



Tear Online é licenciada sob uma Licença Creative Commons.

ESPIRITUALIDADE E NEUROCIÊNCIA: POSSIBILIDADES PRÁTICAS NOS DIAS DE HOJE

Spirituality and Neuroscience: practical possibilities today

Karl August Federico Michael Barría¹

Júlio César Adam²

Clairton Puntel³

Resumo:

A neurociência tem apresentado diversas descobertas sobre o funcionamento do cérebro humano e como este se comporta em situações catalogadas como espirituais. Nesse sentido, este artigo considera a relação existente entre a religião, espiritualidade e neurociência e pergunta como esta nova compreensão pode contribuir para as práticas de espiritualidade existentes e novas. Partimos da hipótese de que a prática da espiritualidade gera mudanças em partes do cérebro que estão ligadas com reações químicas e biológicas, que leva a mudanças comportamentais da pessoa e, por consequência, no seu entrono social. O amor é analisado como uma dessas mudanças comportamentais e espirituais. O artigo está organizado da seguinte forma: caracterizamos e descrevemos o conceito de espiritualidade e as experiências que a compreendem; apresentamos as compreensões que a neurociência tem construído a respeito da espiritualidade; e, na última parte, compartilhamos algumas reflexões sobre a prática da espiritualidade nos dias de hoje

Palavras-chave: Espiritualidade, Neurociências, Possibilidades práticas.

Abstract:

Neuroscience has presented several discoveries about the functioning of the human brain and how it behaves in situations cataloged as spiritual. In this sense, this article considers the existing relationship between religion, spirituality and neuroscience and asks how this new understanding can contribute to existing and new practices of spirituality. We start from the hypothesis that the practice of spirituality generates changes in parts of the brain that are linked with chemical and biological reactions, which leads to behavioral changes in the person and, consequently, in their social environment. Love is analyzed as one of these behavioral and spiritual changes. The article is organized as follows: we characterize and describe the concept of spirituality and the experiences that comprise it; we present the understandings that neuroscience has built about spirituality; and, in the last part, we share some reflections on the practice of spirituality today.

Keywords: Spirituality, Neurosciences, Practical possibilities.

¹ Karl August F. Michael Barría é bacharel em História pela Pontifícia Universidad Católica de Chile e bacharel em Teologia pela Faculdades EST. Atualmente realiza seu período prático na Igreja Luterana no Chile em Santiago. Email: karlmichaelb.92@gmail.com

² Júlio César Adam é Doutor em teologia pela Universidade de Hamburgo, Alemanha e professor adjunto de Teologia Prática na Faculdades EST (São Leopoldo/RS). Email: julio3@est.edu.br

³ Clairton Puntel é Mestre em Diversidade Cultural e Inclusão Social da Universidade FEEVALE e em Ciências Da Educação-Especialização em Educação e Desenvolvimentos Comunitário do Instituto Politécnico de Leiria (Portugal) e Professor na Faculdades EST (São Leopoldo, RS) Emil: clairtonpuntel@hotmail.com

Introdução

Hoje vivemos num mundo cada vez mais secularizado, no qual as pessoas buscam entender de forma mais científica os diversos fenômenos da vida, entre eles a espiritualidade. Há grupos de indivíduos inclusive dentro de comunidades de fé que buscam estruturas mais científicas para dar coerência a suas próprias crenças. Ao mesmo tempo, existem grupos de pessoas decepcionadas com a religião, principalmente com o cristianismo, por não acharem respostas a esse tipo de questionamentos, e que mesmo nesta situação buscam espaços de espiritualidade nas suas vidas.

Tendo em consideração esse contexto geral, pensamos que as pesquisas que a neurociência tem feito em relação à espiritualidade podem ser uma contribuição para esse grupo de pessoas em particular, e grupos religiosos/espirituais em geral. A neurociência permite trazer luzes a um mundo que até pouco tempo parecia misterioso. A neurociência no último tempo tem realizado diversas descobertas em torno do funcionamento do cérebro humano e como este se comporta em situações catalogadas de espirituais. Nesse sentido, este artigo considera a relação existente entre a religião, espiritualidade e neurociência e pergunta como esta nova compreensão a partir das neurociências pode contribuir para as práticas de espiritualidade existentes e novas.

Partimos da hipótese de que a prática da espiritualidade gera mudanças em partes do cérebro que estão ligadas com reações químicas e biológicas. Isto leva a mudanças comportamentais da pessoa, e, portanto, a ter uma perspectiva diferente do meio no qual está inserida. Nesse sentido, experiências espirituais possibilitam uma abertura para o mundo, fazendo distinguir melhor as situações presentes, tomando melhores decisões, sendo mais empático com as outras pessoas etc. Uma prática espiritual com determinada recorrência pode levar a mudanças cerebrais mais profundas. Portanto, práticas espirituais trariam mudanças positivas para a vida do indivíduo como para seu entorno social.

O artigo está organizado da seguinte forma: caracterizaremos e descreveremos o conceito de espiritualidade e as experiências que a compreendem; apresentaremos as compreensões que a neurociência tem sobre a espiritualidade; e, na última parte, compartilharemos algumas reflexões sobre a prática da espiritualidade hoje, dentro e fora das comunidades religiosas.

Espiritualidade: definições

A espiritualidade hoje tem tomado um papel central na sociedade e tem deixado a esfera clássica das igrejas, para adentrar-se em outros mundos mais seculares, como escolas ou hospitais. Portanto, muitas pessoas e instituições falam sobre espiritualidade, mas sabemos o que ela é?

Referimo-nos à espiritualidade e à religião, por vezes, como sinônimos. Segundo Hector Burgos, porém, esses dois conceitos apresentam linhas um tanto diferentes:

No geral, a espiritualidade marca um caminho para designar a busca de algo que considera sagrado, como um fim no interior da pessoa; de forma similar, a religiosidade está orientada a um “sistema de crenças e práticas observadas por uma comunidade, respaldado por rituais que reconhecem, adoram, se comunicam ou se aproximam ao Sagrado, o Divino, a Verdade Última, a Realidade ou o nirvana (tradução nossa).⁴

Ainda assim, Carlos Fayard baseando-se em Koenig, afirma que a espiritualidade e a religiosidade fazem referência a práticas e crenças com base numa dimensão transcendental da vida, ou seja, com aquilo que não tem necessariamente um sustento material.⁵ Porém, para o mesmo autor, religiosidade e espiritualidade também apresentam suas próprias particularidades. Nesse sentido, a religiosidade teria mais a ver com a aceitação de crenças, as quais se encontram relacionadas com o culto público de um ser divino. E a espiritualidade teria mais a ver com o mundo privado, com a intimidade entre o humano e o divino.⁶

Entendemos, que ainda que a espiritualidade e religiosidade tenham contextos de aplicação diferentes, ambas se referem a uma relação intrínseca com o divino e transcendente. Portanto, as duas têm implicações similares, só que a religiosidade pode correr o risco de achar-se limitada pelas tradições que a cercam.

Desde um olhar mais antropológico, os estudos mais diversos indicam que as pessoas têm algo de espiritual e que aparece no jeito como elas se comportam e se relacionam. Espiritualidade tem a ver com o todo da vida humana, como “uma parte complexa e multidimensional da experiência humana.”⁷ Tem a ver com a vida cotidiana, com o trabalho, com nossos costumes, com a maneira como nos vestimos, com aquilo que comemos, como tratamos o nosso corpo e nossa

⁴ BURGOS, Hector. Neurociencia, Espiritualidad y Religión. *Revista de Educación Religiosa*, V.2, N.1, 2020, p. 106.

⁵ KOENIG, 2011 *apud* FAYARD, Carlos. Cultura, neurociencia y espiritualidad: abordaje neuro-psico-espiritual em psicoterapia. *Revista Entorno*, El Salvador, n. 54, Diciembre 2013. ISSN 2218-3345, p. 21.

