em particular. Entendemos, então, que cabe ao exercício da psicóloga um compromisso com o respeito e a abertura às crenças e práticas religiosas de seus clientes e pacientes.

Muitas são as preocupações éticas relacionadas à presença de aspectos da espiritualidade e da religião na profissão da psicóloga, que tem a ver com o cuidado para que o profissional não influencie ou induza o atendido a adotar, mudar ou abandonar determinados posicionamentos ou práticas religiosas. Talvez por consequência da complexidade ética do assunto, abordá-lo se tornou uma questão delicada na Psicologia⁶.

Considerar as implicações da espiritualidade e religião na relação terapêutica permitirá um entendimento embasado sobre como a psicóloga deve lidar com essas questões de forma ética. O objetivo geral da pesquisa é explorar como a psicologia da religião e espiritualidade informa um manejo ético dessas questões pela psicóloga na clínica. Os objetivos específicos incluem desenvolver as bases desse manejo ético, levantar suas implicações na relação terapêutica, destacar a relevância da disciplina de psicologia da religião e espiritualidade na graduação em Psicologia e traçar uma síntese dos argumentos encontrados.

Metodologia

O presente trabalho, de uma abordagem qualitativa, utiliza como metodologia uma revisão bibliográfica exploratória, com o objetivo de desenvolver, através da leitura de livros e artigos científicos, uma compreensão aprofundada do tema escolhido⁷.

Para este fim, utiliza de artigos científicos retirados das bases de dados *Scientific Electronic Library Online*, SciELO e o *Portal de Periódicos Eletrônicos em Psicologia*, Pepsic, buscados através dos descritores “Psicologia”, “Religião” e “Espiritualidade” e selecionados, após leitura de título, resumo e artigo completo, de acordo com a relevância ao assunto. Esse conteúdo foi comparado com outras referências de apoio, como as revisões sistemáticas de Torres et al^{8,9}. O corte temporal foi de 10 anos, de 2011 a 2021.

Como respaldo teórico para a compreensão da clínica psicológica, usa majoritariamente autores da Gestalt Terapia^{10,11}, mas, considerando o escopo amplo da temática do manejo da religião e espiritualidade, não se limita a tal, abordando perspectivas de autores de diferentes abordagens. Como ponto de síntese,

articula, no final, o conceito de *Mente de Principiante*, ou *Shoshin*, do Zen Budismo, como visto por autores da psicologia.

Resultados e discussões

Tratar de assuntos religiosos na prática clínica e na psicologia em geral foi considerado tabu devido a um paradigma científico que negligenciava outros saberes, tornando periférico o debate sobre o manejo desses temas⁶.

Porém, a questão tem despertado o interesse das psicólogas das últimas décadas, gerando vários estudos na área específica da espiritualidade e religião no setting psicoterapêutico. Este campo desenvolve as questões éticas e técnicas relacionadas ao aparecimento de conteúdo religioso ou espiritual, a partir do cliente, durante o processo terapêutico¹². Este interesse é um fenômeno múltiplo e interdisciplinar, motivado pela compreensão que a ciência vem construindo sobre a relação entre religião, espiritualidade e saúde, hoje considerada dimensão importante para a saúde integral⁸.

São muitas as formas em que a religião e a espiritualidade se manifestam no cotidiano das pessoas, por consequência, temas relacionados à vivência religiosa e espiritual aparecem de maneiras plurais na clínica, como demanda para o profissional. Para a literatura contemporânea, é consenso que a psicóloga tem a responsabilidade de ser aberta e respeitar tais manifestações, considerando-as potencialmente significativas para o desenvolvimento do ofício psicoterapêutico. Para obter sucesso neste manejo, propõe-se, para a prática clínica, algumas orientações.

Alguns autores⁶ ressaltam a importância do cuidado para evitar confrontar as crenças religiosas e espirituais do cliente e induzir posições pessoais do terapeuta. Essa abordagem é essencial para preservar a subjetividade do cliente e garantir um processo terapêutico eficaz^{6, 12, 13}.

