

# A questão da espiritualidade: mito ou realidade?

Margarete J. V. C. Hülsendeger

“O ponto de vista de que todos os aspectos da realidade podem ser reduzidos à matéria e suas várias partículas é, na minha mente, uma postura metafísica tanto quanto o ponto de vista de que uma inteligência em organização criou e controla a realidade.”

DALAI LAMA (2006, p. 18)

É difícil falar em espiritualidade sem que as pessoas a confundam com religião. Para muitos, a questão espiritual está irremediavelmente ligada a se seguir, ou não, algum culto religioso.

Segundo Japiassú e Marcondes religião é

[...] um conjunto cultural suscetível de articular todo um sistema de crenças em Deus ou num sobrenatural e um código de gestos, de práticas e de celebrações rituais; admite uma dissociação entre a ‘ordem natural’ e a ‘ordem sacral’ ou sobrenatural. Toda a religião acredita possuir a verdade sobre as questões fundamentais do homem, mas apoiando-se sempre numa fé ou crença (1996, p. 234).

No entanto, se formos buscar uma definição para o conceito de espiritualidade teremos dificuldades de encontrá-la, e se a encontrarmos ela não será uma definição fechada ou conclusiva. Na verdade, é mais comum nos depararmos com as definições de espírito e de alma. Para Japiassú e Marcondes, por exemplo, a alma é: “[...] um dos princípios do composto humano: princípio da sensibilidade e do pensamento, fazendo do corpo vivo algo distinto da matéria inerte ou de uma máquina” (1996, p. 7).

Portanto, esse tema nos permite colocar para o debate uma primeira questão: será que existe realmente necessidade de se estar vinculado a alguma religião para se vivenciar a espiritualidade?

Como em todas as questões polêmicas, encontraremos defensores para os dois posicionamentos. Haverá aqueles que argumentarão que os códigos estabelecidos pelas diferentes religiões são os norteadores das condutas éticas e morais da humanidade e que sem eles, a essa altura, a sociedade já teria caído no caos e na total desordem social. Do mesmo modo, existirão aqueles que defenderão que o homem é eminentemente um ser espiritual, independentemente de qualquer código, norma ou regra estabelecida por outros homens igualmente falíveis e, portanto, sujeitos a erros e equívocos.

Contudo, o objetivo desse texto não é questionar a importância dos códigos e condutas estabelecidos pelas diferentes religiões ao longo dos séculos. Sabe-se, no entanto, que em nome de Deus muitos atos insanos e cruéis foram e estão sendo cometidos pelos homens, e isso nada tem a ver com as questões mais profundas do espírito. É difícil deixar de pensar e, conseqüentemente, de citar episódios antigos e recentes da história da humanidade na qual a questão religiosa esteve presente e cujo resultado foi apenas muito sofrimento e morte: as cruzadas, a inquisição, a guerra da Bósnia, etc.

Assim, o propósito não é se fazer uma caça às bruxas procurando culpados e inocentes, mas debater de que forma o homem pode cultivar dentro de si valores que transcendam qualquer tipo de verdade absoluta estabelecida por quaisquer grupos

sociais ou religiosos. A busca por esses valores é que poderá nos ajudar a construir um caminho no qual reconheceremos, em cada indivíduo, uma possibilidade a ser explorada e não um inimigo a ser exterminado, simplesmente porque discorda de nossos posicionamentos.

O primeiro passo talvez seja o de se aceitar que o ser humano é muito mais do que um simples agrupamento de átomos e moléculas. Ou seja, que além do corpo físico existe algo mais que necessita ser melhor compreendido e trabalhado. Para Goswami,

“Enquanto o corpo físico, vivo, representa possibilidades que sempre precisam se manifestar como uma estrutura localizada, com início finito e término finito, a alma representa possibilidades, potencialidades, sem uma estrutura localizada na manifestação” (2005, p. 29).

