

## CAPÍTULO 6

# A MÍSTICA E A SAÚDE MENTAL

### **Jorge Antonio Monteiro de Lima**

Analista junguiano didata membro da IAAP International Association for Analytical Psychology vinculado à AJB (Associação Junguiana do Brasil) e (IJBsb- Instituto Junguiano de Brasília), (2021); Diretor de ensino da AJB Brasília (2024 a 2027); Mestre em antropologia social pela UFG (2014); Especialista em psicologia Junguiana pelo IBEHE/ UNAERP (1998); Psicólogo formado pela Universidade Paulista (1994) com atendimento clínico presencial e online; Fundador e presidente do Instituto Olhos da Alma Sã (1997); Fundador e Coordenador da clínica social Jung Brasil (1998); Fundador e coordenador do G.A.S.M. Grupo de apoio em saúde mental (1999); Coordenador da campanha Pela Vida - setembro amarelo (2019/2021). Coordenador e professor dos cursos de pós-graduação lato sensu em psicologia analítica, imaginário e prática clínica da FASEM e do Instituto Olhos da Alma Sã; Curso de pós-graduação lato sensu em saúde mental de base analítica da FASEM e do Instituto Olhos da Alma Sã; curso de formação em psicologia clínica de base analítica do Instituto Olhos da Alma Sã. Consultor de Psicologia dos filmes: "Por que você não chora?" de Cibeli Amaral (2019; "pioinc" de Alex

Ribondi (2023); de "Na cama com Virginia" de Isabela Eva (2024)). Pesquisador na área de saúde mental publicando artigos e lecionando nas áreas de saúde mental, imaginário, psicopatologia, psicologia clínica, prática da psicoterapia, técnicas e práticas de psicoterapia, inclusão, ciências sociais, análise conjuntural social, realidade sóciocultural brasileira e psicologia e religião.



## 1 | INTRODUÇÃO

“Fechar os olhos e voltar-se ao mundo interior”: o termo *mística*, cunhado por Dionísio no século I em seus escritos teológicos, tem a ideia do fechar os olhos, voltar-se para o mundo interior, visando a conexão com as camadas mais profundas da percepção, e o contato com a espiritualidade (Cf. Corrigan, 1986). O termo grego *mystikós* tem em sua raiz etimológica o verbo *myo*, que significa fechar – fechar os olhos, voltar se para dentro. Vale destacar que em várias histórias universais encontramos adivinhos e profetas cegos: Tobias no antigo testamento, Tirésias em Sófocles (2007), o Apóstolo Paulo em sua conversão no Novo Testamento. O símbolo do fechar os olhos remonta simbólica e arquetípicamente ao ato de direcionar a percepção para a jornada da alma rumo a espiritualidade. “O enigma da Esfinge”, trazido por Sófocles (2007), em sua peça Édipo Rei, “decifra-me ou devoro-te”, é o cenário oposto a falta de conhecimento, de olhar para dentro na máxima helênica: “conhece-te a ti mesmo e nada em excesso”, inscrita no templo de Delfos a Apolo, (Cf. Brandão, 1997).

O uso do termo *mística* é extremamente comum no meio religioso, para se referir à experiência com o mistério e com o sagrado, que, em boa parte das vezes, não é possível descrever com palavras, mas apenas sentir. A *mística* é um campo vivencial extremamente subjetivo. Ensinar sobre a *mística* é algo pretencioso, porque embora existam elementos comuns a vivencia *mística*, a singularidade da individualidade em cada história de vida é única... e Deus não precisa de professor. Melhor que ninguém, ele sabe como pastorear e conduzir aos seus.

## 2 | MÍSTICA

No Novo Dicionário Básico da Língua Portuguesa (2023), encontramos no verbete “*mística*”: 1. O estudo das coisas divinas ou espirituais; 2. Vida religiosa ou contemplativa; *misticismo*, crença ou sentimento arraigado de devotamento a uma ideia.

A *mística* é o processo de desdobramento da percepção, a entrada em estados alterados de consciência, em um contato direto com o numinoso, com a espiritualidade.

Um fenômeno humano descrito em todos os tempos e todas as culturas e por isso seu teor arquetípico. Vinculam se as ideias de autoconhecimento com a de busca por evolução e sentido de vida, conceitos que fundem teorias das ciências da religião, sociologia, antropologia, com a psicologia analítica. O ponto central do conceito de *mística* está no contato direto do indivíduo com sua essência que se desdobra a um contato direto com a espiritualidade.

Místicos tem dons para:

- a) compreensão – percepção diferenciada;
- b) são sensitivos (empatas) - com intensa capacidade para sentir situações e pessoas;

- c) dom de orientação - liderança religiosa e social;
- d) dons premonitórios - capacidade de prever futuro;
- e) contato direto com o sagrado.

