

UNIVERSITATEA DE VEST „VASILE GOLDIȘ” ARAD
FACULTATEA DE ȘTIINȚE SOCIO-UMANE ȘI EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI
SPORT
SPECIALIZAREA PSIHOLOGIE

BOLILE SPIRITUALE
DESCRIERE, MANIFESTĂRI

ERMESZ DALMA
ANUL II

2023

BOLILE SPIRITUALE. DESCRIERE ȘI MANIFESTĂRI

CUPRINS

1. Definirea conceptului și domeniile de referință.....pag. 2
2. Abordări psihologice.....pag. 4
3. Terapii alternative.....pag. 7
4. Bibliografie.....pag. 9

1. Definirea conceptului și domeniile de referință

Din punctul de vedere al psihologiei, bolile spirituale nu sunt o categorie recunoscută științific, fiind incluse, din punct de vedere simptomatologic, fie în expresii comportamental-emoționale ale unor disfuncționalități psihice, manifestate prin tulburări de tip anxios, depresiv, comportamental, volitiv-emoțional, fie exprimate prin aspecte patologice majore, în forme variate de psihoză etc. Boala spirituală este un termen folosit pentru a descrie impactul negativ al suferinței spirituale asupra bunăstării unei persoane. Este un fenomen complex care se poate manifesta în diverse moduri, inclusiv anxietate, depresie și dependență. Potrivit unui articol recent din „Psychology Today” (Clawson, D. R., 2021), boala spirituală poate fi cauzată de o varietate de factori, inclusiv lipsa de sens sau de scop în viață, un sentiment de deconectare de la ceilalți și o nevoie nesatisfăcută de conectare la o putere mai mare.

Psihologia, pe de altă parte, este studiul științific al comportamentului uman și al proceselor mentale. În timp ce psihologia nu abordează în mod obișnuit problemele spirituale în mod direct, ea poate ajuta indivizii să facă față suferinței spirituale, oferindu-le instrumente pentru a-și gestiona emoțiile și gândurile.

De asemenea, problemele spirituale pot sta la baza îmbolnăvirilor somatice, ca un precursor al acestora, situație în care se impune o abordare pluridisciplinară, medicală și psihologică, la care, în practică, persoanele afectate apelează uneori, în funcție de convingerile personale și contextul de viață, la forme alternative de terapie, de la bioenergie, yoga, la regresie temporală și practici religioase.

Spiritualitatea este tot mai adesea abordată în domeniul sănătății umane, în medicină și psihologie, strâns legată de terapiile holistice, existențiale și alte forme de intervenție terapeutică, mai mult sau mai puțin standardizate. Interpretările spirituale nu sunt însă recunoscute global de comunitatea medicală, în special din cauza lipsei datelor experimentale probate științific.

Relația dintre spiritualitate și/sau religie și sănătatea mentală și fizică a intrat din ce în ce mai mult în studiu în ultimii ani, însă nu există argumente științifice, interpretările fiind strict

subiective. Aparent, este acceptat în mod convențional că spiritualitatea este asociată cu o sănătate mai bună, mentală și fizică. Cu toate acestea, un studiu britanic publicat recent a constatat că oamenii care sunt spirituali, dar nu sunt religioși în înțelegerea vieții, sunt mai vulnerabili la tulburări mintale decât alte persoane. Natura relației cauzale dintre spiritualitate și tulburarea mintală este în prezent necunoscută. Un studiu britanic anterior a avut constatări similare, iar autorii au remarcat că este posibil ca lipsa unui cadru religios pentru propriile convingeri să poată duce la tulburări mintale la persoanele care au nevoie de o înțelegere spirituală a vieții (King, ș.a., 2006). Reciproc, faptul de a avea o tulburare mintală ar putea determina o persoană să se angajeze într-o căutare spirituală în speranța vindecării mentale sau a unei înțelegeri mai profunde a problemelor sale. Motivele pentru aceasta sunt încă neclare. Studiile asupra psihologiei spiritualității oferă câteva indicii cu privire la motivul pentru care oamenii spirituali, dar nu religioși, ar putea fi predispuși la o sănătate mintală mai slabă, deși sunt necesare mai multe cercetări pentru a explica pe deplin relația. Afirmările potrivit cărora „spiritualitatea” este benefică pentru sănătatea mintală au fost criticate pe motiv că definițiile spiritualității au fost atât de mult lărgite încât implică sănătate mintală prin definiție (Koenig, 2008) .

Medicina holistică este un concept acceptat în prezent de către medicina alopată, prin ramura psihosomaticii. La baza ei se află premisa conexiunii permanente dintre trup, minte și suflet, între cele trei niveluri existând mecanisme complexe de interdependență.

