

Espiritualidade: cognição e ressonância

Spirituality: Cognition and Resonance

Luiz Carlos de Oliveira, Grupo Alma Excelência Humana

Diocese de Governador Valadares, Minas Gerais, Brasil

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-7123-6590>

Correo electrónico: luigipretti@hotmail.com

ARK CAICYT: <https://id.caicyt.gov.ar/ark:/s18527310/d1myw823r>

Resumo

O artigo analisa a espiritualidade a partir de uma abordagem não teológica, articulando contribuições da psicanálise, da neurociência, da psicologia e da visão sistêmica da vida. Parte-se do conceito freudiano de sentimento oceânico e da perspectiva junguiana do inconsciente coletivo para compreender a espiritualidade como dimensão da experiência humana. Também são discutidos estudos neurocientíficos e formulações sobre inteligência existencial, que permitem relacionar espiritualidade, cognição e produção de sentido. Em seguida, propõe-se compreender a espiritualidade como ressonância, isto é, como experiência relacional que ultrapassa a racionalidade estrita e pode permanecer significativa mesmo diante de limitações cognitivas. Conclui-se que a espiritualidade constitui um fenômeno integrador, relacionado ao sentido, à emoção, ao pertencimento e ao cuidado integral.

Palavras-chave

Resumen

El artículo analiza la espiritualidad desde un enfoque no teológico, articulando aportes del psicoanálisis, la neurociencia, la psicología y la visión sistémica de la vida. Parte del concepto freudiano de sentimiento oceánico y de la perspectiva junguiana del inconsciente colectivo para comprender la espiritualidad como dimensión de la experiencia humana. También se examinan estudios neurocientíficos y formulaciones sobre inteligencia existencial, que permiten vincular espiritualidad, cognición y producción de sentido. Luego se propone comprender la espiritualidad como resonancia, es decir, como experiencia relacional que supera la racionalidad estricta y puede conservar significado aun frente a limitaciones cognitivas. Se concluye que la espiritualidad constituye un fenómeno integrador relacionado con el sentido, la emoción, la pertenencia y el cuidado integral.

Palabras clave

espiritualidad; cognición; neurociencia; psicoanálisis; conciencia

Abstract

This article examines spirituality from a non-theological perspective by integrating contributions from psychoanalysis, neuroscience, psychology, and the systemic view of life. It begins with Freud's notion of the oceanic feeling and Jung's concept of the collective unconscious to understand spirituality as a dimension of human experience. It also discusses neuroscientific research and formulations concerning existential intelligence, linking spirituality, cognition, and meaning-making. The article then proposes understanding spirituality as resonance, that is, as a relational experience that exceeds strict rationality and may remain meaningful even in the presence of cognitive limitations. It concludes that spirituality is an integrative phenomenon related to meaning, emotion, belonging, and holistic care.

spirituality; cognition; neuroscience; psychoanalysis; consciousness

Introdução

A espiritualidade, ao longo da história, foi frequentemente associada a práticas religiosas e sistemas de crenças institucionalizados. No entanto, essa associação não esgota a complexidade do fenômeno, uma vez que a experiência espiritual ultrapassa os limites das tradições religiosas formais e se manifesta como parte constitutiva da experiência humana. Nesse sentido, compreender a espiritualidade exige um olhar ampliado, capaz de integrar diferentes campos do conhecimento, como a psicanálise, a psicologia, a neurociência e as abordagens sistêmicas da vida.

Sigmund Freud, ao discutir o chamado "sentimento oceânico", já apontava para a existência de uma experiência subjetiva de pertencimento a algo maior, ainda que a interpretasse como derivada do narcisismo infantil e do desamparo humano (Freud, 1930). Apesar de sua interpretação crítica, Freud reconheceu a presença desse sentimento em diferentes indivíduos, abrindo espaço para que a espiritualidade fosse compreendida como um fenômeno psíquico relevante.

Posteriormente, Carl Gustav Jung ampliou essa compreensão ao afirmar que a espiritualidade constitui uma dimensão essencial da psique, relacionada ao inconsciente coletivo e à busca por sentido na existência (Jung, 1952).

Com o avanço das ciências, especialmente no campo da neurociência, novas perspectivas passaram a contribuir para o entendimento da espiritualidade. Estudos envolvendo atividade cerebral demonstram que determinadas experiências consideradas espirituais estão associadas a padrões específicos de funcionamento neural, indicando que tais vivências não se restringem ao campo simbólico ou cultural, mas possuem também uma base biológica. Essas evidências reforçam a ideia de que a espiritualidade pode ser compreendida como parte integrante da estrutura humana.