### 3 I MÍSTICA E PSICOLOGIA ANALÍTICA

Mas invariavelmente, os místicos entram em um colapso de Ego e Persona, por ter dificuldades para lidar com o diálogo, feito entre o SELF e o Ego, e por isso gerar enormes dificuldades de socialização e posicionamento social – crise de Persona. Os ditames do Self não seguem as regras sociais. A vida dos profetas e santos evidenciam que praticamente quase todos foram contraventores: Jesus condenado judicialmente a crucificação, Santa Teresa perseguida, Santo Agostinho perdido nos vícios, são João da Cruz preso, São Gonçalo de Amarante no convívio com o meretrício... o ditado que Deus escreve certo por linhas tortas, torna qualquer místico em um contraventor, um ser a margem social que irá confrontar regras e normas sociais, autoridades e que também promove o desajuste social, confusões, embates... e é necessária muita estrutura de ego para suportar tudo isso.

O Ego de um indivíduo místico fica fragilizado em questionamentos: “será que estou ficando doido?”, “Por que sou diferente das pessoas”? “Será que o que tenho recebido como recados não são delírios?” A função do ego é a de mediar e elaborar vivencias e experiências, reais ou imaginárias, as decantando na psiquê. Em termos de psicodinâmica, o indivíduo que tem algum contato mais profundo sente-se fragilizado, e isso é descrito em várias culturas como na Hindu: no conflito descrito no Mahabarata de Arjuna com Krishna Vyasa 1996; na cultura Cristã, com Moisés, em que este pede para conhecer a face de Deus no monte Sinai no Antigo Testamento; no mito grego, no embate de Cibele com Zeus, (Cf. Brandão, 1997); no Antigo Testamento no livro de Jó e em várias outras culturas. Tais histórias reescritas arquetípicamente remontam ao drama humano de lidar com o embate com o sagrado, uma força poderosa inconsciente que deve ser decantada pela consciência. Existe um risco enorme em lidar com forças inconscientes. A fragilidade de ego pode se transformar em uma neurose e comprometer a qualidade de vida de um indivíduo. Em situações mais graves, que serão dissecadas adiante, até mesmo pode gerar quadros de psicose ou alienação.

A compreensão do processo da mística foi tema central de estudo de profetas modernos, como Santa Tereza de Ávila e São João da Cruz, ambos religiosos, dedicaram sua vida para compreender e ensinar os elementos da mística, o que constitui um significativo campo de estudo das ciências da religião. Todavia, a experiência mística não pode ser programada porque ela é totalmente subjetiva, individual e está distante das tradições seculares das igrejas. Mística e igreja são caminhos diferenciados. Leonardo Boff (2004), em sua obra “Mística e Espiritualidade”, mostra os campos de diálogo entre religião,

ciência, psicologia, elementos aos quais não serão esmiuçados neste artigo. Todavia faz se necessário ressaltar que existe em todos os campos do saber humano uma necessidade de compreensão do fenômeno religioso e da mística.

Na filosofia da religião, o termo “mística” compreende uma atitude pessoal, direcionada na busca de realização de uma atividade de caráter espiritual para unir a alma humana com a divindade ou as forças que governam o mundo. As bases filosóficas que constituíram o conceito de inconsciente e as pontes entre a filosofia e a psicologia, advindas do romancismo alemão Schelling, Carl Gustav Carus, Von Hartmann, já traziam noções das camadas mais profundas do inconsciente, de energia e do espírito das coisas, de numinoso Shamdasani (2011). Posteriormente, a filosofia tentou esmiuçar o fenômeno da mística em autores como Henri Bergson (filósofo francês); Simone Weil (filósofa inglesa); Kierkegaard, dentre vários outros filósofos.

Kierkegaard e sua teoria da angústia nos processos estéticos, éticos e religiosos, servem para mostrar o drama vivencial de quem vivencia o estado místico, no traçar os elementos ritualísticos – estéticos da experiência mística; na consciência da importância de tal estado místico diante da sociedade-ética; na estruturação da vivência religiosa posterior à vivência mística.

Simone Weil (1999), por sua vez, relata a mística da contemplação de Deus na miséria humana, pois só uma coisa de Deus podemos saber: que Ele é o que nós não somos. Bergson, por sua vez, traça um caminho entre intuição filosófica e a experiência mística. Todo esse cenário histórico e filosófico tenta delimitar um campo de estudo sobre a experiência mística.

