cultura.df@dabr.com.br
3214-1178/3214-1179
Editor: José Carlos Vieira
josecarlos.df@dabr.com.br

Correio Braziliense
Brasília, segunda-feira, 23 de novembro de 2026

Entrevista//Lúcia Helena Galvão

A espiritualidade furando a bolha do algoritmo

» JOSÉ CARLOS VIEIRA

EM ENTREVISTA AO **CORREIO**, A FILÓSOFA LÚCIA HELENA GALVÃO FALA SOBRE COMO A TRADIÇÃO ESPIRITUALISTA PODE REHUMANIZAR E CONFERIR SENTIDO À VIDA EM UM MUNDO DOMINADO PELAS MÁQUINAS

Lúcia Helena Galvão é uma estudiosa da filosofia com radares sensíveis para ouvir a poesia e para dialogar com a arte. Ela não tem uma formação convencional na universidade. Estudou filosofia clássica na Nova Acrópole e se tornou uma professora e palestrante muito requisitada. As suas palestras on-line alcançaram 144 milhões de visualizações. Todavia, o que está em jogo não é somente o número; é a relevância do que ela fala. Essa relevância ficou evidente durante o confinamento da pandemia da covid-19, um tempo dramático de incertezas, mas também de contemplação e de reflexão. As lives que ela fez ajudaram muitos a extrair um sentido em meio a eventos angustiantes e ao limiar da morte. Nesta entrevista ao **Correio**, ela convida a uma reflexão de como a espiritualidade pode nos reconectar com o essencial em um mundo marcado pela fragmentação da experiência, a velocidade, a preguiça de pensar e as máquinas de produção da mentira e manipulação do desejo.



A felicidade humana é algo que somente nós podemos entregar: só nós podemos abdicar dela quando traímos a nós mesmos. Somos uma ponte, e o mundo tem um pouco mais de bondade e justiça ao passar através de mim"

Como a espiritualidade pode furar as bolhas do algoritmo?

A espiritualidade pode furar as bolhas do algoritmo exatamente porque nos convida a fazer algo que o algoritmo não quer: sair do círculo restrito das nossas próprias certezas.

Essa é uma questão muito interessante, porque existe uma contradição nos dias de hoje: nunca tivemos tanto acesso à informação e, ao mesmo tempo, temos muita dificuldade para encontrar aquilo que realmente nos transforma, que é válido, que faz diferença nas nossas vidas. O algoritmo vai sempre nos oferecer mais daquilo de que gostamos, daquilo que já sabemos, daquilo em que acreditamos, mais daquilo que confirma a nossa opinião. Ele aprende os nossos desejos, reconhece as nossas preferências e constrói um ambiente confortável, no qual normalmente nunca somos confrontados com nada diferente, nada novo.

E quais caminhos propõe a espiritualidade?

Já a espiritualidade gera em nós uma série de desafios. O algoritmo alimenta a nossa personalidade e as nossas preferências pessoais; a espiritualidade sempre as questiona. Ela nos convida a conviver com o diferente, porque o diferente é exatamente aquilo que nos faz crescer e a fraternidade começa justamente no ponto onde termina a necessidade de sermos todos iguaizinhos.

A espiritualidade recupera em nós a capacidade de contemplar a vida e de aprender com ela, enquanto o algoritmo reforça aquilo que achamos que conhecemos, que sabemos. A espiritualidade substitui cada vez mais o julgamento pela compreensão, pela empatia, pela capacidade de entender o próximo.

E, sobretudo, a espiritualidade nos reconecta com aquilo que é universal. Ela nos liberta do egoísmo, nos liberta da prisão daquilo que diz respeito apenas a nós mesmos.

A senhora fez um comentário sobre jovens que dizem ter preguiça de pensar. Isso não é grave?

Segundo a visão da ciência, nós somos *Homo sapiens sapiens*, ou seja, temos a capacidade de pensar, sobretudo de pensar usando a mente como um espelho voltado para cima, para questões e valores universais. É exatamente isso que nos humaniza. Existe uma fronteira entre o pensamento humano e a capacidade de cognição, ainda muito primitiva, do animal, que é voltada para aquilo que interessa aos seus instintos. Já o pensamento humano pode se voltar para questões universais, como a justiça, a fraternidade e a bondade. Essa é realmente a fronteira que nos humaniza.

O que significa ter preguiça de pensar?

Ter preguiça de pensar significa ter preguiça de construir a própria identidade, repetir o coletivo, ou seja, não realizar a nossa função no mundo, não dizer ao mundo a que viemos — o que é algo bastante grave. Vamos repetir os mesmos erros e as mesmas alienações indefinidamente.

E, com certeza, não é isso que esperamos dos nossos jovens. O jovem é sempre uma esperança de renovação, de aperfeiçoamento.

Há um pensamento entre partidos de esquerda que defende a religiosidade como parte integrante do movimento social. A própria China vem mudando o olhar para o budismo e outras religiões. Esse pensamento procede?

