

Psicologia & Psicoterapia

Diretor de coleção: Telmo Mourinho Baptista

Títulos publicados

1. Dicionário de Psicologia
2. Psicoterapias Cognitivo-Comportamentais
Vol. 1 – Intervenções Clínicas
3. Psicoterapias Cognitivo-Comportamentais
Vol. 2 – Perturbações e Grupos Específicos
4. Psicoterapia na Torre de Babel

Psicologia & Psicoterapia

Livros de carácter científico e de divulgação sobre aspetos importantes nas áreas da psicologia e da psicoterapia. Privilegiando autores portugueses, um contributo para a formação dos profissionais e uma maior divulgação dos conhecimentos e práticas de que a psicologia e a psicoterapia se ocupam.

Psicoterapia na Torre de Babel

Editores

Constança Biscaia

David Dias Neto

EDIÇÕES SÍLABO

É expressamente proibido reproduzir, no todo ou em parte, sob qualquer forma ou meio gráfico, eletrónico ou mecânico, inclusive fotocópia, este livro.

As transgressões serão passíveis das penalizações previstas na legislação em vigor.

Não participe ou encoraje a pirataria eletrónica de materiais protegidos.

O seu apoio aos direitos dos autores será apreciado.

Visite a Sílabo na rede

www.silabo.pt

FICHA TÉCNICA

Título: Psicoterapia na Torre de Babel

Autores: Constança Biscaia, David Dias Neto e Vários autores

© Edições Sílabo, Lda.

Capa: Pedro Mota

1.^a Edição – Lisboa, setembro de 2023

Impressão e acabamentos: ARTIPOL – Artes Tipográficas, Lda.

Depósito Legal: 521232/23

ISBN: 978-989-561-332-8



EDIÇÕES SÍLABO, Lda.

Publicamos conhecimento

Editor: Manuel Robalo

R. Cidade de Manchester, 2

1170-100 Lisboa

Telf.: 218130345

e-mail: silabo@silabo.pt

www.silabo.pt

Índice

Prefácio – Da confusão à complexidade: a psicoterapia em diálogo com outras formas de conhecimento	9
---	----------

Telmo Mourinho Baptista

Notas para um começo	15
-----------------------------	-----------

Constança Biscaia • David Dias Neto

PARTE 1

Psicoterapia e corpo

Capítulo 1 – O corpo como abertura do sujeito ao mundo	21
---	-----------

Maria Augusta Babo

Capítulo 2 – O corpo e o adoecer	31
---	-----------

Silvia Ouakinin

PARTE 2

Psicoterapia, palavra e ação

Capítulo 3 – A palavra e a ação – Entre a circularidade e a especificidade	43
---	-----------

Fernanda Henriques • Gabriela Moita

PARTE 3

Psicoterapia e espiritualidade

Capítulo 4 – Do antagonismo ao diálogo 57

Constança Biscaia

Capítulo 5 – Controvérsias à parte, o desafio da espiritualidade na psicoterapia 67

Fernando Sampaio

PARTE 4

Psicoterapia, sociedade, poder e política

Capítulo 6 – Entre o privado do encontro e o público da possível *polis* 79

David Dias Neto • Tiago Pereira

PARTE 5

Psicoterapia e meios de comunicação social

Capítulo 7 – Os meios de comunicação social e a promoção da literacia em saúde mental 93

Mésicles Helin

Capítulo 8 – A psicoterapia no caminho mediático 103

Nuno Domingues

PARTE 6

Psicoterapia e arte

Capítulo 9 – Algumas linhas de escuta e de conversa 113

Maria Teresa Sá

Capítulo 10 – Psicoterapia, arte e expressões artísticas: é para dramatizar!	119
António Gonzalez	

PARTE 7

Psicoterapia e ciências da vida

Capítulo 11 – Cérebros no divã: biologia e psicoterapia	133
Rui F. Oliveira	
Capítulo 12 – Cérebro e mente: objeto igual, ângulos diferentes	145
Luís Bento	