Por sua vez, na área da saúde mental, o aprofundamento constitutivo dos estudos sobre o inconsciente, por Freud e Jung, mostrou que nas camadas mais profundas da psique existe um núcleo religioso inato – instinto religioso – e divergindo de Freud, Jung diz que o centro organizador do inconsciente e de toda psique é o SELF – camada psíquica vinculada a experiência religiosa. Jung, ao romper com Freud, dedica boa parte de seus estudos à compreensão do fenômeno religioso, e para ele boa parte das doenças mentais vincula-se diretamente a problemas de sentido de vida, a ruptura do indivíduo com sua essência e aos problemas de ordem religiosa.

A psicologia analítica torna-se a primeira abordagem de saúde mental, de estudos de psiquiatria e psicologia vinculada a clínica, que abre um diálogo para a compreensão do fenômeno religioso e seus desdobramentos. O materialismo existente na psicanálise, na psicologia e psiquiatria por mais de um século negara ou evitara discutir ou pesquisar tais temáticas, negando um fenômeno humano comum. Nas obras de Jung (Obras completas VL XI - Psicologia e religião, psicologia e religião oriental, vl. 09 II AION), existe um amplo aprofundamento no estudo da psicodinâmica vinculada a experiência religiosa, que também acaba por ser vista como um instinto religioso.

Todo esse arcabouço teórico da psicologia analítica vinculado à saúde mental serve para compreender o fenômeno da mística e o mergulho involuntário do indivíduo nas camadas mais profundas da psiquê e sua comunicação com o sagrado. Um fenômeno empírico, não racional, não dogmático, espontâneo, porém extremamente comum. C. G. Jung, sendo um cientista da psiquiatria experimental, juntou provas clínicas e relatos históricos da constituição de tal fenômeno, mostrando por seu teor arquetípico ser universal.

## 4 | CIÊNCIAS E EMPATIA

A ciência que deve questionar e investigar fenômenos desconhecidos, todavia deu as costas limitando se a rediscutir o que já havia sido proposto, virando uma revisão bibliográfica sem inovação. O termo mística torna-se negativo, o místico mal visto, ignorado e negado justamente por quem deveria buscar o compreender. A migração do preconceito da ciência aos demais campos da sociedade torna-se frequente, ironizado e ridicularizado de forma superficial, sem a compreensão da vastidão desse fenômeno.

Recorrendo a psicanálise em termos de psicodinâmica, o fenômeno místico está muito próximo ao que Freud (1984) delimitou como *Unheimliche* (o estranho familiar) a impressão assustadora que se liga a consciência de algo assustador, mas familiar ao mesmo tempo. O estranho é aquela categoria do assustador que remete ao que é conhecido, de velho, e há muito familiar. O medo decorrente da experiência inaudita, da vivência de fenômenos anômalos tem duplo sentido de algo comum, mas ao mesmo tempo assustador. O sentimento de medo é recorrente e em tais experiências relatadas, quase que de forma unânime, são vividas como assustadoras.

A observação da psiquiatria experimental, os estudos sobre esquizofrenia mostram uma ligação entre vivências religiosas, estados alterados de consciência, e sintomas da doença mental. Os esquizofrénicos têm uma capacidade de mergulhar nas camadas mais profundas da psiquê, todavia não tem estrutura de consciência, nem de ego para comportar tais imersões. Por vezes tem premonições, capacidade diferenciada de percepção, mas sua vida é caótica por não saber como lidar com tais elementos simbólicos e com o teor sagrado que emerge.

O medo de ficar estigmatizado, taxado como louco, é noticiado por várias pessoas que tem experiências numinosas. É natural ficar assustado ou temeroso nesse embate, em especial porque o ser místico entra em contato com fatos anômalos, experiências inauditas, com situações que pela debilidade da percepção do ego, terá de gastar algum tempo para digerir e decantar a experiência. O acompanhamento na área da análise, da psicologia clínica em saúde mental, mostra que muitas pessoas com vivências místicas preferem se calar, omitir tais experiências místicas, que as externar. Mesmo religiosos tem essa dificuldade, pelo fato de várias instituições religiosas seculares, também negarem os eventos místicos. O fato da pessoa não saber com quem, nem como se expressar gera

uma neurose, melancolia, transtorno de ansiedade, depressão, transtorno de pânico, vícios e compulsões, e até mesmo a tendência suicida.

Outra temática de suma importância psicodinâmica dos místicos está vinculada ao conceito de empata ou sensitivo, presente aos místicos. Um tema ao qual temos dedicado nossos estudos nos últimos 20 anos. O empata ou sensitivo é o indivíduo com ampla capacidade de contratransferência – perceber e sentir o que o outro sente, uma sensibilidade aguçada com desdobramento da percepção. Existe rara bibliografia sobre tal particularidade o que tem nos motivado ao estudo e a pesquisa, todavia como no descrito anteriormente é um tema temido, experiência inaudita, um tabu, questionar a sensibilidade extrema de certos indivíduos que atuam como esponjas psíquicas.