S-a dovedit deja științific că stările prelungite de stres, frică sau supărare pot împiedica funcționarea corectă a anumitor organe sau sisteme din organismul uman. Este însă necesar să conștientizăm că nu numai stările negative menținute pe termen lung ne pot afecta sănătatea, ci chiar și gândurile, vorbele și emoțiile cotidiene. În aceasta lumină, putem presupune că bolile sunt semnale ale corpului fizic, generate de disfuncționalități la nivelul gândirii, simțirii sau al comunicării cu ceilalți. Astfel, în momentul în care conștientizăm cauza din spatele respectivei boli și încercăm să o remediem, vindecarea va veni cu siguranță și va fi de durată. Vindecarea prin gândire, noesiterapie, se aplică în anumite terapii, alături de tratamentele tradiționale.

2. Abordări psihologice

Din punct de vedere medical, boala reprezintă o alterare a sănătății fizice, o tulburare a echilibrului normal al organismului care conduce la destabilizarea corpului. Dintr-o perspectivă spirituală, boala provine dintr-un dezechilibru în viața noastră ca rezultat al credințelor nesănătoase pe care le avem despre lume, despre noi înșine și despre oamenii cu care ne înconjurăm (<https://eugencpopa.ro/cauzele-spirituale-ale-bolilor/>). Aceste boli sunt legate de emoții, gânduri, comportament, în general de o varietate de factori, de credințele noastre, de modul în care ne raportăm la lumea din jurul nostru și de modul în care ne raportăm la noi înșine.

Felul în care gândim depinde de partea conștientă a creierului nostru și este direct responsabilă de performanțele sau de eșecurile noastre în diferitele domenii de activitate ale vieții, de fericirea sau de nefericirea noastră.

Pe model psihanalitic, subconștientul este tărâmul emoțiilor, este o arhivă a amintirilor, partea care percepe realitatea prin intuiție. Emoțiile sunt în strânsă legătură cu crezurile, valorile noastre. Subconștientul nu judecă faptele așa cum o face mentalul conștient, el acceptă gândurile transmise din partea conștientului fie că sunt bune sau rele. Subconștientul nu este capabil să facă selecții sau comparații, deci nu poate raționa.

Subconștientul este în permanență sensibil la toate sugestiile, fie că ele provin direct de la mintea conștientă, fie din exteriorul subiectului în cauză. Mai precis, subconștientul este acela care pune în practică gândurile care provin de la conștient și în funcție de forța acestora. Subconștientul încearcă să le materializeze, adică să le ducă la îndeplinire; indiferent dacă este un gând bun sau unul rău, indiferent dacă acel gând este o dorință de a noastră sau doar un gând scăpat de sub control (un gând negativ, o obsesie, etc.). De reținut este faptul că subconștientul nu diferențiază emoția sau sentimentul pozitiv de cel negativ, iar de asemenea nu face distincția între bine sau rău. El este neutru și nu gândește. Doar conștientul este acela care distinge între bine și rău, între o emoție pozitivă și una negativă.

Din această structură funcțională a minții se poate deduce că fiecare trăire, experiență pozitivă sau negativă care ni se întâmplă în viață este un rezultat al gândirii noastre. Astfel, noi suntem creatorii fericirii sau nefericirii noastre, a sănătății sau a bolilor cu care ne confruntăm.

Tot ceea ce gândim despre noi înșine devine adevărat pentru noi. Toate convingerile legate de propria persoană și modul în care ne poziționăm în relația cu întreg Universul vor crea experiențe de viață foarte diferite prin care ne formăm exact calitatea gândurilor și sentimentelor noastre.

Manifestările bolilor spirituale pot fi diferite în funcție de persoană și de boală. Unele dintre manifestările comune ale bolilor spirituale includ anxietatea, depresia, stresul, frica, furia, sentimentul de singurătate, sentimentul de neînțelegere și multe altele.

Există o serie de perspective și filozofii care consideră că există o dimensiune spirituală în spatele afecțiunilor fizice și mentale. Eugen C. Popa, psiholog și terapeut român, a scris despre cauzele spirituale ale bolilor și cum acestea sunt legate de credințele noastre nesănătoase despre noi înșine și lumea din jurul nostru. Gândurile și emoțiile noastre pot influența starea de sănătate, astfel încât boala poate fi o manifestare a unui dezechilibru spiritual.

Așa cum spunea Valeriu Popa (1924-1987), inginer român, deschizător de drumuri în domeniul bioenergeticii umane și al naturismului:

„Orice boală pornește din minte. Mulți bolnavi își pregătesc în mental, cu străduință, anii de-a rândul, o îmbolnăvire definitivă. Nimic nu se manifestă în corp fără să aibă un prototip mental corespunzător. Adevărata vindecare începe în momentul în care ne gândim ce am vrea să facem atunci când ne vom recâștiga sănătatea. [...] Când cauzele vor fi eliminate, boala va dispărea.”