A aproximação entre religiosidade e movimentos sociais parte de uma compreensão importante: não é possível transformar profundamente uma sociedade sem considerar também como fundamental a transformação da consciência humana.

Historicamente, alguns setores políticos mantiveram certa desconfiança em relação à religião, por acharem que ela, muitas vezes, foi utilizada para justificar desigualdades e conservar estruturas de poder rígidas. No entanto, vemos, por exemplo, que o budismo, que foi citado, oferece princípios que dialogam com uma transformação social positiva, como a compaixão, o combate à violência, a interdependência entre os seres humanos, o desapego e a responsabilidade pelo sofrimento alheio.

A China está apresentando esse fenômeno de o Estado passar a conhecer e valorizar determinadas tradições, sobretudo o budismo. Mas é preciso perceber que isso não representa necessariamente maior liberdade espiritual, pois a China continua exercendo um controle muito forte sobre o religioso. A religião não pode estar subordinada a um interesse de Estado; ela precisa ter certa liberdade para exercer aquilo que lhe é próprio.

Qual é o limite de transformação da política?

O ponto que considero mais importante é que a política pode transformar estruturas, criar direitos e até combater desigualdades, mas não consegue, sozinha, formar consciências verdadeiramente humanas. Uma sociedade pode ser economicamente mais justa e continuar muito egoísta, competitiva e indiferente ao outro ser humano. Nisso, só a espiritualidade pode oferecer uma contribuição importante aos movimentos sociais, desde que não sirva de instrumento para partidos ou para governos.

Precisamos de duas revoluções simultâneas para mudar o mundo: uma na estrutura da sociedade e outra na consciência do indivíduo. Não basta mudar quem ocupa o poder; é preciso transformar a maneira como o ser humano compreende e exerce o poder. Ou seja, é preciso que o ser humano englobe cada vez mais os valores universais que são próprios da espiritualidade, como fraternidade, bondade e integridade, enfim, tudo aquilo que realmente nos humaniza e é capaz de transformar o mundo. A religião legítima, não subordinada a nada, pode promover esse tipo de transformação. Há transformações que só a espiritualidade pode promover, e considero a compreensão disso altamente positiva.

Por que a busca pela sabedoria não é prioridade do homem moderno?

A busca pela sabedoria não é prioridade para o homem moderno porque vivemos num mundo tremendamente materialista, em que o sucesso, o êxito, vêm de possuir coisas, possuir status, e não de possuir a si próprio. A sabedoria é própria do ser humano que coloca como prioridade crescer, tornar-se melhor do que é hoje, humanizar-se. Ele considera que o crescimento de si próprio é a função fundamental da humanidade, que a construção de si mesmo como ser humano é a principal conquista capaz de mudar o mundo e isso faz com que a sabedoria se torne prioritária, fundamental. Já para o materialista, que simplesmente quer transformar coisas, construir coisas e projetar-se acima delas, a sabedoria é algo dispensável. Para ele, o fundamental é o conhecimento técnico de como operar a natureza para utilizá-la e manejá-la, muitas vezes de maneira egoísta e predatória. Uma mudança de mentalidade faz com que o ser humano descubra que a principal transformação que ele veio operar no mundo é a transformação de si próprio num ser humano pleno e verdadeiro.

A solidão é uma doença social grave?

Sim, a solidão é uma doença social grave. Percebemos que existe um envelhecimento do mundo: hoje já se sabe que a população idosa está prestes a superar a de crianças e, em determinados países, a solidão tem gerado cada vez mais isolamento. É uma questão delicada, que precisa ser resolvida.

Mas considero que existe uma dimensão mais ampla da solidão, que é estar desacompanhado de si mesmo, esse vazio interior que gera angústia e tantas doenças que têm proliferado no mundo atual, como depressão, ansiedade e outras. O ser humano que não tem vida interior, reflexão nem ideais tem cada vez mais medo do confronto com a própria consciência — o confronto, como se diz popularmente, com o próprio travesseiro —, medo de constatar que a sua vida não segue aquilo que os seus sonhos pediam dele. Por isso, foge cada vez mais de estar consigo mesmo, o que não é necessariamente negativo: pode representar um bom momento de avaliação da própria vida. Encontrar uma trajetória com mais vida interior, mais reflexão e mais propósito pode, com certeza, ser um bom antídoto para uma parte dessa solidão.

Por que o ódio se transformou numa ferramenta política? O diálogo saiu de moda? A coragem de conviver com o diferente acabou?

O ódio se transformou numa ferramenta muito comum para todos aqueles que se sentem donos da verdade: uma maneira de arregimentar seguidores para a sua verdade é demonizar o outro.

No entanto, para a filosofia, existem duas premissas importantíssimas para o ser humano. Em primeiro lugar, entender que viemos ao mundo para crescer como seres humanos. Em segundo, saber que não somos donos de verdade nenhuma. Isso nos faz ter uma postura de curiosidade diante do diferente: provavelmente o outro está vendo algo que eu não estou vendo. Isso me coloca numa postura de humildade e de interesse legítimo em saber em que se fundamenta o pensamento do outro. Se somos capazes de trocar impressões com humildade e ânimo de aprendizado, certamente sairemos os dois maiores dessa relação. É uma dialética — tese, antítese, síntese — em que todos crescemos.