Além disso, a psicologia contemporânea tem investigado a espiritualidade como uma dimensão cognitiva, associada à capacidade de atribuir significado às experiências e de refletir sobre

questões existenciais profundas. Nesse contexto, Gardner (1999) propõe a ideia de uma inteligência existencial, relacionada à habilidade de lidar com temas como vida, morte e propósito. Essa perspectiva amplia o entendimento da espiritualidade, aproximando-a de processos mentais que organizam a experiência humana.

Entretanto, reduzir a espiritualidade à cognição pode limitar sua compreensão, uma vez que existem experiências que transcendem a racionalidade e escapam à explicação puramente mental. Abordagens sistêmicas, como a proposta por Capra (2014), sugerem que a espiritualidade pode ser entendida também como uma forma de conexão entre os seres vivos e o todo, destacando a interdependência e a inter-relação que caracterizam a vida. Essa visão permite compreender a espiritualidade como uma experiência de ressonância, que ultrapassa os limites da consciência individual.

Dessa forma, a espiritualidade pode ser pensada tanto como cognição quanto como ressonância, articulando dimensões internas e externas da experiência humana. Essa dualidade revela a complexidade do fenômeno e aponta para a necessidade de abordagens interdisciplinares que integrem diferentes perspectivas teóricas. Ao considerar essas dimensões, torna-se possível compreender a espiritualidade como um elemento central na construção de sentido e na organização da vida psíquica e existencial.

Nesse contexto, discutir a espiritualidade sem reduzi-la ao campo religioso implica reconhecer sua presença em diferentes níveis da experiência humana, desde processos cognitivos até formas mais amplas de conexão com o mundo. Tal abordagem contribui para ampliar o debate científico e para superar visões reducionistas que limitam a compreensão desse fenômeno.

Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar a espiritualidade a partir de uma perspectiva não teológica, articulando contribuições da psicanálise, da neurociência, da psicologia e da visão sistêmica da vida. Busca-se compreender de que maneira a espiritualidade pode ser

concebida como uma forma de cognição e, ao mesmo tempo, como uma experiência de ressonância, evidenciando sua importância para a compreensão do ser humano.

Espiritualidade como cognição: da psicanálise freudiana à neurociência

Romain Rolland, escritor francês laureado com o Prêmio Nobel de Literatura em 1915, manteve correspondências com Sigmund Freud nas quais introduziu o termo "sentimento oceânico", utilizado para descrever uma experiência subjetiva caracterizada pelo desejo de eternidade e pelo sentimento de pertencimento a algo maior. Rolland compreendia esse fenômeno como uma dimensão espiritual inerente ao ser humano, presente nas ações, nas relações e na forma como os indivíduos se percebem no mundo. O termo "oceânico", empregado em sentido figurado, passou a ser incorporado ao campo psicanalítico como uma tentativa de explicar essa sensação de unidade com o todo.

Freud, por sua vez, não compartilhava da interpretação mística proposta por Rolland. Em sua obra *O mal-estar na civilização*, argumenta que o chamado "sentimento oceânico" não constitui uma realidade espiritual autônoma, mas sim uma manifestação psíquica relacionada ao narcisismo primário, característico das fases iniciais do desenvolvimento humano, quando ainda não há uma clara diferenciação entre o ego e o mundo externo (Freud, 1930). Nessa perspectiva, a experiência de unidade com o todo seria uma espécie de resquício da infância, vinculada ao desamparo e à necessidade de proteção.

"A derivação das necessidades religiosas, a partir do desamparo do bebê e do anseio pelo pai que aquela necessidade desperta, parece-me incontrovertível, desde que, em particular, o sentimento não seja simplesmente prolongado a partir dos dias da infância, mas permanentemente sustentado pelo medo do poder superior do Destino. Não consigo pensar em nenhuma necessidade da infância tão intensa quanto a da proteção de um pai. Dessa maneira, que poderia buscar algo como a restauração do narcisismo ilimitado, é deslocado de um lugar em primeiro plano. A origem da atitude religiosa pode ser remontada, em linhas muito claras, até o sentimento de desamparo infantil. Pode haver algo mais por trás disso, mas, presentemente, ainda está envolto em obscuridade."

