Integração da espiritualidade na clínica gestáltica como fator protetivo de tolerância e saúde existencial

Leônia Maria Santiago Cavalcante

A Organização Mundial de Saúde define a espiritualidade como o conjunto de todas as emoções de natureza não material, com a suposição de que há mais no viver do que pode ser percebido ou plenamente compreendido. Na psicologia, a abordagem gestáltica compreende a espiritualidade como um recurso terapêutico, visando resgatar o autêntico contato do ser humano com o sentido das coisas, focando no "aqui e agora", na ampliação da consciência (*awareness*) e nas relações de alteridade (eu-tu). Assim, aborda a dimensão espiritual como parte do processo de autorregulação da experiência humana, através da construção de sentido da própria existência e na relação com o "outro", que acontece no campo organismo-ambiente. Nesse sentido, existe uma espiritualidade intrínseca ao ser humano que pode ser potencializada como fator de proteção tanto em questões de ordem médica quanto psicológica, oferecendo conexão ao sagrado e amparo relacionado ao propósito existencial. Os gestalt-terapeutas enxergam o ser humano como potencialmente espiritual, em razão da sua busca contínua pela totalidade, contato e sentido transcendente, acolhendo o mistério em sua condição humana. Logo, a dimensão da espiritualidade na clínica gestáltica humanística, holística, existencial, fenomenológica e dialógica é vista como parte da totalidade humana, que se constitui como uma configuração de corpo, mente e espírito como partes interconectadas fundantes da essência humana. Nesse caso, a dimensão espiritual é uma necessidade constitutiva do ser humano, podendo estar ou não associada a práticas religiosas. Diante disso, propõe-se, como objetivo geral, analisar como os gestalt-terapeutas podem promover maior tolerância existencial em seus clientes a partir da espiritualidade, diante das dores que afligem o ser humano. Trata-se de pesquisa bibliográfica e documental, com abordagem qualitativa e o emprego do método hermenêutico-dialético. Constata-se que a abordagem gestáltica tem como aporte teórico filosofias orientais, como o Zen-budismo e o Taoísmo, que motivam a pessoa a se autorregular no campo, emergindo como "figura" a espiritualidade. O foco principal dessas filosofas é a conscientização e a aceitação do momento presente, que ajudam a organizar o "fundo" (o contexto existencial) em busca de homeostase e pregnância (melhor forma), e de uma autoecorregulação organísmica, princípios gestálticos aplicados ao lado da visão existencialista do ser humano na clínica gestáltica, que mobiliza o protagonismo existencial do cliente diante de incertezas. Assim, ele torna-se capaz de tolerar a experiência imediata sem vitimismos, com maior habilidade para responder ao sofrimento, que se torna parte da realidade do existir. Através do contato autêntico com a espiritualidade, vivenciada no encontro dialógico genuíno da relação terapêutica "eu – tu" em Gestalt-terapia, o cliente se lança de forma mais esperançosa na lida com seu sofrimento, abrindo-se a novas possibilidades de contato pleno com o ambiente, o que viabiliza um caminho de fé, tolerância existencial e resiliência. Em sede de resultados, constata-se que o diálogo da Gestalt-terapia com a espiritualidade reforça o desprendimento criativo do sujeito no enfrentamento ao sofrimento, e entrega propósito, força e reconexão ao sentido da vida nos momentos de crises existenciais. O tripé "transcendência, espiritualidade e contato" promove no cliente uma conexão transcendente e uma coexistência relacional responsável no mundo, aumentando o seu autossuporte para ressignificar percepções frente ao sofrimento. Vislumbra-se que o cuidado integral e vigilante com a integração da espiritualidade torna-

se fator de autorregulação organísmica e proteção; reduz o estresse, a ansiedade e a depressão, ao oferecer presença, inclusão e validação ao sofrimento; enseja maior capacidade do cliente de se ajustar diante das demandas do campo organismo-ambiente, que pode levar à não satisfação de suas necessidades, desequilíbrios e adoecimentos. Por sua condição de "terapia do contato e da espiritualidade", conclui-se que a Gestalt-terapia reconecta alma-mente-coração, de forma a contribuir para o desenvolvimento de um contato pleno do cliente consigo, com o outro e com o universo. Desta feita, a espiritualidade atua como um instrumento de ajustamento criativo capaz de potencializar no cliente uma maior conexão interior e transcendência a algo maior (Deus, natureza e universo), com benefícios para o seu bem estar. Em termos de práticas essenciais, a atitude clínica de integração da espiritualidade do cliente por parte do gestalt-terapeuta contribui para a experiência de um cuidado integrativo que viabiliza a travessia da dor e do sofrimento existencial, como um fator protetivo da saúde existencial do cliente.

Palavras-chave: Espiritualidade. Gestalt-terapia. Saúde existencial.

Referências

BRITO, Vanessa. Espiritualidade como possibilidade de autorregulação organísmica. *In*: FRAZÃO, Lilian M.; FUKUMITSU, Karina Okajima. **Autorregulação organísmica na atualidade.** São Paulo: Summus, 2025.

FUKUMITSU, Karina Okajima. **Saúde existencial:** educadores em busca dos recomeços de uma pura vida. São Paulo: Loyola, 2025.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Holismo, ecologia e espiritualidade**: caminhos de uma gestalt plena. São Paulo: Summus, 2009.