Entretanto, essa aceitação não pode ser cega ou baseada apenas na opinião de terceiros; ela deve ser fundamentada, apreendida e construída de forma a não se correr o risco de nos tornarmos senhores de verdades inquestionáveis.

E justamente por causa dessa necessidade de fundamentação é que muitos homens e mulheres têm debatido a influência da espiritualidade sobre os mais diferentes aspectos da vida humana. É claro que muitas das questões até agora levantadas não têm sido respondidas de forma satisfatória, pois a questão da prova sempre tem sido o problema maior a ser enfrentado por aqueles que defendem a existência de um homem espiritual e transcendental. No entanto,

“Para conseguir fazer a ruptura, para vencer a inércia mental, é necessária uma nova maneira de pensar. Com uma nova maneira de pensar, aparecerão novas maneiras de avaliar o que se pensa. E com novas ferramentas de avaliação, emergirão novas maneiras de sentir” (WOLF, 2003, p. 26).

Vamos, então, supor que foi provado ser o homem mais do que simples matéria, sendo constituído de uma alma imortal. Vamos, também, supor que essa alma pudesse renascer inúmeras vezes, a fim de aprender e se desenvolver com esses renascimentos. Seria muito absurdo defender tais idéias? O que isso significaria? Mas, fundamentalmente, será que essas idéias poderiam ajudar o homem a compreender-se e a compreender o outro?

Existe, atualmente, uma questão muito similar a essa e que está sendo amplamente estudada e analisada por diferentes especialistas: é possível compreender a mente humana na sua totalidade?

A questão torna-se ainda mais complexa quando se pretende estudar alguns dos aspectos dessa mesma mente, ou seja, a capacidade do homem pensar e de sentir todo o tipo de emoções. Os neurologistas, fisiologistas, enfim todos aqueles especialistas que estudam o corpo humano e suas funções, argumentam que os pensamentos e as emoções são o resultado de diferentes e complexas conexões nervosas que ocorrem no cérebro. No entanto, fica a dúvida: se é tudo uma questão de conexões nervosas ou descargas elétricas entre células extremamente especializadas, como explicar o espectro de emoções e pensamentos presentes em um único indivíduo? Onde eles estarão localizados? E por que eles nos influenciam tanto e de tantas maneiras possíveis?

Na verdade, ainda não há respostas para essas questões. Existem hipóteses, teorias, estudos, mas não há respostas definitivas. Entretanto, não há dúvidas sobre a existência de todos esses aspectos da mente humana, mesmo que hoje ainda existam muitas questões em aberto. Em outros termos,

A mente é, hoje, até fácil de descrever em seus aspectos mais gerais, mas a

função mental em cada circunstância específica de nossas vidas continua sendo um mistério. Como prever, frente a uma determinada circunstância, se haverá algum cruzamento remoto de informações que nos fará reagir de alguma maneira? Somos surpreendentes, e nisso radica nossa variedade como indivíduos, e também algumas das nossas semelhanças (IZQUIERDO, 2004, p. 7).

Contudo, apesar de sermos surpreendentes, quando se trata de discutir aspectos mais transcendentais da natureza humana, muitos se fecham, não aceitando o debate ou procurando ridicularizá-lo. Por que é tão difícil de acreditar na existência de uma alma imortal que juntamente com o corpo físico constitui esse ser tão complexo chamado homem?

Talvez, a dificuldade esteja no fato de que acreditar em algo tão imponderável possa acabar levando a questionamentos ainda mais profundos, como, por exemplo: para onde vou, ou o que me tornarei, quando meu corpo físico deixar de existir?

E é nesse ponto que a maioria das religiões se pronuncia, pois essas têm respostas (satisfatórias para alguns, irracionais para outros), enquanto a ciência não as tem. Para Wolf, a razão disso seria que

Os cientistas tentam eliminar a idéia de criação e entendem tudo como transformação. Eles querem saber como uma coisa muda em outra. Eles não estão preocupados com a maneira como uma coisa é criada a partir do nada, pois não existe maneira científica de apreender isso. [...] os místicos olham para a criação do ponto de vista do espanto, da reverência e do maravilhamento, e querem ver tudo como criação e nada como transformação (WOLF, 2003, p.74).