Ainda nessa mesma obra, Freud não concebeu este "sentimento oceânico" como uma realidade antropológica existencial. Insistia em vê-lo apenas como uma prática religiosa oriunda da sensação do desamparo na fase precoce da infância:

(...) Afinal de contas, um sentimento só poderá ser fonte de energia se ele próprio for expressão de uma necessidade intensa. A derivação das necessidades religiosas, a partir do desamparo do bebê e do anseio pelo pai que aquela necessidade desperta, parece-me incontrovertível, desde que, em particular, o sentimento não seja simplesmente prolongado a partir dos dias da infância, mas permanentemente sustentado pelo medo do poder superior do Destino.

(Freud. "Mal-estar da civilização" – capítulo 1 p. 5 - 1930).

Freud não se convencia da natureza primária desse sentimento em si mesmo, mas reconhecia que tal posicionamento não lhe conferia o direito de negar sua existência em outras pessoas (Freud, 1930). Essa postura evidencia a cautela do autor diante de fenômenos subjetivos que escapavam aos limites do modelo científico predominante em sua época. Inserido em um contexto histórico marcado pelo rigor do positivismo, pelo determinismo materialista e pela valorização do método experimental especialmente nas áreas da medicina e da biologia na Viena do final do século XIX, Freud tende a interpretar a espiritualidade sob uma perspectiva essencialmente psicológica, evitando atribuir-lhe um estatuto ontológico independente.

Em contraste com essa posição, Carl Gustav Jung (1952) defendia de forma mais explícita a existência de uma dimensão espiritual inerente ao ser humano, compreendendo-a como um componente fundamental da psique, indispensável para a saúde mental e para o desenvolvimento pessoal. Para Jung, a espiritualidade não se limita a construções culturais ou religiosas, mas constitui um fenômeno natural, vinculado ao inconsciente coletivo e à dinâmica dos arquétipos.

Essa perspectiva junguiana, de caráter não teológico, fundamenta-se na ideia de que a

espiritualidade emerge como uma experiência psicológica autêntica e inata, orientada pela busca de sentido, pelo processo de individuação e pela conexão com conteúdos simbólicos universais presentes no inconsciente coletivo (Jung, 1952).

"(...) Ainda que os enunciados da consciência possam não passar de enganos, mentiras e outras arbitrariedades, isto não acontece com os enunciados da alma: em primeiro lugar, eles ultrapassam os limites de nosso pensar comum, pois se referem a realidades que transcendem a consciência. Estes entes são os arquétipos do inconsciente coletivo que produzem os complexos de representações sob a forma de temas mitológicos. Estas representações não são inventadas; são percebidas interiormente (por exemplo, nos sonhos) já como produtos acabados. São fenômenos espontâneos que escapam ao nosso arbítrio e por isso podemos atribuir-lhes uma certa autonomia. Pela mesma razão, devemos considerá-los não só como objetos em si, mas como sujeitos dotados de leis próprias. Podemos, naturalmente, descrevê-los e até certo ponto interpretá-los como objetos, sob o ponto de vista da consciência, tal como se pode descrever e interpretar uma pessoa viva (...)"

(Gustav G. Jung, "Resposta a jó" Ao leitor benévolo p. 16 – 1952)

Enquanto Freud e Jung divergiam profundamente em relação à espiritualidade e à religião divergência que, inclusive, contribuiu para o rompimento entre ambos e para a consolidação de campos distintos, como a Psicanálise e a Psicologia Analítica, avanços científicos começavam a emergir em outra direção. Nesse contexto, o psiquiatra Hans Berger realizou, na década de 1920, os primeiros experimentos bem-sucedidos com o eletroencefalograma (EEG) humano, na cidade de Jena, na Alemanha (Nicoletis, 2015).

Os estudos de Berger, publicados oficialmente em 1929, representaram um marco na investigação da atividade cerebral, possibilitando a observação de estados mentais até então inacessíveis. Esses avanços abriram caminho para a compreensão de experiências subjetivas profundas, incluindo aquelas posteriormente associadas a estados considerados "espirituais". Nesse

sentido, aquilo que Freud interpretava como um resquício do narcisismo infantil e que Jung

compreendia como manifestação arquetípica passou, progressivamente, a ser investigado também sob a perspectiva neurofisiológica.