(<https://www.slideshare.net/baciumirceacorneliu/valeriu-popa-cauzelespiritualealebolilor>).

Abordarea psihologică a tulburărilor spirituale se regăsește cel mai clar în logoterapie și analiza existențială. Conform descrierii Federației Române de Psihoterapie (<https://www.psihoterapie.ro/psihoterapia/logoterapia-si-analiza-existentiala>), logoterapia ajută la căutarea unui sens posibil, personal în raport cu o situație sau problemă, este integrativă, deoarece se bazează pe realitatea integrală, pe sensul real, o psihoterapie centrată pe persoană. Căutarea sensului se referă la un obiectiv pentru care o persoană să continue să existe și să trăiască: o persoană dragă și / sau pentru o cauză umană. Poate fi un obiectiv foarte apropiat și practic de făcut sau de trăit, dar poate fi, de asemenea, o sursă existențială și etică care ajută o

persoană să se confrunte cu soarta, bolile fizice și psihologice, lipsurile, pierderile și, în cele din urmă, moartea.

Analiza existențială este un proces dublu de explorare a acțiunii, experienței și atitudinii trecute și prezente a clientului în legătură cu problema de a fi sau a fi fost responsabil ca persoană pe de o parte și de a găsi valori intrinseci, inconștient operante, legate de demnitate. Cealaltă parte a Analizei existențiale este abordarea științifică fenomenologică a întrebărilor referitoare la condiția umană, așa-numitele probleme meta-clinice.

Ca atare, logoterapia și analiza existențială sunt fundamentul „psihoterapiei neo-dinamice”. Școala de logoterapie și analiză existențială a fost fondată de regretatul prof. austriac Dr. Viktor E. Frankl (1905-1997). Logoterapia a fost fondată în anii 1925-1945, iar școala este de asemenea cunoscută sub numele de „a treia școală vieneză”, derivată pe de o parte din psihanaliza lui Sigmund Freud și, pe de altă parte, din psihologia individuală a lui Alfred Adler. Inițial, a fost menită să fie suplimentară, pentru a completa lacune în școlile existente și mai târziu în școlile emergente, cum ar fi comportamentalistă și rogersiană, precum și alte „terapii existențiale”. În același timp, însă, logoterapia însăși s-a dezvoltat într-o abordare puternică separată, cu terminologia, analiza, diagnosticul, intervalul, intervențiile și tratamentul său specifice. Multe alte școli au beneficiat de logoterapie și analiză existențială de-a lungul anilor, iar noi metode au fost dezvoltate din logoterapie în multe domenii adiacente.

Logoterapia și analiza existențială sunt susținute de un vast grup de cercetători la nivel internațional. Este recunoscută de Asociația Americană de Psihiatrie, Asociația Americană de Psihologie, Asociația Medicală Americană și de OMS al ONU. În Europa, Asociația Europeană pentru Psihoterapie din Viena a afirmat validitatea științifică și terapeutică a logoterapiei și analizei existențiale, acordându-i statutul de acreditare privind Certificatul european pentru psihoterapie.

3. Terapii alternative

În general, psihoterapia se referă la tratamentul problemelor psihologice și emoționale prin intermediul discuțiilor cu un terapeut. Terapeutică bolilor spirituale în afara sistemelor psihologice formale are o abordare diferită care se concentrează pe vindecarea sufletului și a minții prin intermediul practicilor religioase și spirituale, însă, cu toate că are ca scop sănătatea

sufletească și echilibrul emoțional, nu reprezintă o metodă științifică de tratament și nu poate fi folosită drept simplu mijloc de a trata bolile psihice. Vom aminti câteva metode cunoscute.

În concepția lui Serghei Nikolaevici Lazarev, bioenergetician rus, relațiile dintre oameni reprezintă coduri energetice generate de câmpurile spiritual-energetice ale oamenilor, astfel încât supărarea și lipsa iertării pot reprezenta cauze ale îmbolnăvirii. Logica conștientului uman este orientată către supraviețuirea corpului fizic. Logica subconștientului, către păstrarea și dezvoltarea structurilor spirituale. De aceea încercările de substituie mecanică a acestora în cele mai multe cazuri duc la dispariția uneia din aceste două componente.

Pornind de la aceeași premisă, abordarea intervenției se poate axa pe metode psihologice de psihanaliză, analiză existențială etc., în timp ce în domeniile nereglementate științific, bioenergie, psihologie spirituală, psihoterapie ortodoxă ș.a. se practică metode alternative, legate de confesiune, rugăciune, meditație și altele.

