Dada la tendencia hoy día de buscar nuevos caminos en la “interdisciplinareidad” de las ciencias y creencias, no resulta absurdo abrir espacios y campos para integrar la dimensión espiritual y/o religiosa, en la clínica y específicamente en la psiquiatría.

La espiritualidad constituye un ente óntico (propio del ser) que entonces abarca valores, actitudes, y también creencias, que no actúan accidentalmente, sino que están presentes en el ser de la persona.

La dimensión espiritual favorece el desarrollo de valores éticos comunes que contribuyen a restablecer la salud mental.

¿Porqué recurrir a un apoyo espiritual?

“Espíritu”, significa “aliento de vida”, por lo tanto lo trascendente influye en las experiencias y circunstancias de la misma vida.

Pudiéramos decir entonces que el espíritu influye en el actuar social y se identifica con el comportamiento humano.

El espíritu envuelve a la persona y aunque pertenece a una dimensión más amplia, compleja y no accesible fácilmente, acceder a El es todo un reto para la psiquiatría.

La dimensión espiritual le da al ser humano un destino y una motivación de vida, por lo tanto, esta dimensión, entre muchas otras, influye en la felicidad del ser humano, pero también, tengo que decirlo, que una culpa mal tratada y no iluminada por una buena espiritualidad podría llevar al paciente a un desequilibrio muy difícil de tratar.

Abrirnos al apoyo de la espiritualidad en la práctica clínica, habría que hacerlo en la tolerancia y en la diversidad de los tratamientos; para abrirnos a su vez, a caminos nuevos, en la defensa de la dignidad y del bien del paciente psiquiátrico.

Se requiere de una mirada amplia, el terapeuta aprovechará esta dimensión confrontándose muchas veces a sus propias creencias, con tal de acompañar al paciente y poder desarrollarle actitudes de alegría, paz, equilibrio y muchas otras y aprovechar esta dimensión para el desarrollo bio-psico-social pero también espiritual del paciente.

Citando a Harold Kushner, en “Dar sentido a la vida”, el autor refiere que cuando se desea la paz, significa más que la ausencia de luchas. Significa integridad, que nada está fuera de lugar, que nada falta y que nada está separado. Paz, también es comprendida como un estado interior, un estado de conciencia del ser que se siente bien consigo mismo.

En mi paso por el Hospital Psiquiátrico, atendiendo a pacientes, sobre todo en la confesión, me doy cuenta del gran deseo que tienen de que se les perdona la culpa que han tenido que arrastrar desde pequeños, o al menos, desde muchos años atrás.

Es muy importante que se le de este espacio a todas las unidades de atención psiquiátrica, no sólo como una atención extraordinaria al paciente, sino conscientes de la gran necesidad que hay de que el aspecto espiritual de la persona, también necesita ser aprovechado en la recuperación integral de los mismos.

En los últimos años se han multiplicado el número de investigaciones, que estudian aspectos que buscan las relaciones entre la salud psíquica y la religiosidad y la espiritualidad.

Por ejemplo nos encontramos con que dentro de la psicología se ha creado el área de la Psicología de la Religión, que ocupa una sección dentro de la Asociación Americana de Psicología; y dentro de la Psiquiatría, hay una sección , dentro de la Asociación Mundial de Psiquiatría, dedicada "Psiquiatría y Religión".

Otro dato es que en Estados Unidos, se incluyen en la formación de los residentes de psiquiatría, temas relacionados con factores religiosos y espirituales que influyen en el desarrollo psicológico, en parte, porque diversos trabajos de investigación, han mostrado en las últimas décadas que la influencia de las religiones no es necesariamente patogénica, sino que puede ser fuente de salud mental y de bienestar.