Décadas depois, os registros eletroencefalográficos passaram a ser utilizados em pesquisas que buscavam identificar uma base biológica para a espiritualidade. Um exemplo relevante é o experimento conhecido como "God Helmet", conduzido pelo neurocientista Michael Persinger, na década de 1980. O objetivo era compreender fenômenos subjetivos por meio da estimulação dos lobos temporais, utilizando campos eletromagnéticos controlados. Os resultados indicaram que uma parcela significativa dos participantes relatou experiências de natureza espiritual, como sensações de transcendência e presença de algo além do corpo físico (Nicoletis, 2015).

Esses achados sugerem a existência de um possível correlato neurofisiológico para experiências espirituais, indicando que a espiritualidade pode estar associada a padrões específicos de funcionamento cerebral. Tal perspectiva não reduz o fenômeno espiritual à atividade biológica, mas amplia sua compreensão ao integrar dimensões subjetivas e corporais da experiência humana.

Nesse mesmo campo de investigação, Lombard (2018), neurologista comportamental, destaca a importância dos estudos com EEG e outras técnicas de neuroimagem para compreender os mecanismos neurais que possibilitam ao ser humano transcender a experiência imediata e estabelecer conexões com o todo. Segundo o autor, estruturas cerebrais como os neurônios-espelho desempenham um papel fundamental nesse processo, ao possibilitar a empatia, a identificação com o outro e a construção de significados que ultrapassam a individualidade.

"Evidências de diversos estudos clínicos e de neuroimagem de lobos cerebrais realizados durante estados de sentimento revelam aumento de atividade associada a empatia e percepção do outro. Se fôssemos meramente biológicos, não teríamos desenvolvido empatia pelos outros. Não teríamos razões evolutivas para "preencher vazios" e inferir a existência de algo maior (...) A capacidade de empatia envolve crença, a crença de que a vida em seu todo, desde o ser mais ínfimo

até o mais elevado, tem propósito e significado (...) Podemos mostrar esse "reflexo da fé" ainda mais claramente através do estudo da ação dos neurônios-espelho, uma descoberta de maior importância nas pesquisas neurocientíficas..."

(Jay Lombard, The mind of God. Capítulo II. p.. 62, 2018)

Foi o neurocientista italiano Giacomo Rizzolatti e seus colaboradores, da Universidade de Parma, foram os primeiros a identificar os chamados neurônios-espelho, uma descoberta que contribuiu significativamente para a compreensão de como a mente humana é capaz de interpretar as ações e intenções de outras pessoas, bem como desenvolver empatia.

Essas células especializadas do cérebro ativam-se tanto quando um indivíduo executa uma ação quanto quando observa outra pessoa realizando a mesma ação, seguindo padrões de ativação semelhantes. Tal mecanismo permite que o cérebro não apenas reproduza internamente o que é percebido, mas também atribua significado às experiências observadas, favorecendo a compreensão do outro e a construção de vínculos sociais.

Nesse sentido, o cérebro não apenas espelha o mundo externo, mas também reflete aspectos profundos da própria natureza humana, evidenciando a interconexão entre percepção, emoção e cognição. Lombard (2018), ao discutir essa dinâmica em sua obra The Mind of God, destaca que esses processos neurais estão relacionados à capacidade humana de transcender a experiência imediata e estabelecer conexões que vão além da individualidade, aproximando-se de experiências frequentemente descritas como espirituais. Lombard, ainda em "A mente de Deus" afirma:

"Os neurônios-espelho possibilitam a encarnação da mente, a experiência imaterial a partir de dentro. É mediante a ativação destes neurônios que o cérebro é capaz de fazer a peregrinação mental do objeto ao subjetivo, do condicional ao incondicional. Eles são o modo encontrado pela natureza para dar a cada pessoa a capacidade de tirar 'selfies metafísicas'".

A psicologia, por meio das contribuições de Howard Gardner, psicólogo cognitivo e educacional norte-americano, trouxe uma perspectiva relevante sobre a capacidade humana de transcender a experiência imediata ao desenvolver a teoria das inteligências múltiplas. Nessa proposta, Gardner (1999) apresenta a chamada inteligência existencial, relacionada à habilidade do indivíduo de refletir sobre questões fundamentais da existência, como o sentido da vida, a morte, os valores e as crenças. Embora tenha demonstrado cautela ao não classificar a espiritualidade como uma inteligência independente devido à dificuldade de submetê-la a critérios científicos rigorosos e mensuráveis, o autor reconhece sua importância ao incorporá-la no campo da inteligência existencial.