Para isso, é importante que os psicólogos nutrem um conhecimento geral sobre as expressões religiosas e espirituais de sua cultura e se atualizem nos desenvolvimentos teóricos da psicologia da religião e espiritualidade¹².

Há de ser considerada, primariamente, a forma em que a religiosidade do paciente se constrói. A pluralidade de maneiras em que pessoas diferentes podem interpretar distintamente uma mesma doutrina é algo muito salientado, e de relevância como lembrança constante à psicóloga⁸.

Esse mesmo entendimento serve de alerta para o profissional se atentar às formas como as crenças e práticas religiosas e espirituais do paciente se relacionam com a manutenção dos seus sintomas, salientando que

a religião e a espiritualidade nem sempre são benéficas, e também podem se expressar como um fenômeno mal adaptativo e prejudicial a saúde. Os principais autores que se debruçaram^{2,3,14} sobre o tema da psicopatologia e a religião, identificando questões possivelmente deletérias e se esforçando no caminho de uma distinção entre experiência religiosa e sintoma patológico.

Para os autores, as experiências religiosas costumam seguir uma lógica de conteúdo coerente com a doutrina religiosa do sujeito, e são aceitáveis dentro da comunidade religiosa. Mas os sintomas psicopatológicos, como o delírio religioso, costumam possuir conteúdo bizarro, destoante e auto-orientado, como status divino ou posse de habilidades especiais. Nos quadros psicopatológicos, as vivências têm um aspecto negativo no sujeito e podem colaborar para a deterioração do funcionamento social, enquanto nas experiências religiosas, costumam ser positivas e construtivas, produzindo significado espiritual e de autorrealização. As diretrizes de diferenciação continuam, e são atualizadas por revisões sistemáticas mais recentes⁸.

A religião e a espiritualidade como forma de construção de sentido de vida, e a possibilidade da resiliência ou *coping* religioso, são referenciados como acessos possíveis para o trabalho do psicoterapeuta, dado o consentimento das partes e um contexto adequado para sua utilização. Em sua definição, o *coping* religioso ou a resiliência religiosa é a capacidade do indivíduo de, ao se encontrar perante situações potencialmente geradoras de estresse, como calamidades, doenças e tragédias, usar do sistema simbólico de suas crenças religiosas para interpretar, produzir e encontrar sentido nestes eventos, organizando-os em uma narrativa que os possibilite aceitar ou sustentar a realidade dos fatos¹⁵.

Em uma pesquisa baseada em entrevistas com psicólogas¹², observou-se que os profissionais declaram achar possíveis e úteis o manuseio das crenças e das práticas de seus pacientes como recurso para o andamento do processo terapêutico, atividade que requer “a abertura para a metáfora, para os símbolos e para o desconhecido”^{12: 714}.

Muitos profissionais se sentem inseguros e despreparados para manejar as questões de religião e espiritualidade na clínica⁶, por isso, a expressa demanda da inclusão da psicologia da religião e espiritualidade é destacada pela grande maioria dos autores, como demonstra Torres et al.⁸, em sua revisão sistemática. Salientando, inclusive, a necessidade de se abordar a relação entre psicopatologia, religião e espiritualidade. Mas, pelo menos até o ano de 2020, ainda há uma falta de disciplinas estruturadas para apresentar a temática, mesmo que alguns estudantes reconheçam que ela é, mais ou menos, abordada durante o currículo no geral¹⁶.

O Laboratório de Psicologia Anomalística e

Processos Psicossociais da Universidade de São Paulo (USP), cita, em sua cartilha virtual *Psicologia & Religião*¹⁷, uma série de recomendações de manejo semelhantes às aqui expostas. Em tom de conclusão, afirma: “Enfim: deve-se atuar, de fato, como psicólogo(o)!”^{17: 33}. Uma asserção que pode ser interpretada como indicativo de que o manejo adequado da religião e espiritualidade, quando bem realizado, se traduz em um exercício pleno da prática psicológica. Este é um ponto de articulação interessante para o presente trabalho. Partindo dele, como se deve entender a atuação de uma psicóloga? Como essa atuação se relaciona com o manejo da religião e da espiritualidade?