Un exemplu de terapie alternativă a bolilor spirituale este detaliat în cartea lui Jean-Claude Larchet, cu același titlu: „Terapeutica bolilor spirituale”, care descrie așa-numite „Premise antropologice. Sănătatea primordială și originea bolilor”, cu diverse patologii originare în emoțiile umane și „Descrierea, manifestările și felul în care se produc bolile spirituale”, date de „patimi”: desfrânare, tristețe, frică, mândrie sau provenite de la mamă etc. Terapia este exclusiv religioasă, bazată pe credința creștin-ortodoxă, maslu, rugăciune isihastă, post ș.a.

Un alt exemplu este redat în cartea prof. univ. dr. Anton A. Bucher (n. 21 septembrie 1960 la Altbüron), teolog și autor elvețian romano-catolic, profesor de teologie practică la Universitatea din Salzburg: „Psychologie der Spiritualität Handbuch” („Psihologia spiritualității: manual”), care susține că nu există un fenomen al vieții care să nu fie impregnat de spiritualitate: așa este lumea îngrijirii pacienților, a medicinei, a educației, a psihoterapiei sau a muncii, iar sarcina psihologilor este, de asemenea, să descrie, să interpreteze, să explice și să relaționeze experiențele spirituale neobișnuite cu alte variabile.

În alte forme de credință în special hinduse și budiste, anumite boli sunt considerate karmice, pornind de la premisa posibilității unor vieți anterioare, care aduc în prezent încărcătura spirituală acumulată. Acestea sunt, în general, de tip cronic și mai greu de pus în legătură cu anumite convingeri negative, tipare comunicaționale deficitare, sau emoții disonante din viața

noastră de zi cu zi. În cultura occidentală, aceste teme sunt în plin avânt și stau la baza abordării spirituale a vieții, sănătății și echilibrului psihic. Un exemplu dintre multe altele este cartea lui Steve Rother, „Spiritual Psychology” (Rother, S., 2004), despre cum alegem ce lecții vrem să învățăm în fiecare viață.

În medicina tradițională chineză și în practicile ayurvedice, se crede că boala este rezultatul unui dezechilibru energetic în corp. Prin echilibrarea energiilor Yin și Yang sau a dosh-urilor (Vata, Pitta, Kapha), se poate obține vindecarea și restabilirea sănătății.

În urma celor prezentate, bolile spirituale necesită un studiu aprofundat, științific, pentru a fi abordate ca atare. Până în momentul în care comunitatea științifică va avea informațiile necesare, este important ajutorul specializat pentru orice boală manifestă, așa cum este întotdeauna util să înțelegem sensul spiritual din spatele ei. Prin înțelegerea bolilor spirituale, se promovează autocunoașterea și apelul la metode psihoterapeutice holistice.

4. Bibliografie

1. Bucher, Anton A., 2018, „A spiritualitás pszichológiája”, Oriold És Társai Kft., Budapesta
2. King, M., Marston, L., McManus, S., Brugha, T., Meltzer, H., Bebbington, P., 2013, „Religion, spirituality and mental health: results from a national study of English households” în rev. „The British Journal of Psychiatry”, 2021, Cambridge University Press, Cambridge, U.K.
3. King, M., Weich, S., Nazroo, J., Blizard, B., 2006, „Religion, mental health and ethnicity” în: „Journal of Mental Health”, Taylor & Francis, Abingdon, Oxfordshire, U.K.
4. Koenig, H. G., 2008, „Concerns About Measuring Spirituality in Research”, în: „The Journal of Nervous and Mental Disease”, University of Maryland School of Medicine, Baltimore, U.S.A.
5. Larchet, J.-C., 2020, „Terapeutica bolilor spirituale”, Editura Sophia, București
6. Lazarev, S. N., 1994, „Karma sau armonia dintre fizic, psihic și destin”, Editura Moldova, Iași
7. Rother, S., „Spiritual Psychology. The twelve primary life lessons”, 2004, Lightworker Publications, London, U.K.

Sursele web:

1. <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/deconstructing-illness/202103/what-you-need-know-about-spiritual-illness-and-disease>, consultat în data de 13.11.2023
2. <https://www.slideshare.net/baciumirceacorneliu/valeriu-popa-cauzelespiritualealebolilor>, consultat în data de 16.11.2023
3. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/unique-everybody-else/201301/troubled-souls-spirituality-mental-health-hazard>, consultat în data de 18.11.2023
4. <https://www.psychologies.ro/echilibru-interior/cauzele-spirituale-ale-bolilor/5-perspectiv-e-asupra-cauzelor-spirituale-ale-bolilor-2193527>, consultat în data de 18.11.2023
5. <https://eugencpopa.ro/cauzele-spirituale-ale-bolilor>, consultat în data de 19.11.2023

6. <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/deconstructing-illness/202103/what-you-need-know-about-spiritual-illness-and-disease>, consultat în data de 19.11.2023