Dessa forma, o chamado "sentimento oceânico", anteriormente discutido por Freud e ampliado por Jung, assim como as evidências neurocientíficas relacionadas à experiência espiritual, passam a ser compreendidos, no âmbito da psicologia, como manifestações de uma capacidade cognitiva mais ampla. Trata-se de uma forma de inteligência que permite ao indivíduo situar-se em relação ao cosmos e elaborar reflexões profundas sobre sua própria existência, integrando aspectos emocionais, simbólicos e racionais.

O conjunto dessas contribuições, provenientes de diferentes áreas do conhecimento, indica que a espiritualidade, ainda que não consensual no meio científico, exerce um papel significativo na vida humana, especialmente no que diz respeito à construção de sentido, ao enfrentamento de adversidades e ao suporte emocional. Nesse contexto, a Organização Mundial da Saúde reconheceu, em 1988, a importância da dimensão espiritual ao incorporá-la ao conceito ampliado de saúde, que passou a considerar, além dos aspectos físicos, mentais e sociais, também o sentido de vida e as crenças pessoais como elementos relevantes para o bem-estar.

Esse reconhecimento reforça a compreensão do ser humano como um ente biopsicossocial e espiritual, evidenciando que a espiritualidade não se restringe a práticas religiosas, mas constitui

uma dimensão fundamental da experiência humana. Nesse sentido, a inclusão da espiritualidade no conceito de saúde representa um avanço significativo na tentativa de compreender o indivíduo de forma integral.

Posteriormente, autores como Zohar e Marshall (2000) contribuíram para consolidar a ideia de espiritualidade como uma forma de inteligência, ao introduzirem o conceito de quociente espiritual (SQ). Segundo esses autores, a espiritualidade permite ao indivíduo atribuir significado às suas ações e decisões, orientando sua vida a partir de valores mais amplos e de uma compreensão mais profunda da realidade.

Em seu livro "Inteligência espiritual" ela afirma que o "sentimento oceânico" - ao qual se referia Rolland a Freud – é uma capacidade cognitiva intrínseca dos indivíduos para abordar e solucionar problemas de sentido e de valor:

"(...) A espiritualidade é uma inteligência com a qual podemos inserir nossos atos e nossa vida em um contexto mais amplo, mais rico, mais gerador de significado; a inteligência com a qual podemos avaliar que um curso de ação ou caminho na vida faz mais sentido do que outro... É a nossa inteligência final (...)"

(Danah Zoahar, "Inteligência Espiritual" p. 18. 2000)

Ainda segundo Zohar e Marshall (2000), há um volume significativo de evidências científicas que sustentam o conceito de quociente espiritual (SQ), provenientes de estudos nas áreas da neurologia, psicologia, antropologia e linguística. Essas pesquisas contribuem para consolidar a compreensão da espiritualidade como uma forma de inteligência. Nesse contexto, os autores destacam os trabalhos do neurologista austríaco Wolf Singer, na década de 1990, que identificou uma forma específica de organização neural baseada na integração de informações, frequentemente associada ao processo de unificação da experiência consciente.

Esse processo, descrito como uma espécie de "aglutinação" funcional, refere-se à capacidade

do cérebro de integrar diferentes estímulos e experiências, produzindo um modelo coerente de realidade. Em termos neurológicos, o cérebro organiza e sintetiza informações provenientes das vivências humanas, construindo uma espécie de "lente interpretativa" por meio da qual o indivíduo percebe o mundo. Nesse sentido, a inteligência espiritual pode ser compreendida como resultado dessa integração entre razão e emoção, originando um tipo de pensamento unitivo, que articula diferentes dimensões da experiência humana (Zohar & Marshall, 2000).

A capacidade de sintetizar eventos da vida, emoções, adversidades e realidades aparentemente contraditórias revela uma forma de inteligência que ultrapassa os limites da racionalidade e da emocionalidade isoladas. Trata-se de uma habilidade que permite ao indivíduo transcender situações imediatas, reinterpretar experiências e atribuir significados mais amplos à existência. Segundo Zohar e Marshall (2000), indivíduos com elevado quociente espiritual tendem a apresentar características como flexibilidade cognitiva, alto grau de autopercepção, capacidade de lidar com o sofrimento, sensibilidade ética, habilidade de perceber conexões entre diferentes fenômenos e disposição para agir de forma altruísta.