A profissão paradoxal

Em muitas das orientações de manejo, a preocupação reside na alteridade do cliente e na relação do profissional com suas próprias crenças, evitando impor ou confrontar, e buscando compreender a religiosidade única do indivíduo. De fato, essa realidade do trabalho do psicoterapeuta é reconhecida como fundamental por Richard Hycner¹⁰, mesmo fora do escopo de nosso tema.

Há uma polaridade¹⁰ entre as dimensões objetivas e subjetivas inerentes à prática da psicoterapia. Não há escapatória, aponta, pois esta mesma polaridade é parte elementar da própria existência humana. O trabalho da psicóloga seria, justamente, sustentar um paradoxo de precisar estar em contato com o plano objetivo, como o conhecimento teórico e técnico, e o subjetivo, suas próprias afetações e intuições, e a experiência única da pessoa à sua frente. Isso é, destacadamente, difícil, e é o grande desafio de quem se propõe a trabalhar com a clínica. Por isso, Hycner denomina a psicoterapia de “a profissão paradoxal”^{10: 27}.

Reconhecer o que há de paradoxal na profissão da psicologia faz possível compreender como o bom manejo clínico da religião e da espiritualidade, como elaborado, pode ser interpretado como semelhante à atuação da psicóloga no geral.

A psicóloga precisa estar em plena presença como pessoa na relação com seu paciente, e, ao mesmo tempo, manter uma separação necessária para conseguir refletir sobre o que está acontecendo no setting terapêutico. Esta habilidade é considerada pedra basilar de todo seu ofício, e é muitas vezes definida como a escuta ativa ou qualificada¹⁸.

Um exemplo particularmente importante é o da psicanálise, disciplina que influenciou, de forma geral, a prática da psicoterapia⁹. Foi a primeira a formular algo análogo a essa atitude, colocando a ênfase em uma escuta que não julga e é não diretiva como ferramenta para fazer possível a análise. “O gênio pioneiro de Freud manifestou-se pela necessidade de ‘uma consciência

planando em equilíbrio’, isto é, uma consciência que não esteja sujeita aos extremos usualmente evocados no encontro humano”^{10: 29}.

Se aplica^{11,19} em discutir com profundidade os meandros do ofício psicoterapêutico. Para a autora, o psicoterapeuta passa por um processo de incorporação do conhecimento psicológico e o utiliza para se constituir e se atualizar enquanto profissional atuante. Cardella¹¹ afirma que o conhecimento oferece a possibilidade de enraizamento da tradição, ou seja, do saber teórico e científico, à singularidade que é o sujeito psicoterapeuta enquanto portador de seus próprios meios e estilo de atuação.

Associado a este processo está a capacidade de suspender as crenças pessoais, tais como os ditames teóricos, no momento de encontrar o sujeito em sua singularidade. Isto tem significância para a temática da religião e espiritualidade, pois, para a autora, “o acolhimento do paciente como totalidade que não pode ser capturada é atitude ética fundamental e possibilidade de encontro na relação terapêutica”^{11: 43}.

A autora destaca, ainda, a importância desta postura frente a uma tendência que identifica como “furto do Mistério”^{11: 44}, descrito aqui como a reificação do homem pelos excessos de rotulação, conceituação e tecnologização da vida moderna. Mistério, para a autora, parece querer dizer das qualidades da existência humana que são inefáveis e de difícil apreensão, como a própria espiritualidade e religiosidade. A “redução à coisa”^{11: 44}, a diminuição de suas qualidades misteriosas, tira da pessoa humana sua característica “que não pode ser capturada”^{11: 43}.

Outros autores^{10,11} seguem uma leitura fenomenológica-existencial da psicologia. Para essa linha, uma ciência tradicional, baseada em princípios racionais e lógicos, como a ciência natural de disciplinas como a matemática ou a química, não é de todo coerente com a Psicologia, que requer uma abordagem que reconheça a interdependência entre sujeito e objeto²⁰. A ciência fenomenológica, como fundada por Husserl (1859 - 1938) é apresentada como uma alternativa mais adequada, pois permite compreender os fenômenos psicológicos através de uma iniciativa descritiva, que compreende e leva em consideração a percepção subjetiva do pesquisador²¹.