Não tem sido raro receber na prática da análise, na psicologia clínica em saúde mental, pessoas empatas confusas, neuróticas, com desajuste de persona, fobia social, transtorno de pânico ou depressão, por não saberem lidar, nem sobre o que é esse dom inato que possuem. A experiência clínica deixa claro que ser místico, empata ou sensitivo é algo inato, isso não é um comportamento aprendido, ao contrário, isso deve-se a um desdobramento da percepção vinculado a função psicológica Intuição estudada por Jung (2002) em sua obra *Tipos Psicológicos*.

A função Intuição é a via da contratransferência que atua por meio do inconsciente utilizando-se da sincronicidade, com fortes conotações fisiológicas e somáticas. A função Intuição é o meio de direcionamento para que o fenômeno místico ocorra. Por sua vez, no eixo empírico dos tipos psicológicos, a função sensação também é extremamente mobilizada com reações físicas que ocorrem de forma diversificada. Assim, um empata pode sentir cólicas diante de uma pessoa com dor de barriga, ter dor de cabeça diante de alguém com cefaleia, gastar uns dias passando mal por “absorver” energias de situações ou de terceiros, por entrar em sintonia. Deve-se salientar que é uma sensibilidade extrema com fortes conotações psicosomáticas.

Na atualidade, ser sensível demais não é algo bem-visto, ao contrário, é fonte de extrema rejeição e preconceito. Todavia, em culturas ancestrais é justamente o ser sensível que é convocado para se tornar um líder espiritual, pajé, benzedor, sacerdote, algo bem esmiuçado em estudos de antropologia. O diferente valorizado como um futuro ser a serviço de toda comunidade.

A observação vinculada ao cristianismo primitivo dos rituais de bendição, aos benzedores, mostra como a escolha de um futuro benzedor dá-se. Geralmente ela ocorre aleatoriamente na observação de crianças mais sensíveis, aquelas com maior somatização e ou com sintomas psíquicos específicos – de desdobramento de percepção. Autores como Coelho (2020), PEREIRA (2002), (2018) aprofundam os estudos sobre benzedores mostrando a prática em rituais em estados alterados de consciência.

Nem todo empata é um místico, mas todo místico é um empata. Uma regra geral extremamente importante para se compreender a psicodinâmica da mística. Ao mesmo

tempo em que ocorrem as reações físicas, a intuição e os estados alterados de consciência emergem, a intuição, símbolos, e os elementos característicos da pessoa mística são mencionados anteriormente. A capacidade de desdobramento da percepção, cognição diferenciada com ampliação da capacidade de sentir o outro é algo comum à realidade da pessoa mística.

Uma das características mais marcantes da pessoa mística e também dos empatas e sensitivos é sua percepção dos mecanismos da sincronicidade mesmo antes de sua ocorrência, o que naturalmente depende de seu grau de consciência. Isso ocorre com seus dons proféticos, sua capacidade diferenciada de sensibilidade – ser sensitivo ou empata, com sua percepção diferenciada de pessoas e situações.

A teoria da sincronicidade proposta por Jung em 2007, que, em conjunto com seus estudos sobre energia psíquica, denota uma nova epistemologia para a saúde mental, a teoria da sincronicidade presente nas obras completas (vol. 08-3) mostra uma interligação entre a física e a saúde mental, mostrando diferenciação de percepção por dobras espaciais, curvatura do tempo/espacôo nas quais o tempo e o espaço tornam-se relativos. Sentir e perceber o que não foi dito, pessoas, situações de uma forma subliminar, antever o futuro, falar de coisas do passado e, sobretudo, dar sentido religando as coisas, são algo comum ao místico. Místico que segue um tempo fora do tempo, um tempo da natureza, um tempo que junta passado, presente e futuro.

Não é raro que um místico saiba que vai receber uma visita, ou mesmo já conheça quem é a pessoa que o vai visitar, antes dessa criatura dobrar a esquina. Perceber o antes... dilema descrito por Tirréias em Édipo Rei, peça de Sófocles..."se soubesse não teria nem vindo"... A sincronicidade explica esta ruptura de tempo e espaço em conjunto com a capacidade de compreensão das conexões acausais, comuns à característica do processo místico. A Gestalt das coisas tipificada pela função Intuição - tipos psicológicos - é extremamente significativa como um dos grandes atributos de uma pessoa mística. Tal capacidade também é operacionalizada pela sincronicidade.