PARTE 8

Psicoterapia e ética

Capítulo 13 – A perspetiva do cuidado	157
Irene Borges-Duarte	
Capítulo 14 – Dançamos o tango?	167
Cristina Nave	
Os editores	177
Os autores	179

Prefácio

Da confusão à complexidade: a psicoterapia em diálogo com outras formas de conhecimento

Telmo Mourinho Baptista

A história da Torre de Babel representa a ambição do ser humano em construir uma torre que chegue aos céus, um claro desafio ao divino. Essa arrogância foi punida, não com a destruição do projeto, anteriormente já teria havido o Dilúvio, mas pela impossibilidade de condições para a sua realização, ou seja, com a criação por Deus de muitas línguas entre os seus construtores, o que impediu o seu entendimento, e impossibilitou a sua concretização.

A criação e o desenvolvimento da psicoterapia com Freud, a partir do final do século XIX, deu origem a uma verdadeira explosão de conhecimento e ao nascimento de múltiplas formas de psicoterapia, que se organizaram em escolas de pensamento. E foi assim que se assistiu ao aparecimento do behaviorismo, das terapias humanistas, do movimento da terapia cognitiva, a par de modelos psicodinâmicos que foram dominantes durante muitos decénios do século passado.

A necessidade de afirmação de cada uma dessas escolas levou a desenvolvimentos muito diversos, como a criação de departamentos em universidades dedicados à investigação, prática e disseminação científica, ao aparecimento de publicações especializadas em livro e revistas, à organização de congressos e ao desenvolvimento do treino profissional em sociedades ou associações.

As diferentes formulações apresentaram as suas teorias sobre a perturbação do funcionamento psicológico e sugeriram formas de intervenção corretivas, de modo a devolver a pessoa a um funcionamento adaptado. A proliferação de diferentes posições levou a uma necessidade de afirmação, que ditou confrontos entre as várias escolas, expressos em múltiplas publicações, numa busca pela dominância do modelo interpretativo da saúde mental. Podendo parecer estranho, talvez seja sempre assim nas diversas áreas de conhecimento, que evoluem por um crescimento dialético que encontra respostas provisórias para as muitas questões que são colocadas, e que simultaneamente revela novas perguntas.

Apesar de tudo, o empreendimento da psicoterapia pode considerar-se bem-sucedido, pese embora a possível confusão que pode gerar no cidadão defrontar-se com tanta variedade de oferta no momento em que procura alívio para o seu sofrimento psicológico. Seria desejável uma escolha informada, consciente de que o método oferecido responde da melhor maneira às necessidades da pessoa, mas estas escolhas não refletem uma ponderação racional dos vários elementos do processo, e são sobretudo determinadas por fatores pragmáticos, como a facilidade de acesso, o custo ou a proximidade ao local de trabalho ou habitação e, sobretudo a referência de um utilizador próximo (familiar, amigo) e satisfeito. Ainda que a escolha possa ser tão simples, a existência de uma diversidade de abordagens deve pressupor um cuidado ético fundamental, o de providenciar a melhor intervenção para os pacientes de psicoterapia, de preferência uma intervenção testada, com suporte científico demonstrado por múltiplos estudos.

A proliferação de escolas, com diferentes conceitos e métodos de intervenção cria uma dificuldade acrescida ao conhecimento. Mesmo assim, a literatura científica tem tido um desenvolvimento notável na compreensão dos diferentes processos psicoterapêuticos, particularmente a partir do momento em que se procurou investigar fatores comuns ao processo terapêutico. Para além disso, a evolução dos tempos tem permitido a um conjunto de investigadores desenvolver modelos integrativos em psicoterapia, e essa aproximação desenvolveu uma linguagem comum entre as diversas escolas, quebrando assim a condenação babélica da incompreensão.

Contudo, a psicoterapia enquanto conhecimento e prática está profundamente relacionada com outras dimensões do conhecimento. Desde logo

com a biologia pelo que acontece no corpo do paciente, pelos potenciais desequilíbrios que, segundo conceptualizações psiquiátricas são conducentes a diversas perturbações. A influência mútua entre mente e corpo, ou melhor ainda, e ultrapassando esta dualidade corpo-mente, a expressão da perturbação seja de um ponto de vista mental como físico, ainda tem muito por descobrir.