Contudo, a questão maior é: de que maneira a crença na existência da alma pode contribuir para dar algum significado à vida humana? Essa é uma questão de fundamental importância quando refletimos sobre a época que estamos vivendo.

Diz Russell:

Os animais são felizes na medida em que têm saúde e comida suficiente. Percebemos que os seres humanos deveriam ser felizes, mas no mundo moderno não o são, pelo menos na grande maioria dos casos. Se você é infeliz, provavelmente estará disposto a admitir que não é uma exceção nesse caso. Se é feliz, pergunte a si mesmo quantos de seus amigos também o são (RUSSELL, 2003, p.11).

Nunca a humanidade esteve tão perdida. Nunca a vida humana valeu tão pouco. Hoje, ao apertar de um botão milhares de seres humanos podem simplesmente desaparecer como se jamais tivessem existido. Hoje a morte física é assistida via satélite por milhares de pessoas em todas as partes do mundo. Em síntese, hoje há uma terrível banalização do sofrimento humano.

Será que se soubéssemos, e realmente acreditássemos, que a vida não termina aqui e agora e que nossas experiências (boas e más) nos acompanharão em toda a nossa caminhada ao longo dos séculos, estaríamos agindo da maneira irracional e impensada como temos agido até hoje? Será que a idéia do homem finito, ou seja, que termina com a morte física, dá a real dimensão do que nossos atos poderão ocasionar?

Ou será que se acreditássemos que nossa vida não acaba com a morte física, mas que continua, buscando sempre o aprendizado e a evolução, isso não nos ajudaria a refletir sobre como estamos trilhando esse caminho chamado vida?

Essas são, realmente, as questões cruciais sobre as quais deveríamos refletir. Sua

discussão nos permitiria compreender que não estamos sós e que nossas ações atingem, de uma maneira ou de outra, a tudo e a todos. Do mesmo modo, saberíamos que em algum momento deveremos estar preparados para prestar contas de nossos atos e, até mesmo, pensamentos. Prestação de contas, no entanto, que não será feita a um Deus inquisidor, vingativo e raivoso, mas a nós mesmos.

Segundo Dethlefsen e Dahlke, “A verdade sempre irrita, não importa por quem seja dita. Ela destrói todas as ilusões com que o nosso Eu vive tentando se salvar. A verdade é dura, cortante e pouco propícia aos devaneios e ao auto-engano moral” (2004, p. 51). Em outras palavras, chegará o momento no qual teremos de nos confrontar com o nosso próprio espelho interior e quando isso ocorrer deveremos estar preparados para tudo aquilo que ele vier a refletir. E, geralmente, a imagem refletida por ele costuma ser mais impiedosa do que qualquer demônio que possamos inventar.

Portanto, a questão não é se essa entidade chamada alma humana já foi vista ou medida, mas se acreditamos nela e, acreditando, o que faremos por ela?

Pois não será o que criamos em nossa mente o resultado do que cultivamos em nosso espírito? Será que uma alma atormentada e dividida não gerará igualmente uma mente perturbada e desequilibrada?

Em tempos tão tumultuados, carecemos de momentos que permitam esse tipo de reflexão. Não sabemos ao certo o que é realmente importante e significativo em nossas vidas. Vivemos atrás de objetivos cada vez mais voltados para a conquista de bens materiais. Entretanto, nada nos satisfaz. Acordamos todos os dias nos sentindo incapazes e infelizes. Buscamos a felicidade sempre olhando para fora e acabamos esquecendo de procurá-la onde ela sempre esteve: dentro de nós mesmos. Educamos nossas crianças na crença de que a felicidade está em adquirir, comprar e ter. Deixamos de ensinar a importância de dar e compartilhar. E, finalmente, acabamos nos afastando daquilo que poderia nos dar um mínimo de paz e tranquilidade, ou seja, acreditar sermos parte de algo muito maior e eterno. Algo que jamais será destruído ou violado, mesmo quando o nosso corpo físico deixar de existir.