Diante desses marcos psicanalíticos, psicológicos, sociais e neurológicos, é possível compreender a espiritualidade como uma forma de cognição dotada de mecanismos específicos e manifestações comportamentais próprias. A espiritualidade configura-se, assim, como um arcabouço complexo da mente humana, que transcende explicações reducionistas. Ela envolve, simultaneamente, elementos descritos por Freud como extensões do narcisismo, aspectos simbólicos vinculados ao inconsciente coletivo, conforme proposto por Jung, e padrões de funcionamento cerebral identificados por meio de estudos neurocientíficos.

Espiritualidade como ressonância: visão sistêmica da vida

A compreensão da espiritualidade como acordos psíquicos e cognição levanta questionamentos fundamentais: quando um indivíduo perde a memória, a capacidade cognitiva ou se encontra em estado vegetativo, estaria também privado de sua dimensão espiritual? Da mesma

forma, indivíduos com déficits cognitivos ou transtornos mentais, que comprometem a organização e a elaboração das experiências, deixam de possuir espiritualidade? Tais indagações indicam que a espiritualidade não pode ser reduzida exclusivamente a um funcionamento cognitivo ou a um estado cerebral específico.

Mesmo em situações de comprometimento da consciência, o ser humano continua sendo portador de uma dimensão que ultrapassa a cognição funcional. Nesse sentido, a espiritualidade pode ser compreendida também como uma forma de ressonância entre organismos vivos, independentemente da plena atividade consciente. Essa perspectiva amplia o conceito de espiritualidade, deslocando-o de uma abordagem estritamente cognitiva para uma compreensão mais abrangente, que inclui dimensões relacionais e existenciais.

Para aprofundar essa compreensão, torna-se relevante revisitar o próprio significado da palavra "espírito". O termo latino spiritus, assim como o grego psyché, remete à ideia de "sopro" ou "alento vital", indicando que, em sua origem, o conceito está associado à própria vida. Segundo Capra (2014), essa noção revela que o espírito entendido como o sopro da vida é um elemento comum a todos os seres vivos, constituindo a base de sua existência e interconexão.

É possível uma experiência espiritual em um corpo humano sem suas faculdades cognitivas. Assim afirma Capra:

"... A experiência espiritual – a experiência indireta, não intelectual da realidade - é conhecida como uma experiência mística porque é um encontro com o mistério. É a experiência de um profundo sentido de conexão, de pertencer ao cosmos como um todo, que é incapaz de ser adequadamente expressa em palavras ou conceitos(...) Aqui há uma interconexão fundamental de todos os fenômenos que estão além dos limites de teorias, conjecturas e dogmas religiosos..."

(Capra, "A visão sistêmica da vida" p.. 345. 2014)

Albert Einstein, ao refletir sobre a relação entre ciência e experiência humana, expressou, em

diversas ocasiões, sua admiração por aquilo que denominava "sentimento do mistério". Para o autor, essa experiência não está necessariamente vinculada a construções intelectuais ou concepções prévias, mas constitui uma dimensão fundamental da existência. Conforme afirma, "a coisa mais bela que podemos experimentar é o mistério. É a emoção fundamental que está na origem da verdadeira arte e da verdadeira ciência" (Einstein, 1949, p. 5). Tal perspectiva evidencia que, mesmo no campo científico, há o reconhecimento de uma dimensão da experiência humana que ultrapassa os limites da racionalidade estrita.

Nessa direção, quando o ser humano se encontra em situações de extrema vulnerabilidade física ou psicológica, observa-se, frequentemente, uma intensificação da percepção de conexão com algo que transcende sua experiência imediata. Mesmo na ausência de processos cognitivos plenamente estruturados, o indivíduo pode vivenciar estados que sugerem uma forma de relação com o desconhecido, com o não mensurável e com aquilo que escapa à quantificação objetiva. A espiritualidade, nesse contexto, manifesta-se como uma experiência de contato com o mistério, não necessariamente elaborada racionalmente, mas ainda assim significativa.

Sob essa perspectiva, a espiritualidade pode ser compreendida como uma dimensão que não depende exclusivamente da cognição formal. Ainda que as funções mentais estejam comprometidas, o corpo humano permanece como um sistema portador de memória, história e significado, inserido em uma rede mais ampla de relações. Assim, a experiência espiritual pode ser entendida como uma forma de ressonância que ultrapassa os limites da consciência racional, mantendo-se presente mesmo quando não pode ser plenamente expressa ou organizada em termos cognitivos.