A psicoterapia, como intervenção realizada primordialmente pela palavra, opera na alteração do significado das experiências vividas ou antecipadas, e gera novas narrativas para a história da pessoa. Essa ressignificação da experiência ocorre numa cultura específica, com convenções, mitos, no fundo macronarrativas que aprendemos durante o crescimento, e que influenciam a maneira como vemos o mundo. Contribuem ainda as narrativas do microcosmos familiar, que constituem em si próprias uma cultura única e matriz do funcionamento pessoal. Além disso, a cultura é cada vez mais influenciada pelos meios de comunicação, que têm um papel fundamental na modelação dos discursos dominantes sobre os fenómenos sociais. E também a arte, como expressão criativa, reflete as dinâmicas do ser humano e impacta a relação com o mundo.

Se desejamos que a prática da psicoterapia seja ótima e promotora do ser humano, deve assentar numa ética que paute os comportamentos dos profissionais e investigadores, que respeite acima de tudo a pessoa, os seus direitos, a sua autonomia, o desenvolvimento e crescimento pessoal, que exija uma permanente busca de melhores formas de prestação. Todo este empreendimento é condicionado pelas políticas de saúde, pela primazia que se dá ao cuidado, pela facilitação do acesso, pelos recursos disponíveis para a promoção da saúde psicológica.

Compreender a complexidade envolvida assusta pela dimensão do empreendimento, mas sendo a psicoterapia uma intervenção na vida das pessoas, não pode tentar compreender menos do que todos os aspetos que influenciam a vida. Por isso, acredito no esforço de estudar a complexidade, e revejo-me no projeto de Edgar Morin, de desenvolver um conhecimento da complexidade, pela criação de interpretações que integram as diversas fontes dos dados.

Para Edgar Morin, grande pensador da complexidade, é importante ensinar as formas de conhecimento, dar organização com sentido às infor-

mações que possuímos, não ficando apenas pela acumulação de dados, e criando interpretações abrangentes. O texto realizado para a UNESCO «Les sept savoirs nécessaires a l'éducation» (UNESCO, 1999), é um fantástico manifesto para uma compreensão mais completa do mundo. Aí se fala da necessidade de conhecer as tendências ao erro e à ilusão por parte do ser humano, os erros mentais, as cegueiras paradigmáticas, conseguindo ensinar a condição humana tendo em conta a unidade e diversidade, no que denominou *unitas multiplex*. E é fundamental uma compreensão intelectual objetiva, combinada com uma compreensão humana intersubjetiva, que releva aspetos como a empatia. Mas também é crucial dar conta da incerteza, num mundo em permanente mudança, onde a referência ética ancora as decisões de cada pessoa, grupo ou comunidade.

Então, que fazer com a psicoterapia na Torre de Babel? Será possível imaginar uma língua partilhada que permita a comunicação e a integração de saberes, com um entendimento comum do que é fundamental para ajudar no sofrimento humano? Creio que sim, ainda que o projeto não passe pela redução a um único método terapêutico. A tarefa revela-se gigantesca, não só pelo entendimento entre os praticantes das várias psicoterapias/línguas, como pela necessária integração de outras formas de conhecimento que aumentam a compreensão do fenómeno e alargam as possibilidades de intervenção.

Foi desta necessidade de diálogos complexos que nasceu o projeto do *podcast* «A Psicoterapia na Torre de Babel», agora transformado em livro. Iniciado na conversa, essa forma primordial que permite a aproximação, a descoberta e o entendimento, um psicoterapeuta é desafiado a pensar em conjunto com um especialista numa área relacionada de conhecimento. Dessa discussão nasce um diálogo que enriquece os problemas, forçando uma observação sobre uma nova luz, procurando estabelecer pontes com outra forma de conhecimento. É uma espécie de jogo informado, de troca de cadeiras, em que a consideração de um outro ponto de vista aumenta e torna a compreensão mais completa.