⁶ FAYARD, Carlos. Cultura, neurociencia y espiritualidad: abordaje neuro-psico-espiritual em psicoterapia. *Revista Entorno*, El Salvador, n. 54, p. 20-31, Diciembre 2013, p. 21.

⁷ KOENIG, Harold G. *Medicina, Religião e saúde: o encontro da ciência e da espiritualidade*. [S.l.]: L&PM, 2012, p. 13.

sexualidade, como nos relacionamos com as pessoas e com o ambiente onde estamos, e também, como nos relacionamos com o transcendente.

Segundo Fabiana Fondevila, “ser espiritual não é só rezar e meditar, mas também se envolver nos desafios do matrimônio, o trabalho, a criação, a responsabilidade social e no esforço por construir um mundo mais justo e pacífico” (tradução nossa).⁸ Para ela, precisamos tanto do caminho ascendente, aquele “que busca se aproximar da fonte através do desapego, a visão e sabedoria; e o descendente, que acha o divino aqui na Terra e se expressa no serviço, a generosidade e a compaixão” (tradução nossa)⁹. Numa linguagem teológica, poderíamos falar do transcendente e imanente.

Por outro lado, Koenig apresenta uma definição bastante ampla da espiritualidade, na qual ela tem a ver com a busca que cada pessoa faz sobre o significado e propósito da vida.¹⁰ Em outras palavras, como seres humanos somos “criaturas espirituais, porque somos impulsionados pela necessidade de fazer perguntas ‘fundamentais’. Por que nasci? Qual o significado da minha vida? Por que devo continuar a lutar quando estou cansado, deprimido ou me sentindo derrotado? O que torna a vida digna de ser vivida?”¹¹ Esse significado pode ser encontrado na religião, mas, muitas vezes, pode ser mais amplo do que isso, incluindo a relação com uma figura divina ou com a transcendência, relações com os outros, bem como a espiritualidade encontrada na natureza, na arte e no pensamento racional.¹²

Na mesma direção que aponta Koenig, a psiquiatra Ana Maria Rizzuto comenta a necessidade psíquica que temos das metanarrativas presentes na religião e nas práticas espirituais.¹³ Essas têm a capacidade de nos fazer sentir pertencentes a uma realidade que vai além de nós enquanto eu, e de identificar-nos com uma família, comunidade ou o universo. Rizzuto é enfática em dizer que todas as pessoas deveríamos achar formas de nos apropriar dessas narrativas, seja no âmbito religioso/espiritual do nosso contexto ou criando os nossos próprios relatos. A especialista vê isto como uma necessidade transversal a todo ser humano.

⁸ FONDEVILA, Fabiana. *Donde vive el asombro: Prácticas para cultivar lo sagrado en la vida cotidiana*. [S.l.]: Grijalbo, 2018, p. 151 (Kindle).

⁹ FONDEVILA, 2018, p. 151 (Kindle).

¹⁰ KOENIG, 2012.

¹¹ ZOHAR, D.; MARSHALL, I. *QS: inteligência espiritual*. Rio de Janeiro: Viva Livros, 2017, p. 122 (Kindle).

¹² KOENIG, 2012, p. 13.

¹³ RIZZUTO, 2005 *apud* FAYARD, 2013, p. 23.

A Experiência espiritual

Outro dos assuntos relevantes a serem entendidos é como essas experiências espirituais são vivenciadas pelos seres humanos. O que eles sentem? Como as interpretam?

Leonardo Boff parte de uma premissa muito interessante. Segundo ele, não é tão relevante discutir a ideia de Deus, mas sim compartilhar aquilo que está nas experiências das pessoas, daquelas que dizem acreditar em Deus. Boff pensa que as experiências com Deus inclusive são compartilhadas com aqueles que dizem não acreditar em Deus, mas que de alguma forma se apropriam dos valores presentes nessas experiências. Em outras palavras “Deus se faz anônimo, mas não ausente”, fazendo-se presente em ateus como crentes.¹⁴ Porém, devemos, segundo Boff, estar atentos e atentas aos sinais desse Deus anônimo.¹⁵

O monge David Steindl-Rast compartilha algumas experiências nesse mesmo sentido.¹⁶ Ele se volta para a origem da palavra espírito, a qual nas línguas hebraica, grega e latina têm a conotação de “sopro de vida”. Assim, para Steindl-Rast a espiritualidade se resume na vitalidade ou no estar vivos e vivas. Ele mesmo se pergunta: “Não temos percebido que há pessoas que parecem estar mais vivas que outras?”¹⁷ E sim, há pessoas que contagiam essa energia de estar vivas. A resposta do monge para a sua pergunta parece simples, mas complexa ao mesmo tempo: quem se encontra mais plenamente vivo é porque tem conseguido suportar mais realidade que outras pessoas. Nesse sentido, estar em contato com a realidade torna-se primordial.

Neurociência, espiritualidade e religião

Primeiramente devemos ter em consideração que o campo da neurociência é muito novo como também se relaciona com diferentes áreas de estudo, entre elas a educação, o mundo empresarial e a espiritualidade e religião. A neurociência começou a se desenvolver a partir da década de 1960 com a avanço das tecnologias, principalmente scanners e encefalogramas, os quais permitiram olhar para dentro do cérebro vivo e ver como este respondia a diferentes estímulos.

¹⁴ BOFF, Leonardo; GRÜN, Anselm. *O divino em nós*. [S.l.]: Vozes Nobilis, 2017, p. 147.

¹⁵ BOFF; GRÜN, 2017, p. 147.

¹⁶ STEINDL-RAST, David. Espiritualidad: pertenencia común. In: *Viviragradecidos.org*. 10 out. 2019. Disponível em: viviragradecidos.org/espiritualidad-pertenencia-comun. Acesso em: 05 junho 2021.

¹⁷ STEINDL-RAST, 2019.

Esses avanços tecnológicos no mundo das ciências têm significado uma mudança radical no nosso entendimento do comportamento humano. Agora é possível compreender muitas questões que se pensavam alheias à biologia humana. Uma delas, a espiritualidade.

Nesse sentido, devemos entender que a neurociência, por se tratar de um campo de estudo recente e em desenvolvimento, tem ainda muitas questões em aberto que não são possíveis de responder. Constantemente estão se fazendo experimentos e novas pesquisas, as quais vão desmascarando as interrogantes.

Assim, de forma geral, podemos entender a neurociência como a ciência que “estuda o sistema nervoso, ultimamente centrada nas mudanças das estruturas celulares e moleculares que permitem interconexões dinâmicas geradoras de complexas redes que influenciam nos processos cognitivos e afetivo” (tradução nossa).¹⁸

Espiritualidade e níveis da consciência

Para entender a espiritualidade no âmbito da neurociência (nível biológico e químico) é preciso se aproximar ao funcionamento da nossa consciência. Ela tem a ver com o modo em que percebemos a realidade, poderíamos dizer que é a lente que temos para ler o mundo. Mas, essa consciência pode sofrer alterações pelo estado em que a nossa mente se encontra, e um desses estados pode estar dado pela atividade espiritual.

Segundo Mariano Sigman, neurocientista argentino, o assunto da consciência é complexo de abordar. Ele aponta: “é um assunto que todos conhecemos, mas que apenas podemos definir”.¹⁹ É algo que percebemos em primeira pessoa, mas temos dificuldade para dizer como ela está constituída. Sigman diz que nós hoje estaríamos no mesmo lugar no qual estava a física durante o tempo da revolução industrial. Em outras palavras, encontramos-nos num campo incipiente, onde podemos supor e até manipular as “pegadas” deixadas pela consciência²⁰. Porém, ainda não contamos com todas as ferramentas para saber seu funcionamento.