Buscar caminhos que nos dêem mais tranquilidade e equilíbrio pode, portanto, se tornar uma forma de desenvolver essa tão falada, mas pouco compreendida, espiritualidade. Cultivar pensamentos construtivos, estar em paz e procurar levar a paz aos outros são formas de entender e aceitar o significado mais profundo do conceito de espiritualidade. Afinal, “Nós, apenas nós, somos responsáveis pela soma total da nossa vida física” (KÜBLER-ROSS, 2003, p. 99).

Essa espécie de conhecimento, no entanto, não pode ser medida ou quantificada, a ciência não tem controle sobre ela, assim como nenhuma religião ou grupo social. O homem tem dentro de si todas as perguntas e respostas e a compreensão da real dimensão e abrangência desse conhecimento é que poderá ajudá-lo a refletir sobre suas ações e muitos de seus pensamentos. E será esse conhecimento mais profundo que o fará recuar quando estiver prestes a cometer, por exemplo, um ato de injustiça.

Portanto, quando, nos dias atuais, se fala tanto em ética e valores morais não se pode simplesmente descartar o fato de que, independentemente de religiões, somos seres constituídos de matéria e energia, corpo e espírito. Os dois aspectos existindo simultânea e concomitantemente, nenhum dos dois podendo ser negado ou excluído. Do mesmo modo, a compreensão de fazermos parte de algo muito maior e de não sermos, realmente, finitos, mas eternos, nos permitirá perceber que nada é por acaso, tudo tem a sua razão de ser, mesmo que, naquele momento não possamos entendê-la ou até mesmo

aceitá-la. Assim, para concluir, é importante ressaltar que a espiritualidade pode e deve ser desenvolvida por cada um de nós independentemente de qualquer religião. Essa percepção mudará muitas das nossas prioridades, pois mais importante do que saber defini-la, o essencial é saber vivê-la.

#### **Referências Bibliográficas:**

- DAHLKE, Rüdiger e DETHLEFSEN, Thorwald. **A doença como Caminho**: uma visão nova da cura como ponto de mutação em que um mal se deixa transformar em bem. São Paulo: CULTRIX, 2004.
- DALAI LAMA, **O Universo em um Átomo** – o encontro da ciência com a espiritualidade. Rio de Janeiro Ediouro, 2006.
- GOSWAMI, Amit. **A Física da Alma**: a explicação científica para a reencarnação, a imortalidade e experiências quase morte. São Paulo: Aleph, 2005. (Série novo pensamento)
- IZQUIERDO, Ivan. **A Mente Humana**. [On line] Disponível na Internet via [www.multiciencia.unicamp.br/art01\\_3.htm](http://www.multiciencia.unicamp.br/art01_3.htm). Arquivo consultado em 21 de setembro de 2006.
- JAPIASSU, H.; MARCONDES, D. **Dicionário Básico de Filosofia**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1996.
- KÜBLER-ROSS, Elisabeth. **O Túnel e a Luz**: reflexões essenciais sobre a vida e a morte. Campinas, SP: Versus Editora, 2003.
- RUSSEL, Bertrand. **A Conquista da Felicidade**. 2.ed. Rio de Janeiro: Ediouro, 2003.
- WOLF, Fred Alan. **A Conexão entre a Mente e a Matéria**: uma nova alquimia da ciência e do espírito. São Paulo: Editora Cultrix, 2003.

Margarete J. V. C. Hülsendeger

Professora de Física em escolas particulares de  
Porto Alegre/RS e Mestre em Educação em  
Ciências e Matemática/PUCRS.