Esta conversas iluminam o terreno, porque nos obrigam a sair da bolha de ruído usual, que fazemos para o nosso grupo de devotos, e falar para outros que não têm o mesmo interesse ou centralidade do tema. É uma tomada de consciência da visão própria e limitada, quando nos obrigamos a explicar aos não-entendidos. Obriga a uma maior inteligibilidade para o

cidadão comum, que precisa de compreender o mundo, tomar decisões informadas, mudar formas de ver. Combate as visões unilaterais, polarizadas e simplistas. Considera a dificuldade da explicação da influência múltipla e da intervenção a vários níveis do sistema.

Por isso, a psicoterapia na Torre de Babel não tem a pretensão de desafiar o divino, mas de integrá-lo na busca do alívio do sofrimento humano, com todas as outras formas de conhecimento. E, se a impossibilidade de uma língua comum pode ter o mesmo destino do esperanto, a vontade de aproximação e compreensão, de abertura a múltiplas formas de conhecimento dará origem a concepções mais integradoras que, nunca atingindo o céu, apontam o caminho da luz.

Notas para um começo

Constança Biscaia • David Dias Neto

A psicoterapia, enquanto prática humana, foi desenvolvida por seres humanos enquadrados numa época e cultura. Por esse motivo, a psicoterapia é uma prática cultural, integrada numa sociedade, sendo influenciada e influenciando outros domínios do saber e outras práticas humanas. Apesar das suas raízes serem mais antigas, apenas se pode começar a falar em psicoterapia no virar do século XIX para o XX. Esse momento de nascimento acarreta desde logo um diálogo com outras práticas – como a medicina moderna – e não é indiferente à esmagadora modernização da ciência. Mesmo a psicanálise, que mais tarde haveria de ser acusada de pseudocientífica, afirma-se ela própria como um método científico.

Mas a influência não se fica pelos diálogos com outras práticas modernas baseadas em ciências emergentes. Freud é fortemente influenciado pela antropologia – no seu livro *Totem e Tabu* – e por narrativas literárias e artísticas – referindo-se ao seu famoso complexo com a personagem Édipo da tragédia de Sófocles. Por sua vez a psicoterapia – neste caso a psicanálise – é fortemente influenciadora de outras ciências sociais como a antropologia – tenhamos como exemplo a Margaret Mead – ou correntes artísticas – nomeadamente o surrealismo.

De outras formas, os diferentes modelos teóricos na psicoterapia são influenciados e influenciam outros domínios. A biologia – naquilo que é o entendimento da organização de um organismo e sua ligação ao meio – é relevante para o desenvolvimento dos modelos sistémicos. A ideia de sistemas sociais, expandida pelas abordagens familiares e sistémicas é central na intervenção social e comunitária – mesmo fora da psicologia e psicoterapia. Os desenvolvimentos da informática informam a ciência cogni-

tiva, que por sua vez influencia os modelos cognitivos. Os modelos cognitivos, por sua vez, são extremamente influentes na saúde e na educação.

A afirmação da psicoterapia enquanto processo terapêutico, tem também contribuído para a mudança na representação do ser humano. Isto, porque ao assumir uma visão deste enquanto agente da sua vida, capaz de mobilizar recursos para procurar o seu bem-estar, questiona uma visão mais passiva do ser humano enquanto sujeito que apenas reage a determinantes biológico ou sociais. Esta visão dos cidadãos, que extravasa naturalmente a psicoterapia, vai sendo cada vez mais relevante em termos de políticas. Na recente crise resultante da pandemia da COVID-19, para além dos constrangimentos legais, houve um esforço muito ativo de informar e mudar atitudes na sociedade. Esta visão do cidadão, enquanto agente de saúde pública, implica uma visão do ser humano próxima da que existe na psicoterapia – e que é indispensável à mudança de comportamentos e atitudes.