Ainda que não possamos estabelecer ao certo o que é e como funciona a consciência, podemos dizer, segundo o mesmo Sigman, que existem diferentes graus da consciência ou maneiras de perceber a realidade. Um exemplo dessa percepção tem a ver com o mundo onírico, ou seja, os sonhos. Sigman analisa diferentes tipos de sonhos e como eles falam dos diversos níveis da

¹⁸ DEGER et al., 2018; TAKEUCHI et al., 2013; TAZERART et al., 2020 *apud* BURGOS, 2020, p. 107.

¹⁹ SIGMAN, Mariano. *La Vida Secreta de la Mente: Nuestro cerebro cuando decidimos, sentimos y pensamos*. Buenos Aires: Debate, 2020, p. 123.

²⁰ SIGMAN, 2020, p. 123.

consciência e o controle que a pessoa tem do mundo que está vivenciando. Assim, temos os sonhos que se produzem na etapa do sono REM²¹ (*Rapid Eye Movement* ou “Movimento Rápido dos Olhos” traduzido desde o inglês). Nessa etapa do sono, a atividade cerebral é muito complexa e parecida com quando estamos num estado de vigília. A atividade da pessoa nesse momento vira consciente, mas na forma de sonho. Geralmente os sonhos que lembramos correspondem a quando acordamos durante a etapa REM, e os lembramos por causa dessa verissimilitude. Porém, a grande diferença entre o estado de vigília e o sono REM é o controle. Assim, durante o sono REM não percebemos que nós somos os autores do sonho, similar como acontece com a esquizofrenia.²²

Outro estado onírico é o que Sigman chama de “rede default”, ou seja, um estado cerebral onde o córtex frontal - a nossa torre de controle - se encontra desligada.²³ Talvez muitos de nós tenhamos passado pela experiência de estar lendo algum texto, e já avançadas algumas páginas percebemos que não lembramos nada do lido anteriormente. Segundo Sigman, nessas situações é onde o nosso sistema default se ativa.²⁴ Mas, apesar de parecer que os conteúdos lidos não permearam a nossa consciência, eles o fizeram sim, só que em um olhar mais amplo e não detalhado. Quando voltamos a ler essas linhas supostamente esquecidas, perceberemos que a apropriação dos conteúdos que aí se encontram será inclusive mais aprofundada.²⁵

Colocamos essas situações dos sonhos para que possamos perceber o como a nossa percepção e consciência das coisas pode mudar. São experiências triviais, e pelas quais todos nós temos passado alguma vez. Nesse mesmo sentido, e como veremos no decorrer dessa pesquisa, as atividades espirituais também têm o potencial de mudar a nossa percepção da realidade.

Biologia da espiritualidade

Aqui gostaríamos de apresentar o que acontece no cérebro quando alguém passa por uma experiência catalogada como espiritual. Podemos pesquisar uma origem para a espiritualidade? O que permite que essas experiências aconteçam? Trata-se de algo genético, ambiental ou é mais complexo que isso? O que a neurociência pode nos dizer sobre isto?

A origem da espiritualidade estaria no consumo de um cogumelo alucinógeno, assim Carlos Valiente-Barroso, cientista espanhol, nos explica o desenvolvimento espiritual dos nossos

²¹ SIGMAN, 2020, p.164.

²² SIGMAN, 2020, p. 164 -165.

²³ SIGMAN, 2020, p. 169 -170.

²⁴ SIGMAN, 2020, p. 170 -171.

²⁵ SIGMAN, 2020, p. 171.

ancestrais. Segundo ele, poderíamos datar o encontro entre os alucinógenos e os proto-humanos há um milhão de anos.²⁶ A incorporação desses alimentos à dieta dos antepassados humanos seria aparentemente tão importante que estaria ligada ao surgimento da autoconsciência e inclusive da espiritualidade.²⁷ Por essa razão, não deveríamos nos chamar tanto a atenção que em diversos rituais religiosos o uso de substâncias estimulantes seja tão comum.

Nesse caminho de tentar entender a espiritualidade em termos neurocientíficos, o pesquisador chileno, Hector Burgos, investiga a ativação de estruturas neurobiológicas nas experiências espirituais. Através da sua pesquisa ele evidencia que nas pessoas que têm experiências ligadas à espiritualidade e religião há mudanças na atividade cerebral, principalmente no sistema executivo (aquela parte do nosso cérebro que tem a ver com o controle), levando isto a percepções de “unicidade, concepção de um Ser Superior, mecanismos de controle, abstração (...)”²⁸

No desenvolver da sua pesquisa, Burgos se pergunta sobre um ato religioso muito simples, o qual no contexto cristão muitas vezes é realizado de maneira quase automática: “Por que as pessoas fecham os olhos no momento de orar ou de invocar ao Ser Superior?”²⁹ O pesquisador não olha para esse ato como algo supérfluo. Inclusive ele vai além e classifica em três os aspectos neuropsíquicos que são desencadeados:

- 1) Perder a consciência do estado físico próprio e transcender o espaço/tempo, sentindo-se unificado. 2) Projetar-se além do consciente, a uma identificação transpessoal e projetada a outros, e 3) Submerge-se no misticismo, isto é, como uma imersão num oceano sagrado com captação de realidades inefáveis que estabelecem um ânimo positivo (tradução nossa).³⁰

Assim, o chileno se pergunta de onde esses estados nascem. Burgos explica que esses estados de união e de sentir-se conectados com a humanidade/universo são normalmente categorizados como “estados místicos”³¹, e segundo ele, existe “algo”, além da criação e contexto religioso da pessoa, que faz com que essas experiências sejam possíveis.³²

²⁶ VALIENTE-BARROSO, Carlos. Intersecciones entre espiritualidad/religiosidad y psicología: desde la filosofía hasta la neurociencia. *Revista de historia de la psicología*, Valencia, v. 34, n. 4, dezembro 2013. ISSN 0211-0040, p. 74.

²⁷ VALIENTE-BARROSO, 2013, p.74.

²⁸ BURGOS, 2020, p. 104.

²⁹ BURGOS, 2020, p. 108.

³⁰ BURGOS, 2020, p. 108.

³¹ BARRETT & GRIFFITHS, 2018; VAN ELK & SNOEK, 2020, *apud* BURGOS, 2020, p. 108.

³² BURGOS, 2020, p. 108.

Nesse sentido, no momento da sinapse, no cérebro algumas substâncias químicas são liberadas, juntando-se elas a um receptor. Isto, em palavras de Burgos, leva a um “impacto neuronal até mudar funções cognitivas, afetivas ou condutais em uma pessoa”³³. Alguns dos receptores desses neuroquímicos estão relacionados à dopamina, serotonina e ocitocina, conhecidos estes popularmente como químicos da felicidade.

Dessa forma, a ativação dos receptores desses neuroquímicos apresenta uma correlação com estados espirituais. Assim, mecanismos de recompensa, motivação e satisfação se relacionam com a dopamina; a serotonina leva a estabilização do ânimo e estados afetivos mais plenos; e a ocitocina a relações positivas com as outras pessoas³⁴.

Assim, o neurocientista Andrew Newberg, identifica a importância que tem a dopamina para a vida espiritual:

Efetivamente, a capacidade de crer no espiritual pode depender da quantidade de dopamina que é depositada nos lóbulos frontais; e níveis baixos de dopamina pode criar um sesgo ao ceticismo e a falta de fé. Por outro lado, níveis muito altos de dopamina podem criar um sesgo a ter crenças no paranormal.³⁵

Inclusive existem experimentos em pessoas cristãs, onde o sistema de dopamina foi ativado quando elas rezavam o Pai Nosso. Alguns pesquisadores explicam isto a partir da expectativa de reciprocidade, ou seja, “como uma recompensa à fidelidade ou como numa expressão de gozo na relação com Deus”.³⁶

Porém, e apesar de nós, enquanto seres humanos, termos um sistema genético relacionado com esses neurotransmissores que possibilita sermos uma “pessoa espiritual ou religiosa, se requer da estimulação ambiental para que essa condição potencial seja ativada e desenvolvida”³⁷. Essas estimulações podem ser dadas, por exemplo, por práticas como a meditação ou o *mindfulness*, podendo ajudar a melhorar “a capacidade de regular as emoções, além de dirigir o ato cognitivo a metas transcendentais”³⁸.