Isto culmina em uma atitude baseada na suspensão de juízo fenomenológica, o “por entre parênteses”¹⁹ de juízo pré-estabelecido a favor de uma receptividade tão desobstruída quanto possível do que se apresenta, evitando reducionismos ou tensionamentos teóricos precoces¹⁹. Como é visto na literatura, pesquisas sobre o manejo da psicologia da religião e espiritualidade parecem ser consonantes com esta compreensão fenomenológica, destacando a importância da suspensão de preconceitos e a abertura às crenças do cliente e seus pontos de vista singulares¹².

Torna-se possível dizer, talvez, que a fenomenologia pode contribuir para uma ética do manejo da psicologia e religião, e oferecer ferramentas para a exploração mais a fundo de suas sustentações filosóficas e epistemológicas. Independente da abordagem escolhida pelo profissional, parece ser importante a consideração do discutido pela fenomenologia no manejo da religião e da espiritualidade¹¹.

Shoshin (初心), a mente de principiante como instrumento e ideal do manejo da Religião e da Espiritualidade

Com o intuito de fazer uma síntese sobre as considerações realizadas neste trabalho postula-se brevemente a utilização de um conceito zen-budista, *Shoshin* (初心), traduzido como mente de principiante, como uma maneira de iluminar os princípios de manejo anteriormente discutidos em uma nova forma, que pode transversalizar a questão e suscitar outras dimensões em sua discussão.

Este conceito é belamente introduzido pela afirmação do monge e mestre Zen Shunryu Suzuki (1904-1971) responsável por popularizá-lo em seu livro *Mente Zen, Mente de Principiante*²²: “Há muitas possibilidades na mente do principiante, mas poucas na do perito”^{22: 19}. Sua compreensão parte da premissa de que uma pessoa que inicia um aprendizado de algo, como uma arte ou um ofício, está plenamente equipada com a ingenuidade e o entusiasmo necessários para receber de forma aberta e sensível o novo conhecimento, enquanto o perito, aquele que já passou pelo processo introdutório de sua área, tem uma perspectiva já construída e, conseqüentemente, fechada e mais limitada²².

O acesso à mente de principiante, mesmo para aqueles que não são iniciantes, é descrito como um guia para nossa conduta diante das atividades da vida, permitindo um olhar fresco e desobstruído que revela mais possibilidades²². O monge²² aborda o tema em relação à prática zen budista da meditação sentada, ou *zazen*, e outros aspectos da tradição espiritual. No entanto, esse conceito, tal como outros da filosofia e da religião budista, se assemelha com os princípios da fenomenologia, sendo comparado por Veras²³ com a *epoché*, a suspensão de juízo Husserliana. Para o autor, essa mente, ou esse olhar, de principiante “sugere a colocação de valores e pré-concepções ‘entre parênteses’, suspendendo a crença no mundo natural e olhando para os fenômenos com um olhar ingênuo”^{23: 153}.

No campo da prática clínica da psicologia, esse conceito pode servir como forma de associar uma atitude ideal ao manejo da religião e da espiritualidade, ou, talvez, definir uma postura clínica no geral. O psicólogo e professor da Universidade de Stanford Dr.

Stephen Murphy-Shigematsu faz esta consideração em seu artigo *Vulnerability and the beginner's mind*²⁴, onde discute o uso do conceito no contexto de uma aula sobre narrativa e competência cultural para alunos da Saúde. Para ele, o ato de se deparar com a diversidade cultural na clínica, como no caso de pacientes com diferentes contextos religiosos, pode fomentar uma sensação de vulnerabilidade e despreparo.