As interações com outras dimensões da sociedade e o diálogo com outras disciplinas e práticas humanas permanecem relevantes atualmente, sendo mutuamente enriquecedores. Foi com a consciência da importância destas interações que marcamos a psicoterapia, mas também a cultura e outras práticas humanas, que decidimos iniciar um projeto duplo: a gravação de um *podcast* e um livro. Convidámos psicoterapeutas e especialistas de várias outras áreas para um diálogo sobre as interfaces entre a psicoterapia e cada uma dessas áreas. A este projeto demos o nome de «Psicoterapia na torre de babel», reconhecendo, desta forma, as diferentes linguagens, mas também a inerente complexidade do diálogo entre as mesmas.

O *podcast* está disponível nos canais habituais e no site da Associação Portuguesa de Terapias Comportamental, Cognitiva e Integrativa que gentilmente apoiou este projeto (<https://www.cognitivas.org/podcast/>). Neste livro, os mesmos autores aprofundam as suas reflexões através de capítulos em coautoria ou apresentando um texto para cada um dos lados do diálogo. Por ser um livro para uma audiência alargada, foi pedido aos autores que adotassem uma linguagem acessível e um formato não técnico. Entendemos que este estilo era próprio do espírito do livro.

O livro está organizado por partes. A primeira é dedicada à «Psicoterapia e Corpo». Nela, Maria Augusta Babo e Silvia Ouakinin refletem sobre o corpo enquanto lugar de encontro (presença e expressão) em psicoterapia. E também sobre a forma como no corpo se vive e exprime o sofrimento e a mudança psíquica. A segunda parte interliga na psicoterapia, e também na vida humana, a palavra e a ação. Fernanda Henriques e Gabriela Moita partindo do papel constitutivo da palavra, refletem sobre a especificidade, mas também circularidade intrínseca, entre a palavra e a ação no processo terapêutico. A secção seguinte aborda as ligações entre a psicoterapia e espiritualidade. Sendo o ser humano um ser espiritual, qual o lugar desta dimensão na psicoterapia? Fernando Sampaio e Constança Biscaia abordam facetas desta interligação.

A quarta parte do livro refere-se às ligações entre psicoterapia, sociedade, poder e política. Num texto conjunto, Tiago Pereira e David Dias Neto discutem a psicoterapia enquanto produto social e pensam no quanto os valores desta prática psicológica têm influenciado a sociedade e as políticas. Na secção seguinte é abordada a psicoterapia no seio da comunicação social. Nuno Domingues e Mésicles Helin falam-nos da representação social da psicoterapia comunicada nestes meios e do papel dos psicoterapeutas (atual e nas suas múltiplas possibilidades) no espaço público.

A sexta parte do livro explora as relações entre a psicoterapia e a arte. Teresa Sá e António Gonzalez refletem sobre se a psicoterapia pode em si mesmo ser um processo criativo, mostrando-nos importância da ligação entre a arte e a psicoterapia. A sétima parte do livro aborda a ligação entre a psicoterapia e ciências da vida. Rui F. Oliveira e Luís Bento discutem a ligação entre o entendimento do cérebro e a compreensão dos processos psicológicos associados à psicoterapia. Longe do dualismo corpo-mente, o foco é no como é que estas ligações aprofundam o entendimento do que é ser humano.

O livro termina com a discussão do lugar da ética na psicoterapia. Irene Borges-Duarte e Cristina Nave vão para além da lógica prescritiva da deontologia, abordando a ética a partir da sua dimensão reflexiva. Pensam a radicalidade ética da compreensão do ser humano, refletindo sobre as pontes entre decisões clínica e éticas e entre a «boa vida» eticamente definida e a felicidade procurada na psicoterapia.

O diálogo na psicoterapia – nas suas dimensões de significado, afetivas e relacionais – está na base da mudança. Os diálogos da psicoterapia com outros domínios têm também este potencial transformador. Eles metamorfoseiam cada um destes diferentes olhares, como o demonstram os vários capítulos deste livro. Findo este caminho, importa reconhecer que muitos diálogos ficaram por abordar. Esta insuficiência é encarada por nós como um desafio para novos encontros. Enquanto a psicoterapia estiver envolvida nestes debates, ela continuará a crescer, polinizando e deixando-se polinizar. A psicoterapia não resolve as diferenças, elabora-as. E nessa elaboração, muda-se a si mesma.