Nesse sentido, e indo ao encontro da pesquisa de Burgos e Fayard, Diego Golombek, neurocientista argentino e autor do livro “*Las neuronas de Dios*”, nos fala de investigações que tentam explicar o que está por trás das experiências religiosas e espirituais. Um dos trabalhos que

³³ BURGOS, 2020, p.109.

³⁴ BURGOS, 2020, p.109.

³⁵ NEWBERG & WALDMAN, 2009, *apud* FAYARD, 2013, p. 22.

³⁶ BLUM, CHEN et al., 2009, *apud* FAYARD, 2013, p. 22.

³⁷ BURGOS, 2020, p. 109.

³⁸ TAREN et al., 2017, *apud* BURGOS, 2020, p. 115.

ele menciona e que merecem relevância é o do cientista do Instituto do Câncer dos Estados Unidos, Dean Hamer. A diferença de Burgos, Hamer acha que a origem da religiosidade/espiritualidade está fortemente condicionada pela biologia, e mais particularmente, pelo nosso DNA. Segundo ele, haveria um gene que levaria a determinadas pessoas a estarem mais ou menos propensas a experiências espirituais. Esse gene teria o nome científico de VMAT2³⁹ (*vesicular monoamine transporter 2*), ou em língua vernácula “o gene de Deus”, e estaria relacionado com a atividade dos neurotransmissores. Em outras palavras, com a transmissão de sinais entre um neurônio e outro.⁴⁰

Na sua pesquisa, Hamer parte da base de que o “transcendental do ser”⁴¹ é possível herdar-se geneticamente. Com base nesta hipótese, realizou um experimento entre gêmeos monozigóticos da Austrália, os quais tinham crescido em ambientes diferentes, e que demonstraram coincidências na medição de transcendentalidade e um grau importante de hereditariedade desse elemento⁴².

Golombek diz que o efeito da VMAT2 poderia estar relacionado com outras questões, como a nossa capacidade de abstração ou de colocar atenção de maneira profunda em algo. Pode ser que esses diferentes níveis de concentração sejam os que permitem uma determinada capacidade de imaginar o transcendente, segundo Golombek⁴³.

Ainda assim, Golombek também tem bastante cuidado com a teoria de Hamer, advertindo que nunca um único gene gera “algo”, seja isto uma doença ou comportamento. Segundo ele, geralmente é a combinação deles o que leva a determinadas atitudes. Nessa mesma linha, ele diz que é muito estranho que um gene “cause” algo. Quando temos a presença de um gene como esse, existem propensões, mas não no nível de condicionar comportamentos por si só. E, por último, Golombek é muito enfático em assinalar que estamos influenciados tanto pela nossa genética como pelo ambiente. Ou seja, não só basta termos o gene “A” ou o gene “B”, também é importante o que fazemos com eles.⁴⁴

Andrew Newberg e Eugene D’Aquili, da área da neuroteologia, pesquisam na neuropsicologia as bases da experiência religiosa.⁴⁵ Segundo Newberg, a religião possui duas

³⁹ GOLOMBEK, Diego. *Las neuronas de Dios: Una neurociencia de la religión, la espiritualidad y la luz al final del túnel*. Buenos Aires: Siglo Veintiuno Editores, 2014, p. 2387 – 2404 (Kindle).

⁴⁰ GOLOMBEK, 2014, p. 2387-2396 (Kindle).

⁴¹ Segundo Golombek existe uma escala que mede a capacidade de se concentrar nos fenômenos “transcendentes”, ou seja de se conectar com o universo ou de acreditar no sobrenatural. GOLOMBEK, 2014, p. 2409 (Kindle).

⁴² GOLOMBEK, 2014, p. 2412 (Kindle).

⁴³ GOLOMBEK, 2014, p. 2422 (Kindle).

⁴⁴ GOLOMBEK, 2014, p. 2453-2461 (Kindle).

⁴⁵ MÚNERA, Juan Carlos. Neuroteología y la naturaleza de la experiencia religiosa. *Theologica Xaveriana*, Bogotá, n.187, 2019, p. 4.

funções importantes: “a própria preservação e a elaboração de um sistema de autotranscendência”. Nessa linha, para os dois pesquisadores há então dois mecanismos neuropsicológicos que explicariam a origem da experiência religiosa: “o operador causal e o operador holístico”.⁴⁶ O primeiro dá conta da causalidade e o segundo da “totalidade no médio da diversidade”.⁴⁷ Para que entendamos melhor, o operador causal é aquele que se relaciona “com a forma subjetiva de perceber as causas das coisas na realidade e afirmam [os pesquisadores] que, para o ser humano, deve existir um termo inicial ou uma primeira causa para qualquer faixa da realidade”.⁴⁸

Assim, os humanos só conseguem criar mitos para explicar o funcionamento do mundo e a natureza. Dessa forma é que se configura uma relação com as forças que teriam esse controle (do mundo e a natureza) em modo de sacrifícios e sempre esperando algo em troca, seja um favor ou milagre. Porém, hoje a ciência tem tomado cada vez mais o lugar que ocupava a religião e seus mitos para explicar o mundo.⁴⁹ Principalmente no mundo ocidental tem perdido espaço a ideia de que um deus ou força em particular tenha o controle das águas, dos cultivos ou do fogo. Por outro lado, também é importante considerar que muitas pessoas participam da experiência religiosa por motivos de saúde, econômicos, sentimental, laboral etc., e que, portanto, poderiam entrar nessa lógica da troca.⁵⁰

O segundo mecanismo, o operador holístico, segundo D’Aquili e Newberg é considerado acima das tradições religiosas. Esse é “o misticismo ou estados de consciência alterada, experiência que implica a relação ou interação com outro mundo percebido como misterioso”.⁵¹

Esses estados, segundo os dois pesquisadores, possibilitariam o que eles chamam de “ser unitário absoluto”, isto é, “a sensação ou estado de perder todo o sentido do tempo, do espaço, do ser, sem que haja diferença entre o eu e o outro”.⁵²

Essa é a experiência de tornar-se um com o universo. Em tais estados, as pessoas não percebem limites nem fronteiras entre o que são elas mesmas, o mundo e os demais. Esse estado as vezes é descrito como a união com Deus, em uma relação pessoal, embora no budismo e na tradição filosófica é tratado como uma experiência impessoal (tradução nossa).⁵³

⁴⁶ MÚNERA, 2019, p. 5.

⁴⁷ MÚNERA, 2019, p. 5.

⁴⁸ MÚNERA, 2019, p. 5.

⁴⁹ MÚNERA, 2019, p. 5 - 6.

⁵⁰ Nas práticas religiosas também achamos pessoas que baseiam sua religiosidade num compromisso ético e de transformação do mundo. MÚNERA, 2019, p. 6.

⁵¹ MÚNERA, 2019, p. 6.

⁵² MÚNERA, 2019, p. 6 - 7.

⁵³ MÚNERA, 2019, p. 7.