No entanto, ele reconhece, essa experiência é útil para desenvolver um senso de humildade e abertura perante o desconhecido, a mente de principiante. A experiência de vulnerabilidade é o que justamente faz possível se estabelecer um “compromisso vitalício com a auto-reflexão, em vez de uma mestria distante de um corpo finito de conhecimento”^{24:399}. Para o autor, essa postura traz uma leveza de não precisar se ocupar com uma necessidade excessiva de ser competente, e estar disposto a apreciar o mistério tanto como a teoria, se empenhando em ouvir mais do que em falar.

Na clínica psicoterapêutica, quando a psicóloga se encontra perante a religiosidade e a espiritualidade do seu cliente, essas mesmas sensações de despreparo e vulnerabilidade podem aparecer⁶, e essa atitude do olhar de principiante aparenta ser uma potente via de acesso a um manejo adequado dessas questões. É uma atitude como esta que vai propiciar uma abertura à complexidade cultural do ser humano, mesmo quando se há o desejo, frente ao desconforto do não saber, de procurar apoio na teoria²⁴.

Murphy-Shigematsu continua, pedindo aos alunos que “refletissem sobre as suposições feitas em um encontro clínico, porque as suposições do paciente podem ser bastante diferentes das do profissional de saúde, e quanto maior a diferença cultural, maior a lacuna que precisa ser preenchida”^{24: 399}. Para isso, é crucial que o profissional de saúde procure estar, no momento de encontro com seu paciente, plenamente presente e praticando uma escuta ativa^{25, 26}.

A mente de principiante parece se instalar na clínica não apenas como uma analogia à epoché fenomenológica, mas sim como uma conduta que implica em um cuidado profundo e uma auto-reflexão constante que são reflexos do reconhecimento de uma dimensão inerente à profissão do psicoterapeuta de irremediável despreparo frente a complexidade humana²⁴⁻²⁶.

Observa-se que esta qualidade de auto-reflexão diz da habilidade do terapeuta de sustentar dentro de si sentimentos desconfortáveis como o de não saber, mas não apenas, já que deságua em uma atitude de espanto e maravilhamento em relação ao novo na clínica²⁴⁻²⁶.

Também parece possível colocar a mente de principiante como um antídoto ao efeito *Einstellung*, um viés cognitivo identificado pelo psicólogo da Gestalt Abraham S. Luchins (1914-2005) e sua esposa, a matemática Edith Luchins (1921 - 2002). O conceito diz da tendência da pessoa experiente, como um

profissional, de procurar resolver novos problemas com antigas e repetidas soluções, em detrimento de uma possível resposta mais adequada, mas não considerada. Nesses casos, muitas vezes, uma solução mais eficiente, mas inédita, pode não ser percebida, pois a pessoa se limita às suas experiências passadas²⁷.

Isto pode causar rigidez de pensamento e estagnação. A mente de principiante, como propõem autores de blogs de educação corporativa, se colocaria aqui como uma ruptura, que propicia desobstrução e o contato com novas perspectivas no processo de resolução de problemas²⁸. Parece ainda não existir trabalhos acadêmicos suportando diretamente esta relação, mas os proponentes da Terapia Dialética Comportamental, como Martha M. Linehan²⁵, também mestra zen budista, e Charles L. Swenson²⁶, que usam o conceito da mente de principiante em sua exposição teórica, contribuem com essa percepção na clínica.

Eles comparam a mente de principiante com a capacidade de entrar em cada novo contexto terapêutico com uma mente fresca e pronta para novas aprendizagens, disposta a explorar novas conexões e contextos. Ademais, postulam que essa mesma postura pode ser transmitida para a pessoa atendida, cansada de estar presa em ciclos que parecem se repetir²⁶.

Como instrumento e ideal do manejo da religião e da espiritualidade, entende-se que esse conceito reflete e ilustra a postura ética necessária para um bom manejo, exprimindo a compreensão geral do presente trabalho de que esse manejo se baseia em um equilibrar paradoxal entre a apreensão da teoria e da técnica relacionada à psicologia da religião e espiritualidade, e uma atitude de abertura ao novo.