## 5 | O MÍSTICO, O EMPATA E A PERSONA

A vivência religiosa profunda normalmente gera no místico um desajuste de Persona. Dificuldade de comunicação e interação social. O fato de um indivíduo também ser empata ou sensitivo potencializa as mesmas dificuldades que devem tornar-se conscientes e trabalhadas à exaustão, inclusive para que não se entre no adoecimento físico e psíquico.

Ao refletir sobre os aspectos da saúde mental como manutenção do equilíbrio, capacidade de gerir a própria vida, estudo, trabalho, vida afetiva, familiar e social, ter amor-próprio, gerenciar doenças e problemas mentais, ter consciência, e refletir no conceito de qualidade de vida, devemos considerar não somente a 'normalidade'. A história revela que pessoas diferentes, com dons específicos, "fora da curva da normalidade", apresentam,

por sua diferença, maior tendência a viver o estresse e o desajuste social continuamente. São as vítimas de bullying na escola e na família. Podem vivenciar complexo de abandono ou o de bode expiatório na disfuncionalidade familiar e social, vivendo o silenciamento e a retirada dos direitos e mesmo seu status de pessoa.

Infelizmente, o sadismo coletivo tem como alvo as pessoas que são diferentes. Preconceito de todas as formas sempre foi relatado por sábios, artistas, profetas e santos. Tudo isso exige muita estrutura de ego, muita identidade, muita consciência da individuação, a fim de que o indivíduo diferente tenha saúde mental e capacidade de levar sua missão, apesar das provações constantes, dos inúmeros pontapés da sociedade, e não desistir. Logo, faz-se necessário muita força de vontade, muito equilíbrio para dar conta. Nesse campo, os místicos e empatas têm em suas costas um alvo de pontaria marcado, com os dizeres: “despeje aqui sua agressividade, mágoas e frustrações...”.

A história de Khalil Gibran (1883-1931), filósofo, escritor, poeta, ensaísta e pintor libanês, é um excelente exemplo dos embates provocados na vida de uma pessoa que tem dons diferenciados, extrema sensibilidade e espiritualidade acentuada. A curta vida de Khalil foi recheada de perseguição, preconceito, ataques, adoecimento físico, melancolia, incompreensão e mais ataques. No entanto, seus escritos e obra denotam uma sensibilidade extrema, especialmente de alguém que dialoga com o sagrado e o traduz na concepção do teor místico.

Faz-se necessário ressaltar que não existe mecanismo de avaliação sobre o nível de espiritualidade. É impossível saber o grau de contato de um indivíduo com o numinoso. O que se pode perceber é a obra, os resultados, a coerência dos ensinamentos, a sensibilidade, a jornada feita rumo à Individuação. Nesses aspectos citados, Khalil surpreende por sua beleza, sensibilidade e espiritualidade. Como vários outros profetas e santos, outro mártir de passagem curta, mas de legado eterno. Seus ensinamentos elevam a alma, desvelam o sublime e apontam para a diversidade da espiritualidade, fazendo questionar o relacionamento do indivíduo com Deus.

O amor em Khalil é fonte de inspiração. Ao mesmo tempo, exemplifica as dificuldades inatas ditadas pelo embate entre o ego, o espírito do tempo, e o espírito das profundezas, descritos por Jung, em seu livro vermelho (2016). Khalil e todas as pessoas que tenham um dom diferenciado na busca da espiritualidade terão constantemente a crise de ego de teor neurótico, de perpassar por certo desajuste social em crise com o espírito do seu tempo – espírito do tempo (moda, valores sociais, regras, costumes) temáticas de pouco valor para as vivências profundas mais significativas.

Por fim, o “espírito das profundezas” se fará operante, direcionando os anseios do indivíduo místico, o conduzindo a querer aprofundar e a ter voos mais altos em sua busca eterna de sentido de vida. O querer conhecer mais, retratado por Arjuna, Moisés, Jó, ou pelos apóstolos, é parte intrínseca da jornada mística. Não há como ser superficial, vazio ou fútil quando se é tocado pelo Self. No entanto, existe o anseio natural e instintivo

de pertencimento delimitado pela Persona, e esse embate é parte de boa parte do teor neurótico, causa de muito sofrimento do indivíduo místico, que deverá se aceitar, aceitar quem ele é, seus dons, que é diferente, que tem muito a aprender para posteriormente poder ensinar ou repassar a sua forma suas vivências.

Certa humildade é extremamente necessária nesse manual de sobrevivência, porque existe um gigantesco risco de inflação, de vaidade, de arrogância e, em casos mais específicos, até mesmo de tornar-se intolerante, radical, déspota, tirano, agressor ou assassino. Ter consciência e muito princípio de realidade é algo fundamental. Exercitar diariamente a caridade, especialmente aos menos favorecidos, auxilia no desenvolvimento da capacidade amorosa e no mergulho nas profundezas da alma. O risco de dissociar, de ir a fundo e não saber voltar, existe e por isso em várias culturas religiosas existem os rituais, o preparo, as práticas que ensinam o caminho seguro para a viagem na espiritualidade. Dissociar pode se tornar uma psicose, alienação, distanciamento da realidade, se perder.