Apesar do interessante e revelador das propostas sobre os operadores causal e holístico, essa teoria está em avaliação por parte do mundo científico. E por outro lado, essa pesquisa faz surgir vários outros questionamentos, como porque há pessoas, que sem ter uma prática constante no mundo religioso, de modo imprevisto têm experiências místicas?⁵⁴

Condutas neuro-espirituais

Sabemos até aqui que a origem de uma pessoa espiritual ou religiosa não dependem exclusivamente da sua genética e que o ambiente também joga um papel importante nessa estimulação espiritual. Ainda assim, e como temos visto, acontecem mudanças a nível cerebral e corporal quando uma pessoa está imersa nesses estados mentais espirituais, independentemente de como esses estados se originam. Com o intuito de continuarmos nesse aprofundamento, cabe perguntarmos: o que acontece no interior das pessoas ao vivenciarem experiências espirituais? Acaso mudam suas percepções, de ela mesma e do que está em volta dela?

Barbara Fredrickson no seu livro “Amor 2.0” aprofunda os estudos sobre a biologia do amor, mostrando o que acontece dentro dos nossos cérebros quando passamos por estado amorosos. Ela define o amor como uma emoção positiva, que nos faz sentir extraordinariamente bem. O amor amplia a nossa percepção de nós mesmos, debilitando os limites entre o “eu” e o que está além desse “eu”. Esse amor gera a sensação de união, conexão e transcendência, fazendo-nos sentir parte de algo maior a nós.⁵⁵

Nesse sentido, e entendendo a profundidade dos vínculos que é capaz de gerar o amor, especialmente o que diz relação com a conexão do transcendente, é que podemos considerá-lo como um elemento importante da vivência espiritual.

Já desde um ponto de vista biológico, Fredrickson afirma que há três áreas ou componentes do corpo que nos permitem entender o amor (ou ressonância de positividade como ela o descreve): o cérebro, a oxitocina -um hormônio- e o nervo vago -nervo que vai desde o talho encefálico até outras áreas do corpo como o coração e pulmão.⁵⁶ Analisaremos cada um desses três pontos com mais detalhe.

Para Fredrickson nos momentos de amor, a nível cerebral, acontece o que ela denomina de acoplamento neural entre uma pessoa e outra. Ela o descreve da seguinte forma:

⁵⁴ MÚNERA, 2019, p.7.

⁵⁵ FREDRICKSON, Barbara. L. *Amor 2.0 Una nueva mirada a la emoción que determina lo que sentimos, pensamos, hacemos y somos*. [S.l.]: Oceano, 2015, p. 21-22.

⁵⁶ FREDRICKSON, 2015, p. 50.

Cuando te sientes verdaderamente unido a otra persona, el amor reverbera entre ustedes. En el momento mismo en que experimentas resonancia de positividad, tu cerebro se sincroniza con el del otro. En cada momento de amor, él y tú están en la misma longitud de onda. Mientras sus respectivas ondas cerebrales se reflejan una a otra, cada uno de ustedes - momentos a momento - cambia la mente del otro⁵⁷.

Assim, a raiz desse acoplamento neural é que somos capazes de sentir o que outra pessoa faz. Segundo ela, a ideia de acoplamento vai além da teoria dos neurônios espelhos: “Lejos de reducirse a una o dos áreas cerebrales, realmente ‘hacer clic’ con otro parece ser toda una danza cerebral en un cuarto lleno de espejos. Así, los reflejos entre tú y el otro son vastos y penetrantes.”⁵⁸ Um acoplamento neural seria, portanto, uma expressão biológica de unidade. Segundo Fredrickson, estudos feitos em laboratório têm demonstrado que quando somos enchidos de emoções positivas, as nossas consciências passam de um estado centrado no “eu” a um foco de atenção colocado no “nós”⁵⁹.

Por outro lado, a oxitocina é um elemento fundamental na relação entre as pessoas. Ela tem sido caracterizada como uma substância relevante nos mamíferos, relacionada com estados de serenidade e a criação de vínculos, contrário à reação de brigar ou fugir⁶⁰. A oxitocina, nesse sentido, promove a confiança e a cooperação⁶¹. Ela ajuda a perder o medo diante de outra pessoa, e a captar quando alguém está agindo de boa vontade, respondendo da mesma maneira para o outro indivíduo. Inclusive esse hormônio tem sido chamado “o grande facilitador da vida”, já que nos ajuda a criar e manter as nossas relações sociais, algo essencial para a reprodução e sobrevivência humana.⁶²

A pesquisa de Fredrickson torna-se sumamente interessante, ao corroborar num experimento com ratos, como a estimulação ambiental cobra importância. A pesquisadora norte-americana constatou como mães ratos no momento de lamber e limpar aos seus filhos (que para a pesquisadora são atos amorosos) faziam com que aumentasse a recepção de oxitocina neles. Inclusive em filhos ratos adotados por outros ratos se visualizou um padrão similar. Para Fredrickson pode se ter a certeza de que “os perfis cerebrais e comportamentais da nova geração (isto é, seus receptores de oxitocina e atividades serenas) são essas experiências de contato amoroso”.⁶³

⁵⁷ FREDRICKSON, 2015, p. 52.

⁵⁸ FREDRICKSON, 2015, p. 55.

⁵⁹ FREDRICKSON, 2015, p. 57 - 58.

⁶⁰ FREDRICKSON, 2015, p. 63.

⁶¹ FREDRICKSON, 2015, p. 61.

⁶² FREDRICKSON, 2015, p. 64.

⁶³ FREDRICKSON, 2015, p. 66.

No chamado nervo vago do sistema nervoso se torna muito relevante, principalmente pela sua particularidade de conectar o cérebro e o coração. Por exemplo, quando nos sentimos ameaçados o nosso ritmo cardíaco se acelera, e tendemos a ter reações como as de brigar ou fugir. Porém, é o nervo vago quem faz com que o nosso ritmo cardíaco se acalme. Ele, junto a oxitocina, permite-nos voltar a estados mais calmos na nossa conduta.⁶⁴

Segundo Fredrickson, as pessoas com um tom vagal mais alto (em simples palavras, grau do ritmo cardíaco determinado pelo ritmo respiratório⁶⁵), se mostram mais flexíveis, física, mental e socialmente. Essas pessoas, segundo a pesquisa de Fredrickson, experimentam com maior regularidade micro-momentos de amor, ou seja, são capazes de passar por mais estágios de ressonância positiva.⁶⁶

Na relação entre amor, espiritualidade e neurociência a pesquisa de Carlos Fayard torna-se chave. Fayard nos apresenta o chamado “Sistema de Apego” (*Attachment System*). Para Fayard é evidente que uma relação com Deus, no contexto cristão, é eminentemente afetiva. Segundo ele, essa relação com o divino ativa diversas condutas de apego nas pessoas:

1) a manutenção da proximidade com Deus, já que os cristãos acreditam que Ele é onipresente e acessível em todo momento através da oração; 2) Deus se constitui num refúgio seguro onde os crentes podem voltar em momentos de angústia, e 3) a forma de uma base segura onde os crentes acham a Deus como um Deus “amante”, “reconfortante” e “protetor”, o qual lhe permite ao crente afrontar a incerteza de uma doença terminal ou perdas irreparáveis, e, porém, pode ainda confiar em que é protegido e amparado por Deus (tradução nossa).⁶⁷

Essa visão de Deus como alguém próximo fica em evidência através de alguns experimentos. Por exemplo, através do uso de imagens funcionais do cérebro, onde se comparou a pessoas cristãs e não cristãs recitando o Salmo 23:1, achou-se atividade cerebral na área pré-frontal e frontal média (áreas ligadas às interações sociais) nas pessoas crentes e não nas pessoas não-crentes.⁶⁸ Algo similar aconteceu com um grupo de monjas carmelitas quando lembravam de experiências místicas com Deus. Em conclusão, parece que quando as pessoas cristãs se relacionam com Deus o fazem como se fosse uma conversa com alguém conhecido ou amigo.⁶⁹

Até esse ponto, podemos dizer que as experiências espirituais e religiosas estão marcadas pelo elemento relacional e amoroso. Segundo as pesquisas que temos analisado, parece ser

⁶⁴ FREDRICKSON, 2015, p. 67.