Como diz Swenson²⁶, no momento presente do contexto de atendimento na clínica, está a realidade do terapeuta e do paciente, tanto como o que acontece entre eles a cada instante. Cabe ao terapeuta aplicar a teoria de forma a informar o momento presente, mas não o substituir. Se o profissional conseguir aplicar a mente de principiante, permanecerá aberto a todo tempo à dados novos²⁶.

Aprender a fazer isso, parece, é parte essencial da construção do psicoterapeuta, uma atividade inacabável e em constante atualização. A mente de principiante parece servir como uma assimilação do processo: ao mesmo tempo que há uma abertura ao novo, há uma vulnerabilidade e humildade inerente a esse estado mental que pede pelo suporte da teoria e da tradição²⁴⁻²⁶. Dito isso, reconhece-se que a brevidade da comparação limita o escopo de sua profundidade, mas, espera-se esperançosamente, abre espaço para futuras pesquisas.

Considerações finais

A psicologia da Religião e Espiritualidade se

coloca em travessia, ainda em desenvolvimento, mas construindo caminho para se tornar um campo fértil e de importância na formação de Psicologia no Brasil. Observou-se como essa temática se situa em um lugar misto, de difícil definição. Talvez, continue sempre assim. Afinal, a polissemia da religião e da espiritualidade parece pedir heterogeneidade nos esforços da psicologia em apreendê-la.

Ao trazer o conceito da mente de principiante, oferece um ponto de síntese do que é abordado. Ainda pouco explorado pela Psicologia, principalmente na literatura nacional, esse conceito, em si de origem religiosa e espiritual, foi abordado de forma a não fazer recorte teórico. Parece ser possível não fazê-lo dentro do propósito de sua utilização e a brevidade de seu uso no trabalho, mas cabe a advertência de que, em futuros estudos, uma captura mais rigorosa e específica talvez seja necessária.

A mente de principiante destaca o que se reconhece que é do manejo da religião e da espiritualidade na clínica terapêutica o essencial: a necessidade de abertura, de curiosidade e ingenuidade na hora de encontrar com a temática no setting, e o indispensável suporte da teoria e da ciência. Um verdadeiro iniciante não se faz sem esses dois fatores, ele se orienta pelo novo e se apoia humildemente no que há de estabelecido em seu campo para medir seus passos.

É importante esclarecer os vieses neste estudo. Há tendências para um ponto de vista fenomenológico e dialógico. A menção e a instrumentalização de conceitos do Zen Budismo, mesmo que seja algo referenciado e estabelecido no campo da Gestalt Terapia, diz do próprio viés espiritual e religioso do autor, que é zen budista e postulante a monge nesta tradição espiritual.

Referências

1. Shafranske EP, organizador. Religion and the clinical practice of psychology. 1st ed. Washington, DC: American Psychological Association; 1996. 619 p.
2. Dalgalarrondo P. Religião, Psicopatologia e Saúde Mental. 1ª ed. Porto Alegre: Artmed; 2008.
3. Cavalheiro CM, Falke D. Espiritualidade na formação acadêmica em psicologia no Rio Grande do Sul. *Estud Psicol (Campinas)* [Internet]. 2014. [Acesso em 10 Abr 2022]. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-166X2014000100004>.
4. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Censo Brasileiro de 2010. Rio de Janeiro: IBGE; 2012.
5. Conselho Federal de Psicologia. Código de Ética Profissional dos Psicólogos, Resolução n.º 10/05. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia; 2005.
6. Cunha V, Scorsolini-Comin F. Psicologia Clínica e Cultura. [s.l.]. 2019 [acesso em 10 abr 2022]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/frWDGWSKK3S4zncfJnQWDzq/?lang=pt#>.
7. Gil AC. Como Elaborar Projetos de Pesquisa. 2017. ebook.
8. Torres M, et al. Fatores psicológicos associados à espiritualidade:

- uma revisão sistemática (2011-2021). *Diaphora*. 2022.
9. Torres M, et al. Abordagem Psicológica às Experiências Anômalas e Religiosas: Uma Revisão Bibliográfica. In: Jacó-Vilela AM, Degani-Carneiro F, Espírito Santo AA, organizadores. *Clio-Psyché - Psicologia: Saber moderno, saber nativo*. CRV; 2023. (No prelo)
 10. Hycner R. De pessoa a pessoa: psicoterapia dialogica. São Paulo (SP): Summus; 1995.
 11. Cardella BHP. A construção do psicoterapeuta: uma abordagem gestáltica. São Paulo: Summus; 2002.
 12. Henning-Geronasso MC, Moré CL. O campo Influência da Religiosidade/Espiritualidade no Contexto Psicoterapêutico. *Psicol Ciência Prof*. 2015;35(3):711-725. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703000942014>.
 13. Oliveira MRD, Junges JR. Saúde mental e espiritualidade/ religiosidade: a visão de psicólogos. *Estud psicol (Natal)* [Internet]. dezembro de 2012 [citado 17 de junho de 2023];17(3):469–76. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2012000300016&lng=pt&tlng=pt.
 14. Koenig HG. Religião, espiritualidade e transtornos psicóticos. *Arch Clin Psychiatry*. 2007;34(Suppl 1). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-60832007000700013>.
 15. Gobatto CA, Araujo TC. Religiosidade e espiritualidade em oncologia: concepções de profissionais da saúde. *Psicol USP* [online]. 2013;24(1):11-34. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-65642013000100002>.
 16. Nascimento A, Caldas M. Religiosidade, espiritualidade e Psicologia. 1ª ed. Curitiba: Appris; 2020.
 17. Inter Psi - Laboratório de Psicologia Anomalística e Processos Psicossociais. Psicologia & Religião: Histórico, Subjetividade, Saúde Mental, Manejo, Ética Profissional e Direitos Humanos. Cartilha Virtual, Instituto de Psicologia - Universidade de São Paulo; 2018. Disponível em: <http://www.hu.usp.br/wp-content/uploads/sites/340/2018/03/Cartilha-PsiRel-Inter-Psi-USP-2018.pdf>. Acesso em: 13 jun. 2022.
 18. Apa dictionary of psychology [Internet]. [citado 17 de junho de 2023]. Disponível em: <https://dictionary.apa.org/>
 19. Cardella BH. Relação, atitude e dimensão ética do encontro terapêutico na clínica gestáltica. In: Frazão L, editor. *Gestalt-Terapia: A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus Editorial; 2015.
 20. Lessa JM, Sá RN de. A Relação Psicoterapêutica na Abordagem Fenomenológica-Existencial. In: Freitas MH, Santos LS, editors. *Fenomenologia e Psicologia*. Curitiba: Juruá Editora; 2016.
 21. Holanda A. Fenomenologia, Husserl, Existência: Questões para uma Psicologia. In: Freitas MH, Santos LS (Org.). *Fenomenologia e Psicologia*. Curitiba: Juruá Editora; 2016.
 22. Suzuki S, Baker R, Dixon T, Lara O, Smith H. *Mente zen, mente de principiante*. São Paulo: Editora Palas Athena; 1994.
 23. Veras RP. A influência do pensamento oriental na Gestalt terapia. In: Frazão L, editor. *Gestalt-Terapia: Fundamentos epistemológicos e influências filosóficas*. São Paulo: Summus Editorial; 2013.
 24. Murphy-Shigematsu S. Vulnerability and Beginner's Mind. *The Clinical Teacher*. 2014;11(5):399-400.
 25. Linehan MM. *Treinamento de habilidades em DBT: manual de terapia comportamental dialética para o terapeuta* [recurso eletrônico]. 2ª ed. Porto Alegre: Artmed; 2018.
 26. Swenson CR. *DBT principles in action: acceptance, change, and dialectics*. New York: The Guilford Press; 2016. 414 p.
 27. Luchins AS. Mechanization in problem solving; the effect of einstellung. *Psychological Monographs*. 1942
 28. Skillicorn N. Shoshin: the beginner's mind [Internet]. *Idea to Value*. 2021 [citado 17 de junho de 2023]. Disponível em: <https://www.ideatovalue.com/insp/nickskillicorn/2021/12/shoshin-the-beginners-mind/>