PARTE 1

Psicoterapia e corpo

Capítulo 1

O corpo como abertura do sujeito ao mundo

Maria Augusta Babo*

(*) Investigadora do ICNOVA – Instituto de Comunicação da NOVA.

A psicoterapia lida hoje com um sujeito vivo que é, a um tempo, corpo e espírito e, nessa medida, o questionamento sobre a mudança de perspectiva no pensamento ocidental parece ser crucial.

Verificamos que o corpo se dá a pensar como uma instância em expansão, quer na sua relação com o espírito, fazendo com ele um todo, quer na sua imersão no ambiente onde se move. Tentar-se-á explicar de que forma o corpo está ligado e depende do mundo; é a porta de entrada do sujeito no mundo e de que forma ele se liga ao Outro, através de uma transversalidade que permite sair da posição individualista, para pensar novas formas de existência. A tecnociência e a gregarização são dois fenómenos que participam da ancoragem do sujeito no mundo e de que o corpo é, por excelência, o mediador.

Análise crítica do dualismo corpo/espírito

Para pensar o corpo na sua relação à psicoterapia torna-se importante entender de que forma ele foi visto na tradição do pensamento ocidental e como se pode situar na atualidade, de acordo com novas perspectivas de análise. A psicoterapia confronta-se hoje com um sujeito de corpo e alma, com uma totalidade subjetiva da qual não é mais possível elidir o corpo. E, por outro lado, ela constata a necessidade de olhar o sujeito inserido nos processos de intersubjetividade na medida em que a sua existência é gregária, não solitária.

Haverá que começar por questionar a clássica separação entre corpo e espírito ou alma, que marcou todo o pensamento ocidental desde Platão a Descartes e da qual o senso comum ainda não se libertou. O cristianismo como religião ocidental, sobrecodificou essa dualidade que a filosofia concebeu, numa visão hierarquizada das duas instâncias: o corpo subjugado à alma, à consciência, pois a carne, sede do instinto, animalizada, só subordinada à consciência poderia obter a salvação do indivíduo. Deparamo-nos com uma dicotomia que condena a carne em nome do espírito. Mas, tal binómio decorre de uma assimetria, se pensarmos que o sujeito foi tradicionalmente definido por possuir uma consciência plena sobre o corpo e as suas ações. Numa perspectiva substancialista, a consciência total abarca, elidindo, o corpo e confere uma identidade ao sujeito. É Freud que abre a primeira brecha na unicidade do sujeito desincorporado, ao colocar o inconsciente como campo subjetivo transversal ao corpo e ao espírito. O corpo acarreta então um certo impensado que passa a constituir uma parte integrante do sujeito.

A crise do sujeito na modernidade é fruto da falência desse modelo de transparência e essencialidade em que o corpo tinha um papel acessório, senão perigoso, na medida em que poderia abrir brechas na unicidade subjetiva. Tal falência não decretou a morte do sujeito, como alguns temeram, mas tão só essa plenitude da mente sobre o corpo que, entretanto, ganhou opacidade e densidade na conceção do que é e por onde passa a subjetividade.

A perspectiva de entendimento do sujeito na esfera da linguagem, que perdurou como marca diferencial relativamente a todo o vivo, é incontor-

nável, mas não única. A linguagem constitui efetivamente a condição do sujeito na medida em que, se o não esgota, determina-lhe a existência subjetiva. Ora, a marca da linguagem na constituição do sujeito dá-se através de um distanciamento relativamente ao real. A linguagem elabora por sobre a realidade. É a sua dimensão simbólica que permite constituir o pensamento, organizando-o na ausência da coisa. Simbolizar é uma operação cognitiva de substituição da coisa pelo signo e, a partir daí, de elaboração de sentido sobre o real onde se move o sujeito. Esta ancoragem no regime das ausências favoreceu, por certo, a suposta dispensabilidade do corpo.