⁶⁵ FREDRICKSON, 2015, p. 67.

⁶⁶ FREDRICKSON, 2015, p. 69.

⁶⁷ FAYARD, 2013, p. 24.

⁶⁸ FAYARD, 2013, p. 25.

⁶⁹ FAYARD, 2013, p. 25.

evidente que a criação de vínculos (com um alguém ou algo) e a espiritualidade caminham juntas, onde a nossa consciência se expande para além de nós mesmos. Nas experiências espirituais, por mais que essas possam ser atividades individuais, implicam, pelo visto, sempre um desdobramento de si mesmo.

A relação entre neurociência e religião

O neurocientífico argentino Diego Golombek com o seu livro *“Las neuronas de Dios: Una neurociencia de la religión, la espiritualidad y la luz al final del túnel”* traz muitas luzes sobre o desenvolvimento da relação entre a neurociência e a religião/espiritualidade. Golombek, num olhar mais analítico, percebe as dificuldades com que a ciência e a religião têm se deparado nos últimos tempos. Existe uma tensão, segundo seu olhar, que não tem muito fundamento e que só serve para dar mais força ao orgulho de cada segmento⁷⁰.

Assim mesmo, temos posturas muito críticas em relação ao mundo religioso, as quais negam a importância dela e a veem mais como uma inimiga da ciência. Exemplo disso é o autor Sam Harris, quem em seu livro *“Despertar – um guia para a espiritualidade sem religião”* – faz uma forte crítica ao papel histórico que as instituições religiosas têm desenvolvido, principalmente as cristãs.

Porém, a proposta de Golombek é estabelecer uma ponte entre a ciência e a religião, sob o conceito neurociência da religião. A hipótese dele é a de que *“Deus tem muito a ver com o funcionamento do nosso cérebro”*.⁷¹ E daí vem a pergunta: por que os nossos cérebros não podem libertar-se das ideias religiosas e de Deus⁷². Para Golombek haveriam duas hipóteses: *“Porque Deus está em todos lados e assim o quis; porque há algo do cabeado nossos cérebros que mantém a ideia de religião firme junto ao povo”*.⁷³ Já pelo título do livro podemos inferir que Golombek se inclina pela segunda opção.

O argentino, no decorrer da sua obra, traz diferentes análises e destaques sobre as neurociências e sua relação com a religião. Ele nos apresenta conceitos como os neurônios de Deus, e o fator genético e hereditário que poderia existir no desenvolvimento da espiritualidade, e também como elementos externos podem influenciar nela (por exemplo as drogas). Isto ele o faz com um ânimo de diálogo, tentando valorizar o mundo religioso e sua funcionalidade para a

⁷⁰ GOLOMBEK, 2014, p. 65 (Kindle).

⁷¹ GOLOMBEK, 2014, p.82 (Kindle).

⁷² GOLOMBEK, 2014, p. 82 (Kindle).

⁷³ GOLOMBEK, 2014, p. 82 – 87 (Kindle).

humanidade, mas também desde um olhar científico. No final, trata-se de um neurocientífico pesquisando sobre espiritualidade.

Em uma linha similar, Anne Runehov, teóloga e filósofa sueca, tratando sobre a relação entre teologia e neurociência, considera que o importante não é a pergunta sobre se a experiência religiosa é sagrada ou neural, mas sim pensar que é sagrada e neural.⁷⁴ Em outras palavras, não se trata de uma competição entre ciência e religião, mas sim de olhar de forma cooperativa os dois campos de estudo, cada um com seus próprios alcances.

Nesse diálogo entre ciência e religião aparece uma disciplina que tem se desenvolvido nas últimas quatro décadas: a neuroteologia. Em simples palavras, poderíamos dizer que ela é uma disciplina que tenta criar pontes entre o campo das ciências -mais especificamente o da neurociência- e a teologia, contribuindo na “busca das razões de porque se crê”.⁷⁵

É importante compreender, que assim como muitos campos de estudo, a neuroteologia também possui diversas vertentes. Segundo Múniera, se identificam pelos menos duas. Por um lado, encontra-se a perspectiva reducionista, onde as experiências religiosas são entendidas só como atividade cerebral. Do outro lado, temos a chamada corrente positiva, na qual a experiência religiosa é validada a través de explicações neuropsicológicas que acontecem nela. Nessa linha positiva também existe um maior diálogo com outras ciências que interpretam as experiências religiosas.⁷⁶

É interessante que nessa perspectiva mais aberta da neuroteologia não se busca que os conceitos espirituais/religiosos sejam reduzidos às ciências biológicas ou químicas. Cada uma delas, na visão da neuroteologia positiva, deve se ater a suas próprias metodologias e linguagem.⁷⁷ Trata-se, portanto, de um reconhecimento aos saberes que cada uma das disciplinas emprega, respeitando os limites que elas possuem e sem buscar pretender ser algo que não são. Se o trabalho entre as ciências e teologia seguir esse caminho, se vislumbra um futuro promissório, alheio às velhas tensões que têm marcado o decorrer das suas histórias.

Como último ponto referente a relação entre neurociência e religião, podemos analisar uma pesquisa de opinião que foi realizada no Chile com o intuito de ver o impacto que tem tido os avanços da neurociência nas comunidades e igrejas cristãs. Para essa pesquisa foi utilizado um questionário dirigido a lideranças, párocos, pastores e pastoras de diferentes confissões cristãs. O

⁷⁴ MÚNERA, 2019, p. 9.

⁷⁵ MÚNERA, 2019, p. 3.

⁷⁶ MÚNERA, 2019, p. 3.

⁷⁷ MÚNERA, 2019, p. 4.

número total de pessoas que respondeu a pesquisa foi de 25. Entre as muitas perguntas que foram levantadas, destacamos duas. A primeira diz:

O cristianismo é religião, mas poderia se converter somente numa fé, isto é, uma confiança básica na vida. Seria uma fé que é compatível com a religião como com a não religião. Compartilha essa visão como futuro possível para o cristianismo? Como se imagina o futuro da sua religião? E da sua igreja? (tradução nossa)⁷⁸

E a segunda,

As produções neurocientíficas são observadas em contextos cristãos abertos a este tipo de comunicações como um “aval científico”, isto é, um novo fundamento racional para as religiões que outorgaria maior validação, credibilidade e legitimidade a religiosidade no século XXI. O que você acha, no geral, sobre a nossa hipótese? E em particular, o que você opina de que a religião precise ou se beneficie com um “novo fundamento racional” como aval científico para a religiosidade nesta época secularizada? (tradução nossa)⁷⁹

Os resultados são bem amplos, já que as perguntas não só apontam para elementos diretamente ligados com a neurociência, mas também com a imagem de Deus, o papel da Igreja etc. Ainda assim, é possível perceber entre os participantes uma abertura a esses temas. De fato, dos 25 entrevistados, 17 consideram como muito relevante que as neurociências pesquisem sobre fenômenos religiosos, e 8 pensam que é interessante.⁸⁰ Como exemplo dessa repercussão mostramos a seguinte opinião:

Eu acho que é muito relevante porque realmente permite a experiência religiosa ter um fundamento para poder dialogar com outras ciências e com o conhecimento na sociedade atual, que é uma sociedade extremamente crítica. Se requer uma teologia ou um pensar crente que seja capaz de questionar-se radicalmente (tradução nossa).⁸¹

Parece-nos muito relevante as luzes que entrega essa recente pesquisa de opinião. Podemos constatar como temas ligados com a área científica estão sendo considerados para dentro do mundo religioso, ou pelo menos a ciência não está sendo vista como um agente negativo e prejudicial para a religião. Isto, de alguma forma, derruba a velha ideia de inimizade entre ciência e teologia, e abre o espaço para o diálogo.