É de suma importância salientar elementos da Persona - máscara social - de um místico. Por esse indivíduo ser norteado em termos de psicodinâmica pelo aspecto de ser empata e sensitivo, nas suas manifestações sociais naturalmente ele será um ser estranho, esquisito, diferente. Um outsider social, amado e temido. Ninguém o chama para o jantar da família porque se ele abrir a boca... E isso tudo se traduz na profundidade de sua alma.

## 6 I A SENSIBILIDADE E SEUS DESAFIOS

A prática da análise, da psicoterapia em saúde mental tem mostrado que pessoas com tais dons têm muita dificuldade de pertencimento social, institucional, de andar em grupo. Por isso, não é raro encontrá-los mais isolados, em clausura, como ermitões, ou como os exóticos "do role". Torna-se crítico quando tais indivíduos com dom peculiar negam seu dom tentando ser razos, ou quando tentam se ajustar à moda e aos costumes, o que vira um embate cuja consequência é o adoecimento, porque a força de tal fenômeno é gigantesca.

Fordham, em 1985, em seus estudos sobre o Self, alerta para os mecanismos de defesa do mesmo, os embates entre o Ego e o Self. Seguindo os passos de Fordham, Kalsched, em 1998, mostra como podem ser traumáticas as consequências do distanciamento da Individuação, do Self. Ambos os autores revelam as várias consequências advindas de problemas de Persona, problemas sociais, de afetividade, de convívio, traumas vinculados à psicodinâmica que, em partes, serve de reorientação nos rumos da vida. A observação clínica da constituição da Persona de um indivíduo evidencia sintomas psicopatológicos e também aspectos que podem e devem ser trabalhados em análise para a evolução de uma pessoa mais adequada.

O convívio com pessoas sensíveis e empáticas tem mostrado uma ampla dificuldade profissional para compreensão de sua realidade, especialmente por profissionais de saúde.

Existem vários processos psicopatológicos e psicossomáticos associados, derivados do problema do excesso de sensibilidade, incluindo quadros psicossomáticos como alergias, insônia, fadiga crônica, doenças respiratórias, problemas gástricos e dores musculares, muitas vezes examinadas sem origem específica.

Como dissemos acima, no campo das doenças mentais, são comuns o estresse, transtorno de ansiedade, melancolia, depressão, crises afetivas, desajuste social, fobia social, transtorno de pânico (doença mental mais encontrada entre empáticos e sensitivos), fobias, fanatismo e a tendência suicida (com vícios e compulsões, negligência para com o autocuidado e comportamento de risco). Uma anamnese mais cuidadosa evidencia que a sensibilidade excessiva atua tanto no corpo físico quanto em aspectos psíquicos, e infelizmente, profissionais são muito pouco qualificados para perceber a correlação biopsíquica entre os fatores. O fato de não existir doença física constatada é um primeiro indicativo para um diagnóstico diferencial. Diagnóstico psicodinâmico de um estado de ser diferenciado.

Há alguns anos, atendi uma mulher que, na época, tinha seus 36 anos de idade. Recém-divorciada, enfrentava uma intensa crise afetiva, problemas de sexualidade, extrema rigidez e tensão nervosa, além de um quadro alérgico recorrente. Embora religiosa e vinculada ao movimento católico carismático, estava em crise com o convívio religioso, não se sentindo bem nos cultos, tendo desmaios e crises de despersonalização, chegando a desmaiá durante uma missa. Foi levada ao pronto socorro, onde disseram que era uma crise de ansiedade, provavelmente um transtorno de pânico. No entanto, uma observação mais apurada mostrou outra realidade. A paciente era extremamente doce, sensível, vinculada às artes desde a infância, religiosa e gostava de ajudar como ministra de eucaristia e auxiliar na pastoral da saúde, além de outras atividades paroquiais. Por ser sensível demais, sofria ao ver o sofrimento e o desespero das pessoas, e após o contato com elas, ficava mal, inclusive fisicamente, geralmente desencadeando suas crises alérgicas. Após sua terceira consulta, começou a trazer para a análise seus sonhos, vários com teor premonitório, algo que ela não compartilhava com ninguém. Ficava muito assustada quando acontecia na vida real algo que ela havia sonhado. Ela tinha muita dificuldade de convívio, para fazer amigos, embora fosse muito delicada, especialmente por sentir com facilidade “a energia” dos outros. Apresentava um quadro neurótico moderado, não sabia direito quem ela era, o que era esse dom que tinha, muito menos como lidar com ele. Nem mesmo seu orientador religioso sabia exatamente, e ela dizia que às vezes ele a atrapalhava.