Ora, sendo o humano um ser de linguagem, por onde perpassam os processos de subjetivação, ele é atravessado por dimensões heterogêneas como sejam as emoções. Há um espaço que cruza o sujeito, do domínio da experiência afecional, que pode configurar uma expressividade não-verbal, complementar ou mesmo paradoxal, em relação à assunção do sujeito na linguagem. Quando se coloca a linguagem face à heterogeneidade das afeções, por exemplo, não se inviabiliza a possibilidade que tem a linguagem e o sujeito da linguagem de elaborar o campo afecional na ordem do simbólico, pelo contrário. A linguagem estabelece uma mediação que é constitutiva do sujeito no seu todo. Mas, enquanto mediação simbólica, a linguagem não é afeção. Há duas possibilidades para o sujeito: ou reelabora os processos afecionais através da linguagem que é mais do que um simples mediador, constitui um processo de subjetivação, ou, como acontece em certos processos poéticos, o afecional irrompe na ordem do simbólico, criando ruturas, agramaticalidades, ambivalências ou mesmo destruição do sentido, levando, como se diz, a linguagem aos seus limites, isto é, fazendo uma experiência-limite da linguagem e do ser sujeito na linguagem. É o que acontece na literatura a partir das vanguardas modernistas onde a linguagem se opacificou por via dessas irrupções, dessas amálgamas entre o afecional e o simbólico. Mas, voltando ao sujeito, daí que a conceção de sujeito se tenha complexificado e opacificado, em certa medida, pois ela tem de entrar em linha de conta com uma multiplicidade de varáveis, conscientes ou não conscientes, da ordem da linguagem ou de natureza não-verbal. Elas interpenetram-se e são interdependentes também, em todo o caso, sempre, dinâmicas. No entanto, há que realçar o facto de a linguagem, sendo a condição do sujeito, não poder ser entendida

como a sua exclusiva configuração. A perspectiva que aqui se desenvolve tenta justamente compreender como o sujeito, constituído na linguagem, se elabora na sua corporeidade; e como esta é o grande mediador do mundo, não à margem da linguagem, mas no seu entrelaçamento.

Assim, vejamos um exemplo bastante pregnante dessa fusão entre o corpo e a mente como entidade transversal. É Heidegger^[1] quem, desmontando a dualidade corpo/alma, nos fala de um fenómeno transversal: o corporar – *Leiben*. Este conceito designa a relação direta do vivo com o mundo. O exemplo que lhe surge, ao qual podemos acrescentar tantos outros da mesma natureza, é o ruborescer. O rubor, segundo o filósofo, não é, nem unicamente físico, nem unicamente psíquico; emerge na relação do vivo com o mundo, na relação ao outro, e raramente na solidão do indivíduo. Ele marca a afeção do sujeito numa relação transubjetiva, tal como na fotografia analógica a superfície de impressão se deixa impregnar pela luz que a afeta. E há quem vá mais longe, admitindo que o interlocutor de um sujeito que cora pode corar também, por contágio. Sendo visivelmente um fenómeno físico, ele é, de pleno direito também, um fenómeno psíquico não sendo possível separar uma dimensão da outra. Pensemos ainda em tantos outros fenómenos espontâneos que emergem na experiência quotidiana de vida tais como: o transpirar, o chorar, o tremer, etc. Em todas estas manifestações o sujeito não se encontra isolado mas em plena vivência transubjetiva, e é nessa condição indecível que ele devém um ser no mundo, de corpo e alma. Não é possível desencarnar o espírito ou desmaterializar a carne, pois o vivo constitui-se como um todo. A psique só existe encarnada. A própria expressão que usamos para designar o sofrimento – *em carne viva* – mostra-nos que as dimensões emocional e afecional se marcam na carne; são, a um tempo, corpo e espírito, espírito encarnado, para além de serem marcas de todo o ser vivo, hoje entendido como ser capaz de sensibilidade, ser sentinte. Não há sujeito incorporeal. É o corpo que ancora o indivíduo à sua condição de sujeito. Pensar o humano é, pois, integrá-lo na sua corporeidade inerente.