⁷⁸ DOCKENDORFF, Cecilia; ROMERO, Javier. Neurociencias y auto-secularización del Cristianismo: resonancias en Iglesias cristianas chilenas. *Revista Cultura & Religión*, v.13, n.2, 2019. ISSN 0718-4727, p. 13.

⁷⁹ DOCKENDORFF; ROMERO, 2019, p. 13.

⁸⁰ DOCKENDORFF; ROMERO, 2019, p. 18.

⁸¹ DOCKENDORFF; ROMERO, 2019, p. 19.

REFLEXÕES PARA A PRÁTICA DA ESPIRITUALIDADE HOJE

John Shelby Spong, pároco episcopal dos Estados Unidos, se remonta a origem da crença em um deus ou força superior nos primeiros seres humanos. Para ele é muito claro que a origem de Deus, em termos teístas (ou seja, um Deus que as vezes está nesse mundo e outras vezes não. Que aparece quando o chamamos ou invocamos) apareceu entre os nossos ancestrais no momento em que viramos seres autoconscientes, isto é, conscientes da nossa própria finitude e da vulnerabilidade que esse mundo nos traz. De alguma forma, crer num Deus, numa força superior, veio a nos dar o senso de proteção e segurança.⁸² Segundo o mesmo Spong, isto permitiu que não entrássemos num estado de ansiedade permanente.

Porém, nós hoje nos deparamos com um mundo totalmente diferente ao dos nossos antepassados, mas continuamos mantendo, a nível das instituições religiosas, uma imagem de um Deus como os dos nossos ancestrais. Além da discussão sobre qual imagem de Deus poderíamos construir nas nossas comunidades e confissões, o que chama a atenção nessa discussão, e segundo o que propõe Spong, é que por causa da perda da presença de Deus no mundo (Deus já não explica, por exemplo, os fenômenos naturais ou outras situações do nosso cotidiano) a partir dos avanços das ciências, a humanidade tem entrado num estado de histeria.⁸³ Aquele Deus protetor e controlador de tudo, e que tinha sentido para a concepção de mundo dos nossos ancestrais, está sendo fortemente questionado nos dias de hoje gerando uma espécie de “desproteção” em muitas pessoas e com isso comportamentos erráticos nelas (violência, discriminação a outros grupos, adição a substâncias, fundamentalismos etc.).⁸⁴

Parece-nos que nas palavras de Spong se transluzem as pesquisas feitas por Newberg e D’Aquili sobre o operador causal. Ou seja, há um ponto no desenvolvimento humano que cria mecanismos neuropsicológicos com o fim de manter um determinado controle da realidade, e isto toma a forma de um diálogo com supostas forças controladoras deste mundo (deuses, Deus, espírito etc.). Mas também sabemos, e pelas mesmas pesquisas de ambos neurocientíficos, que existe um outro mecanismo ligado à espiritualidade e religião, o operador holístico, aquele que está

⁸² SPONG, John Shelby. *Un cristianismo nuevo para un mundo nuevo: Por qué la fe tradicional está muriendo y cómo una nueva fe está naciendo*. Quito: Editorial Abya Yala, 2011, p.54.

⁸³ Spong entende que os atos de violência que vivenciamos hoje, desde discriminações a grupos da diversidade sexual até genocídios étnicos, ou nossa grande adição ao café, passam por uma crise de sentido espiritual da humanidade, pela perda de sentido daquele Deus protetor. Isto tem levado a uma espécie de crise de ansiedade generalizada da humanidade. SPONG, 2011, p. 41.

⁸⁴ SPONG, 2011, p. 41 - 47.

relacionado com experiências transcendentais e de união com um todo. Nesse sentido, e numa linguagem teológico-mística, Spong se pergunta: “Somos capazes de nos abrir de forma diferente para descobrir o Fundamento do Ser que encontro e conheço na minha interioridade e emerge como consciência expandida?”⁸⁵ Segundo ele, e na busca de uma resposta a sua interrogante, devemos buscar aquilo que é “atemporal, eterno, real e autêntico”.⁸⁶

Mas onde achamos isto que é eterno, autêntico e real? Spong nos propõe que “é no ato de viver, de amar e de ser onde conseguimos ir além dos limites da nossa existência e conhecer a transcendência, a alteridade e a eternidade”.⁸⁷ Para o pároco estadunidense Deus não é uma entidade sobrenatural, a qual viaja através do tempo e espaço para salvar-nos. Segundo Spong, Deus é a fonte mesma. Ele é a “fonte de amor e o Fundamento do Ser”.⁸⁸ Lembremos das palavras de 1ª João 4.16: “Deus é amor e quem está em amor está em Deus, e Deus, nele”.⁸⁹

Aqui fazemos uma conexão que nos parece inevitável não a realizar. Barbara Fredrickson nos falava no tópico anterior das conexões que se criam em estado amorosos, tanto com as outras pessoas como com outros seres vivos, no que podemos descrever como uma experiência com o transcendente. Nesse mesmo sentido, e definindo o que é religião, David Felten e Jeff Procter-Murphy no seu livro “Living the Questions: the wisdom of progressive christianity”, voltam para a origem epistemológica da palavra: *religio*, que em latim significa reconectar. Para os autores, esse reconectar tem a ver com reenlaçar e restaurar as relações com os outros seres e o Divino.⁹⁰ De alguma forma, isto vai ao encontro de Newberg e de D’Aquili quando falam das experiências místicas e o sentimento de união com o divino. Não há aí uma descrição desses vínculos e reconexão com Deus? Com aquela conexão e busca da qual também nos fala Spong? Por acaso isto não nos lembra os efeitos que tem no nosso corpo a oxitocina (confiança em outras pessoas) e o acoplamento neural que acontece em momentos de amor?

Aqui queremos trazer um outro elemento a discussão. Se seguimos na teoria de Spong sobre a crise atual da humanidade a respeito do divino, onde existe uma espécie de ambiente de desespero. Podemos dizer que essa crise, e aqui nos aventuramos numa possível hipótese, se deve a uma falta de confiança. Sim, uma falta de confiança no divino (esse divino já não nos protege, já

⁸⁵ SPONG, 2011, p. 64.

⁸⁶ SPONG, 2011, p. 64.

⁸⁷ SPONG, 2011, p. 77.

⁸⁸ SPONG, 2011, p. 77.

⁸⁹ BÍBLIA, 2009.

⁹⁰ FELTEN, D. M.; PROCTER-MURPHY, J. Living the Questions: The Wisdom of Progressive Christianity. [S.l.]: HarperOne, 2012, p. 1204 (Kindle).

não tem o controle, então em quem ou que confiar?). Em outras palavras, uma falta de confiança na realidade, na vida.