A paciente ficou em terapia comigo por dois anos, e ao final do primeiro mês, as crises somáticas desapareceram. Ela aprendeu a lidar com seu dom e a canalizar sua sensibilidade, um trabalho singular. Foi um caso que mostrou o quanto os profissionais de saúde estão mal preparados para lidar com a sensibilidade. Apenas um caso entre as centenas que ao longo dos anos têm procurado ajuda. Particularmente, desconfio desta

tríade entre sensibilidade, alergias (de fundo nervoso) e crises de pânico; invariavelmente, tal combinação nos indica que estamos diante de um empata, sensitivo ou de um místico.

A medicina materialista não tem esta acuidade de percepção. Na psicologia, abordagens como a TCC, psicanálise e Lacan não têm lastro teórico para sequer perceber essa diferenciação psicodinâmica. Ao contrário, por serem áreas mais vinculadas ao materialismo científico, tentam ridicularizar ou ignorar tais fenômenos, negando uma postura científica de investigação. Por sua vez, quem mais sofre por ser diferente e incompreendido é o paciente, que por vezes chega devastado afetivamente, dizendo que sofre e ninguém entende o que ele tem.

## 7 | INDICAÇÕES GERAIS PARA PROFISSIONAIS E PACIENTES

Para finalizar este artigo, existem algumas propostas para um auxílio em psicoterapia para profissionais e pacientes:

- a) Percepção da Individuação e reconhecimento do chamado da vocação do sentido de vida. Várias pessoas não estão conectadas ao seu sentido de vida, outros, como o profeta Jonas no Antigo Testamento, negam seu chamado e fogem, o que invariavelmente é catastrófico. Ter consciência e coerência com o sentido de vida é vital.
- b) Identidade com muito reforço do ego. A maior parte dos pacientes não se conhece, não se aceita, não sabe como lidar com sua excentricidade natural, por falhas em seu ego e identidade. São pessoas profundas, questionadoras, com pensamento muito além da curva de normalidade. Neste sentido, no trabalho, também é reforçada a humildade, a simplicidade, a consciência, o princípio de realidade e sua responsabilidade social. Ter a clareza de que seu dom está a serviço da humanidade.
- c) Trabalhar complexos ativados: de salvador, castração, bode expiatório, inferioridade, abandono. Empatas e sensitivos, pelas dificuldades inerentes à vida, têm tais complexos ativados, por vezes identificação com a Sombra. Em conjunto ao reforço de ego, tais complexos são trabalhados a fim de depurar a identidade e a fortalecer. O cuidado de ter filtro de percepção com materiais advindos do inconsciente, em diferenciar elementos individuais de temáticas advindas pelo espírito das profundezas, também faz parte do trabalho vinculado aos complexos. Importante lembrar que o ego é um complexo.
- d) Trabalho com a Persona. Um dos aspectos mais significativos do espírito do tempo, da civilização atual, está na reconfiguração da Persona. Várias pessoas hoje têm debilidade no campo psicodinâmico dos papéis sociais. Sobreviver exige ter maleabilidade na troca dos papéis, em saber estar e ser flexível, o que viver e como viver em situações específicas. Todavia, um empata por si só tem uma mistura natural de percepções às quais é atravessado por forças do inconsciente. Por vezes, leva tempo para se situar e compreender o que está ocorrendo. O fato de ter seu ego frágil o torna vulnerável socialmente, e quanto maior for a compreensão da

Individuação e de sua identidade, maiores as atribulações de Persona emergentes. Se assumir e assumir os desígnios da existência e saber interagir em sociedade são coisas que devem ser trabalhadas com consciência.

## 8 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

Todo trabalho vinculado à psicologia analítica pode auxiliar um místico a se estruturar e seguir sua jornada. O campo da religiosidade não pode ser visto como elementos de psicopatologia. A esfera do instinto religioso é um campo das vivências humanas. Dar voz à pessoa mística e o auxiliar é um campo ao qual a ciência deveria se dedicar mais. Um campo de investigação científica extremamente interessante na exploração da psique humana.

Independentemente da aceitação científica, é fundamental, na atualidade, que uma pessoa sensitiva, empata ou mística que trabalhe exaustivamente o seu autoconhecimento faça análise e uma psicoterapia profunda para sobreviver aos dilemas e incongruências deste mundo.

## REFERÊNCIAS

Ávila, Santa Tereza. **Livro da Vida**. São Paulo: Editora Família Católica, 2018.