Também Hellinger (2006) em sua obra "No centro sentimos leveza" reconhece esse "algo maior" como uma última instância espiritual à qual todas as consciências estão submetidas:

"A alma, nós a experimentamos, ora como algo que nos pertence ora como uma força que nos dirige de fora (...) E também a experimentamos, superando, em muito, os limites corpóreos como

uma "Grande Alma" desvinculada do espaço e do tempo, uma força que nos toma a seu serviço para algo maior".

(Hellinger, No centro sentimos leveza. p.. 13. 2006)

O conceito de espiritualidade como ressonância é melhor entendido nas teorias de Gerald Epstein (1998) - psiquiatra estadunidense que fazia uso de imagens mentais para cura física e emocional. Em sua obra "Curar para a imortalidade" ele refere-se a gnose como caminho espiritual holístico de cura contrapondo a diagnose como um caminho limitado que cerceia as totalidades da alma humana:

"Saber que uma parte contém o todo possui um bocado de aplicação prática. Podemos usar isso em nossa medicina da mente para fornecer uma gnose em vez de uma diagnose. Diagnosticar significa 'analisar, partir e abrir', e então formar um quadro completo concluindo o que significam os elementos. A gnose leva uma forma de conhecimento mais elevada; significa investigar preocupações vitais através de métodos que tenham um componente espiritual. Ela envolve um processo intuitivo que nos permite ver o quadro todo, inclusive as correspondências e os reflexos em um único instante (...) A intuição nos fornece um quadro holográfico e uma linguagem de forma e totalidade que revela uma riqueza de informações ocultas. E cada experiência, não importa se acontece no mundo externo da realidade do dia-a-dia ou no mundo interno da consciência subjetiva é holográfica refletindo as suas verdades nas imagens que desfilam perante nossos sentidos (...) Quando aprendemos a pensar desta forma, nossas cargas ficam mais leves e nos sentimos menos dependentes da autoridade externa que apenas diagnostica e não se expõe ao todo."

(Epstein, Curar para a imortalidade. p.. 58. 1998).

A capacidade de captar as "totalidades" do sujeito e suas conexões intersubjetivas caracteriza, de forma marcante, uma ação espiritualizada no sentido mais amplo do termo "espírito", entendido como unidade com o todo. Nessa perspectiva, evidencia-se uma profunda interconexão e interdependência na teia da vida, na qual informações sutis e complexas contribuem para a

formação das experiências, dos comportamentos e das relações humanas. A espiritualidade, compreendida como ressonância entre organismos vivos, especialmente entre seres humanos, favorece a construção de um estado de estabilidade diante das adversidades, uma vez que possibilita a percepção de dinâmicas não evidentes, que exigem abertura e assentimento por parte do sujeito.

Carl Rogers (2009), em sua obra Tornar-se pessoa, descreve esse movimento de expansão interior como um "caminho interno", no qual o indivíduo busca conexão com dimensões mais profundas da existência, referidas como a "fonte do ser" ou o "ponto de silêncio". Nesse processo, aquilo que é mais pessoal tende a tornar-se também mais universal, na medida em que as diferenças superficiais dão lugar a uma experiência mais integrada do ser. De modo semelhante, Nouwen (2020) afirma que, nesse percurso interior, as camadas psicológicas mais externas se dissolvem, permitindo que o indivíduo acesse um centro existencial a partir do qual se torna possível estabelecer conexões significativas com os outros e com a totalidade da vida.

Esse modo de transcendência, baseado na ressonância, conduz a uma experiência que ultrapassa a apatia e alcança dimensões mais profundas da existência. Ele possibilita ao indivíduo desenvolver um senso ampliado de pertencimento, no qual sua trajetória não se limita a uma narrativa linear de início e fim, mas se insere em uma totalidade maior. Nesse contexto, a espiritualidade contribui para romper ciclos de sofrimento associados a padrões repetitivos de pensamento e comportamento, permitindo novas formas de compreensão da realidade.

Nesse estado de integração espiritual, a dinâmica psicológica do indivíduo tende a se reorganizar. A motivação deixa de ser orientada por carências e passa a ser sustentada por uma percepção de plenitude e abundância. Conforme destaca Naranjo (2012), a perda dessa consciência integradora leva o sujeito a fixar-se em desejos deficitários, gerando estados de avidez, aversão e inconsciência. Por outro lado, a recuperação dessa integração possibilita uma experiência mais equilibrada, na qual o indivíduo vivencia uma satisfação mais profunda e duradoura.

A espiritualidade como ressonância, portanto, manifesta-se como uma força que impulsiona

o ser humano a conectar-se com algo que transcende sua individualidade, atribuindo sentido, valor e significado à existência. Ainda que não haja clareza sobre a origem ou o destino final da vida, essa dimensão espiritual permite ao indivíduo viver de forma mais consciente o momento presente.