O vivo abarca uma animalidade vasta e diversificada, possuidora da capacidade de sofrimento, capacidade essa que atribuíamos exclusivamente ao humano. É essa sensibilidade que define o vivo e o coloca face ao que o rodeia. Este corpo vivo deve ser entendido também por contraposição ao corpo morto de que a medicina começou por se ocupar, na disseca-

ção de cadáver, e que tem em conta o orgânico, mas não o sujeito que o habita. Neste caso, a medicina só na modernidade vem tomando consciência dessa totalidade que é o humano e de que um corpo doente engloba um sujeito que sofre.

A pele como interface do sujeito com o mundo

Mas, indo mais longe na análise da relação do sujeito ao mundo, há que admitir zonas-limite do seu corpo que estão na base dessa assunção. Entendida comumente como película, limiar, fronteira e contorno da carne, a pele ganha então uma importância determinante nesta perspectiva em que o corpo está desperto e é abertura sensível. O corpo-enquanto-pele, expressão que convoca a de Anzieu,^[2] *eu-pele*, sendo essa zona limítrofe que impõe contornos à corporeidade subjetiva, é também, por excelência, superfície de contacto, abertura ao mundo e ao(s) outro(s), lugar de comunicação e partilha. Sendo uma película, a pele permite olhar o corpo como um todo, como uma forma material que possui, como todas as formas, o seu verso e reverso. Não se afirma aqui qualquer pensamento da aparência, a pele não é puro invólucro de uma qualquer essência velada, a pele é, por excelência, a zona de interface do corpo. Nessa medida, ela participa de um estatuto de reversibilidade: o fora não é um simples envelope, uma fronteira, mas o próprio lugar da sensação. Nesta deslocação que se vai operando no entendimento do corpo e do sujeito, notámos um movimento de fusão entre o corpo e o espírito, por um lado, e um movimento de sobreimpressão da pele, não como carapaça ou defesa, mas como o interface do humano, a abertura ao mundo e ao Outro. Nessa medida, o contacto é relevante para o entendimento da experiência subjetiva do indivíduo. Habitados que estamos a considerar a visão e a audição como regimes superiores de apreensão e conhecimento, esquecemos, por vezes, que o tato é justamente o regime sensorial que coloca o sujeito no mundo, que o liga ao Outro. E a pele é essa superfície tátil e de contacto, porosa, através da qual se experiencia o fora. Houve tempos em que o sujeito estava voltado para dentro, para uma interioridade constitutiva e fundadora; uma interioridade imaginária, dado que o interior era sopro, alma, psique e não

Psicologia & Psicoterapia

EDITORES



Constança Biscaia

Psicóloga clínica
e psicoterapeuta.
Professora associada da
Universidade de Évora.



David Dias Neto

ISPA – Instituto Universitário.
Associação Portuguesa de
Terapias Comportamental,
Cognitiva e Integrativa.

AUTORES

António Gonzalez
Constança Biscaia
Cristina Nave
David Dias Neto
Fernanda Henriques
Fernando Sampaio

Gabriela Moita
Irene Borges-Duarte
Luís Bento
Maria Augusta Babo
Mésicles Helin
Nuno Domingues

Rui F. Oliveira
Sílvia Ouakinin
Teresa Sá
Tiago Pereira

Psicoterapia na Torre de Babel é um livro de encontros. Nele estão vertidos diálogos entre a psicoterapia e outros domínios do conhecimento ou formas de expressão humana – cultura, corpo, poder, arte ou espiritualidade. Nestes textos, os autores aprofundam a compreensão destes domínios do pensamento e vivência humanos e da própria psicoterapia, para que, ao contrário da Torre de Babel, desta pluralidade de idiomas nasçam novos entendimentos.



Este livro faz parte de um projeto dual, expandindo e aprofundando um conjunto de conversas gravadas para um *podcast* com o mesmo nome.

<https://www.cognitivas.org/podcast/>

ISBN 978-989-561-332-8



9 789895 613328

759