\_\_\_\_\_. **Castelo Interior**. São Paulo: Editora Família Católica, 2001.

Bergson, Henri. Correspondências, **Obras e Outros Escritos**. São Paulo: Abril Cultural, 1974.

\_\_\_\_\_. **Matéria e Memória**. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

Boff, Leonardo. **Mística e Espiritualidade**. São Paulo: Livraria Martins Fontes, 2004.

Bauman, Zygmunt. **Modernidade Líquida**. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 2001.

Boétie, Etienne de La. **Discurso da Servidão Voluntária**.

Brandão, Junto de Souza. **Mitologia Grega**. Petrópolis: Vozes, 1987.

\_\_\_\_\_. **Dicionário Mítico - Etimológico**. Petrópolis: Vozes, 2019.

Carus, Carl Gustav. Psyche: **Zur Entwicklungsgeschichte der Seele**. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, 1975.

Coelho, Maria de Fátima Cardoso. **Entrelaços: Jung e as Benzeções - Um Bordado sobre Algumas Manifestações do Arquétipo da Cura no Contexto da Alma Brasileira**. Rio de Janeiro: AJB, 2020.

Corrigan, Kevin; Harrington, Michael. “**Pseudo-Dionysius the Areopagite**”. In Zalta, Edward N. (ed.). **Stanford Encyclopedia of Philosophy**. London, 1986.

Cruz, São João da. **Obras Completas**. Petrópolis: Vozes, 1998.

Fierz, Heinrich Karl. **Psiquiatria Junguiana**. São Paulo: Paulus, 1997.

Fordham, Michael. “**Analyst–Patient Interaction**”. In: Collected Papers on Technique.

London: Taylor & Francis e-Library, 2005.

—. **The Self and Autism**. London: William Heinemann Medical Books, 1976.

—. **Explorations into the Self**. London: Academic Press, 1985.

—. **New Developments in Analytic Psychology**. London: Routledge & Kegan Paul, 1957.

Freud, Sigmund. “Prefácio para Cinco Lições de Psicanálise”. In: *Obras Completas*, Volume XI (1910). São Paulo: Ed. Imago, 1979.

—. “**O Estranho Familiar**”. In: *Obras Completas*, v.17, p.275-314. Rio de Janeiro: Imago, 1984.

Jung, Carl Gustav. **O Homem e Seus Símbolos**. São Paulo: Nova Fronteira, 1989.

—. **O Espírito na Arte e na Ciência**. Petrópolis: Vozes, 1999.

—. **O Eu e o Inconsciente**. Petrópolis: Vozes, 2001.

—. Aion: **O Estudo sobre a Simbologia do Si-mesmo** (1945). Petrópolis: Vozes, 2006.

—. **Psicologia e Religião**. Petrópolis: Vozes, 1996.

—. **Psicologia e Religião Oriental**. Petrópolis: Vozes, 1996.

—. **Tipos Psicológicos**. Petrópolis: Vozes, 2002.

—. **Livro Vermelho**. Petrópolis: Vozes, 2016.

—. **Sincronicidade**. Petrópolis: Vozes, 2008.

Kalsched, D. “Archetypal Affect, Anxiety and Defence in Patients Who Have Suffered

Early Trauma”. In: Casement, Ann (ed.). **Post-Jungians Today: Key Papers in Contemporary Analytical Psychology**. London & New York: Routledge, 1998.

Pereira, Edmilson de Almeida; Gomes, Núbia Pereira de Magalhães. **Assim Se Benze em Minas Gerais: Um Estudo sobre Cura Através da Palavra**. Belo Horizonte: Mazza Edições, 2018.

—. **Flor do Não Esquecimento: Cultura Popular e Processos de Transformação**. Belo Horizonte: Autêntica, 2002.

Serbena, Carlos Augusto. “**Imaginário, Ideologia e Representação Social**”. In: *Cadernos de Pesquisa Interdisciplinar em Ciências Humanas* UFSC, Nº 52, Florianópolis, Dezembro de 2003.

Shamdasani, Sonu. Jung e a Construção da Psicologia Moderna: **O Sonho de uma Ciência**. Aparecida-SP: Editora Ideias & Letras, 2011.

Sófocles. Édipo Rei, Antígona. São Paulo: Martin Claret Editora, 2007.

Vyasa, Krishna-Dwaipayana. **The Mahabharata**. Pindamonhangaba: Baktivedanta Books, 1996.

Weil, Simone. **A Condição Operária e Outros Escritos sobre a Opressão**. São Paulo: Editora LG, 1999.

Zacharias, J.J.de M. Compadre: **Uma Análise Psicológica Possível de Exu**. São Paulo: Votor, 2010.