Trata-se de uma experiência que valoriza o "aqui e agora", reconhecendo que, mesmo diante do mistério da existência, é possível estabelecer relações significativas com a realidade e com os outros.

Conclusão

A análise desenvolvida ao longo deste estudo permitiu compreender a espiritualidade como um fenômeno complexo e multifacetado, que pode ser abordado para além das perspectivas teológicas tradicionais. Ao articular contribuições da psicanálise, da neurociência, da psicologia e das abordagens sistêmicas, evidenciou-se que a espiritualidade pode ser compreendida tanto como uma forma de cognição quanto como uma experiência de ressonância. Essa dupla dimensão amplia significativamente o campo de investigação, permitindo uma compreensão mais integrada do ser humano.

No âmbito da cognição, observou-se que a espiritualidade está relacionada à capacidade de atribuir sentido à existência, integrar experiências e transcender situações imediatas. As contribuições de Freud, Jung, Gardner e das pesquisas neurocientíficas indicam que há mecanismos psíquicos e neurofisiológicos envolvidos na experiência espiritual, ainda que não haja consenso absoluto sobre sua natureza. Nesse sentido, a espiritualidade pode ser entendida como uma forma de inteligência que articula razão, emoção e significado, contribuindo para o equilíbrio psicológico e para a construção de uma identidade mais integrada.

Entretanto, a investigação também demonstrou que a espiritualidade não pode ser reduzida exclusivamente a processos cognitivos ou a estados cerebrais específicos. A partir da perspectiva da ressonância, compreende-se que a espiritualidade permanece presente mesmo em situações de comprometimento da consciência ou da cognição. Essa abordagem amplia o conceito de

espiritualidade ao reconhecê-la como uma dimensão relacional e existencial, vinculada à própria condição de estar vivo e de participar da teia de interconexões que caracteriza a vida.

Além disso, a compreensão da espiritualidade como ressonância evidencia seu papel na promoção do bem-estar, da estabilidade emocional e da construção de sentido diante das adversidades. Ao favorecer a percepção de pertencimento a uma totalidade maior, a espiritualidade contribui para a superação de padrões limitantes e para o desenvolvimento de uma postura mais aberta, empática e integrada. Tal perspectiva reforça a importância de considerar a espiritualidade como parte constitutiva da experiência humana, especialmente em contextos que demandam cuidado integral.

Por fim, conclui-se que a espiritualidade, compreendida simultaneamente como cognição e ressonância, constitui uma dimensão essencial do ser humano, capaz de integrar diferentes níveis da experiência, biológico, psicológico, social e existencial. Reconhecer essa complexidade não apenas amplia o campo científico de investigação, mas também contribui para uma visão mais humanizada do indivíduo, na qual o sentido da vida, a conexão e a transcendência ocupam um lugar central na compreensão da existência.

Referências

- Blank, R. (2000). Escatologia da pessoa. Paulus.
- Capra, F., & Luisi, P. L. (2014). A visão sistêmica da vida. Cultrix.
- Einstein, A. (1949). The world as I see it. Philosophical Library.
- Epstein, G. (1998). Curar para a imortalidade. Editorial Psy.
- Freud, S. (2010). O mal-estar na civilização. Companhia das Letras. (Obra original publicada em 1930).
- Gardner, H. (1995). Inteligências múltiplas: A teoria na prática (M. A. V. Veronese, Trad.). Artmed.
- Hellinger, B. (2006). No centro sentimos leveza (2.ª ed.). Cultrix.

Jung, C. G. (2013). Resposta a Jó. Vozes. (Obra original publicada em 1952).

Lombard, J. (2018). A mente de Deus. Cultrix.

Naranjo, C. (2012). Caráter e neurose. Granica.

Nicolelis, M., & Cicurel, R. (2015). O cérebro relativístico. Kios Press.

Nouwen, H. J. M. (2020). O curador ferido. Vozes.

Oliveira, L. (2025). Voar sem sair do chão (2.ª ed.). Grupo Alma Excelência Humana.

Rogers, C. R. (2009). Tornar-se pessoa. Martins Fontes.

Sheldrake, R. (2013). Uma nova ciência da vida. Cultrix.

Zohar, D., & Marshall, I. (2018). Inteligência espiritual (5.ª ed.). Viva Livros.