Humberto Maturana, cientista chileno, tem uma frase muito atinente: “o sofrimento do ser humano não se deve à falta de certezas, mas sim à falta de confiança”.⁹¹ Em outras, palavras, pensamos que tendo o controle das coisas poderemos acabar com a nossa ansiedade. Mas o que está por trás é a falta de confiança daquilo que está por vir, do que desconhecemos. David Steindl-Rast, monge beneditino, no documentário “From stress to hapiness”⁹², nos lembra disto. Confiar na vida é como quando nascemos, uma experiência que todos e todas nós tivemos. Não sabemos o que virá, mas passamos pelo conduto vaginal a um mundo desconhecido para nós, confiando naquilo que a vida nos depara. E se percebemos bem, a vida, sem que sejamos conscientes nos está ajudando sempre. Parafraseamos a Steindl-Rast através de um simples exemplo: “Nem sabemos ao certo como se digere uma xícara de café, a vida o faz por nós, ela faz com que o nosso sistema digestivo funcione e se aproprie dos nutrientes”.⁹³

Mas como desenvolver essa confiança? De onde ela nasce? Pensamos que o conceito de amor aqui se torna relevante. Nesse sentido, Maturana nos convida a olhar esse conceito com a profundidade que o caracteriza:

Amar é deixar aparecer o outro ou a outra como legítimo, sem exigências, sem expectativas, sem querer mudá-lo, na aceitação honesta e transparente da sua lealdade e às vezes da sua deslealdade. Ao deixar aparecer o outro, um não sabe com quem vai se encontrar, e soltando os nossos prejuízos culturais, nosso desejo é que essa pessoa, logo da sua origem no útero materno, continue sendo um ser amoroso que nasceu na confiança implícita, dada sua estrutura de ser amado, de ser querido, de ser nutrido e não de ser traído.⁹⁴

Portanto, confiar na vida pode ser traduzido como o amar. De alguma forma isto se encontra no coração da espiritualidade e das religiões. Se entendermos a espiritualidade como a nossa relação com a vida, estar vivos implica claramente um sentir-se vinculado com essa mesma vida. Nesse sentido, Matthieu Ricard⁹⁵, chamado “a pessoa mais feliz do mundo”, diz que na vida vamos percebendo que os momentos que nos geram mais plenitude são aqueles que estão cheios de amor por outros seres sensíveis. É onde se está totalmente contente pelo momento presente. Então,

⁹¹ *Vivir Agradecidos*, Admin, 30 julho 2020, Disponível em: <https://www.viviragradecidos.org/frase/26244/>, Acesso em: 15 abril 2021.

⁹² FROM stress to hapiness. Direção de De Grazia, Alejandro; Stadler, Juan. 2020.

⁹³ FROM, 2020.

⁹⁴ DÁVILA, Ximena; MATURANA, Humberto. *Historia de nuestro vivir cotidiano*: Evolución del cosmos que aparece cuando explicamos nuestro vivir con nuestro vivir. Santiago: Planeta, 2019, p. 907 (Kindle).

⁹⁵ FROM, 2020.

parece-nos que a espiritualidade, pelo menos uma das suas partes, está relacionada com a vivência do amor e confiança pela vida, algo, pelo visto, que tem se perdido com o passar do tempo, mas que ainda é possível de restaurar/reconectar.

Conclusão

Podemos concluir que o funcionamento do nosso cérebro é sumamente complexo, e mais especificamente o que diz relação com o campo da espiritualidade e religião. Provavelmente, como indicam as pesquisas consultadas, os fatores que influenciam a nossa vivência espiritual são múltiplos. Apesar de poder compreender partes do nosso cérebro e sistema nervoso, ainda estamos nos primeiros passos dessas descobertas. Como falava Sigman, estamos nos inícios da revolução industrial da neurociência.

Embora o anterior, não deixam de ser interessantes as primeiras conclusões a que os científicos estão chegando. É evidente que as práticas espirituais têm alguma influência no nosso desenvolvimento, e essas influências são, na sua maioria, muito positivas para nós. Como vimos, vivências espirituais e religiosas ajudam não só no desenvolvimento cognitivo e psicoemocional, mas também permitem abrir o nosso horizonte como indivíduos, conectando com outras pessoas, seres e ambiente.

Entender a espiritualidade é, sem dúvida, um campo com muitas arestas. Dentro de todas essas possíveis vertentes destacamos a relevância do amor. Se espiritualidade é conexão com a realidade e com vida, vislumbramos no amor o caminho para criar essa vinculação. Como vimos, o amor abre os nossos sentidos, nos faz perceber aquilo que não éramos capazes de ver, o amor deixa aparecer, parafraseando a Maturana. Deixa aparecer aquilo inesperado e desconhecido, mas ao mesmo tempo numa atitude de receptação. Pensamos que no amor encontra-se a chave para desenvolver comunidades de fé mais tolerantes, abertas, receptivas e sem medo. Num mundo que muda com tanta rapidez e onde a diversidade se faz mais evidente, pode ser o cultivo e a prática do amor o que nos leve a viver nesse planeta Terra e nessa grande comunidade humana uma vida mais plena. No final, não é isso a espiritualidade?

Referências

BOFF, Leonardo; GRÜN, Anselm. *O divino em nós*. [S.l.]: Vozes Nobilis, 2017.

BURGOS, Hector. Neurociencia, Espiritualidad y Religión. *Revista de Educación Religiosa*, V.2, N.1, 2020.

DOCKENDORFF, Cecilia; ROMERO, Javier. Neurociencias y auto-secularización del Cristianismo: resonancias en Iglesias cristianas chilenas. *Revista Cultura & Religión*, v.13, n.2, 2019.

FAYARD, Carlos. Cultura, neurociencia y espiritualidad: abordaje neuro-psico-espiritual em psicoterapia. *Revista Entorno*, El Salvador, n. 54, p. 20-31, Diciembre 2013.

FONDEVILA, Fabiana. *Donde vive el asombro: Prácticas para cultivar lo sagrado en la vida cotidiana*. [S.l.]: Grijalbo, 2018.

FREDRICKSON, Barbara. L. *Amor 2.0 Una nueva mirada a la emoción que determina lo que sentimos, pensamos, hacemos y somos*. [S.l.]: Oceano, 2015.

FROM stress to hapiness. Direção de De Grazia, Alejandro; Stadler, Juan. 2020. 1 vídeo 60 min.

Disponível em:

[netflix.com/watch/81332418?trackId=13752289&tctx=0%2C0%2C6fd2310b40310ca01b650725eda8773b55ded509%3A6421bf888fd5ff64093a25eb1680e9f09df2825a%2C6fd2310b40310ca01b650725eda8773b55ded509%3A6421bf888fd5ff64093a25eb1680e9f09df2825a%2Cunknown%2C](https://www.netflix.com/watch/81332418?trackId=13752289&tctx=0%2C0%2C6fd2310b40310ca01b650725eda8773b55ded509%3A6421bf888fd5ff64093a25eb1680e9f09df2825a%2C6fd2310b40310ca01b650725eda8773b55ded509%3A6421bf888fd5ff64093a25eb1680e9f09df2825a%2Cunknown%2C),

Acesso em: 20 abril 2021.

GOLOMBEK, Diego. *Las neuronas de Dios: Una neurociencia de la religión, la espiritualidad y la luz al final del túnel*. Buenos Aires: Siglo Veintiuno Editores, 2014, p. 2387 – 2404 (Kindle).

KOENIG, Harold G. *Medicina, Religião e saúde: o encontro da ciência e da espiritualidade*. [S.l.]: L&PM, 2012.

MÚNERA, Juan Carlos. Neuroteologia y la naturaleza de la experiencia religiosa. *Theologica Xaveriana*, Bogotá, n.187, 2019.

SIGMAN, Mariano. *La Vida Secreta de la Mente: Nuestro cerebro cuando decidimos, sentimos y pensamos*. Buenos Aires: Debate, 2020.

SPONG, John Shelby. *Un cristianismo nuevo para un mundo nuevo: Por qué la fe tradicional está muriendo y cómo una nueva fe está naciendo*. Quito: Editorial Abya Yala, 2011.

STEINDL-RAST, David. Espiritualidad: pertenencia común. In: *Viviragradecidos.org*. 10 out. 2019. Disponível em: viviragradecidos.org/espiritualidad-pertenencia-comun. Acesso em: 05 junho 2021.

VALIENTE-BARROSO, Carlos. Intersecciones entre espiritualidad/religiosidad y psicología: desde la filosofía hasta la neurociencia. *Revista de historia de la psicología*, Valencia, v. 34, n. 4, dezembro 2013.

ZOHAR, D.; MARSHALL, I. *QS: inteligência espiritual*. Rio de Janeiro: Viva Livros, 2017, p. 122 (Kindle).