Qual é o perigo de achar-se o dono da verdade?

Achar-se dono da verdade nos leva àquilo que chamamos de briga de touros, que se batem de testa até tombarem. É preciso, com certeza, uma coragem muito grande para dominarmos os nossos impulsos egoístas, orgulhosos e prepotentes de achar que a verdade cabe na nossa pequena concepção de mundo, e para nos abrirmos a ver o mundo como ele é, e não como um espelho das nossas próprias impressões.

Existe uma fábula indiana que fala dos quatro cegos e do elefante. Um deles pega o rabo do elefante, outro pega a pata, outro a barriga e outro a orelha, e ficam brigando entre si pela sua definição de elefante. Se fossem capazes de trocar impressões, teriam uma visão muito mais completa do que é o elefante. Assim também os seres humanos teriam uma concepção muito mais completa do que é a vida, do que é a realidade, e uma capacidade muito maior de crescimento.

Há uma procura, atualmente, pelo pensamento e pelas religiões do Oriente, como o budismo, o hinduísmo e o taoísmo. O que essas filosofias têm a oferecer para o século 21?

Considero que a busca por essas religiões orientais como oferta de respostas obedece ao mesmo ecletismo e ao mesmo espírito de fraternidade que deve reinar entre os seres humanos. É evidente que todas as correntes milenares têm muito a oferecer. O budismo, por exemplo, nos oferece uma possibilidade de controle sobre a nossa própria mente, de educação emocional, de atenção plena, de desapego e mesmo a ideia da compaixão, que é muito interessante e da qual não poderíamos prescindir. No hinduísmo, considero muito útil para os nossos dias a ideia do Dharma, ou seja, de uma lei universal que nos leva de volta à unidade; do karma, que é a ação e reação projetada sobre as ações da nossa vida; e de uma necessidade de autoconhecimento cada vez maior. Em relação ao taoísmo, podemos falar da simplicidade, da flexibilidade, da harmonia com a natureza, do agir sem força, encontrando a ação adequada a cada momento — princípios que, no nosso momento histórico, seriam extremamente úteis. Então, se aplicarmos entre as tradições o mesmo ecletismo que praticamos entre as pessoas, as ideias e os pensamentos, considero que poderíamos enriquecer muito a nossa visão de mundo. Sempre partindo da ideia de que nenhum de nós é dono de uma verdade inteira, e de que podemos somar e aprender com todas as tradições que buscaram a verdade ao longo da história do homem.

Por que há dificuldade de se viver o presente, o agora? Sempre estamos no passado ou no futuro. É outro mal do mundo contemporâneo?

Nós tendemos a não estar presentes no agora. Em primeiro lugar, há uma razão bastante óbvia: considero que o nosso momento histórico é o mais disperso que já houve na história.

O homem, em geral um pouco insatisfeito com a sua maneira de viver, com os sonhos que não se realizaram, com uma vida que às vezes lhe parece monótona, tediosa, limitada à sobrevivência, tende a fugir para a fantasia. Ou para a nostalgia em relação ao passado, como se ele tivesse sido perfeito ou melhor — quando, na verdade, nunca tivemos nenhum tempo perfeito. Ou ainda para uma ansiedade em direção ao futuro, que pode se tornar inclusive doentia. Assim, esvaziamos o presente. Nunca estamos inteiros no presente — corpo, mente e alma aqui e agora. E a vida é inteiramente pedagógica: quando estamos ausentes, deixamos de aprender lições preciosas que ela tem a nos dar naquele momento.

O que é felicidade? Por que o sofrimento é tão marcante em nossas vidas? Seria culpa do ego?

Considero que há um grande equívoco nos dias atuais: confunde-se felicidade com alegria e, muitas vezes, até com prazer. Vejo a felicidade como o pano de fundo de um palco, o cortinado do fundo, que depende de uma única coisa: estarmos quites conosco mesmos, de bem com a nossa consciência. É esse estado, essa paz de espírito de quem considera que tem vivido de forma humana, ou seja, com valores, com virtudes, honrando a sua existência no mundo e comportando-se como a natureza espera que um ser humano se comporte. Se não traímos a nós mesmos, essa felicidade é uma presença constante. Por esse palco podem passar momentos de tristeza e momentos de alegria, e ambos vêm e passam sem que a felicidade seja necessariamente atingida.

Mesmo as experiências tristes podem ser amenizadas por esse estado de consciência?

Até as tristezas mais profundas, como o luto, ficam mais fáceis de lidar quando não comprometemos a nossa felicidade essencial, que é paz de espírito, dignidade e respeito por nós mesmos. Recentemente li um artigo de um paliativista americano que dizia que grande parte da dor do luto vem do sentimento de culpa — de não nos sentirmos quites com aquele que parte, de não termos feito aquilo que considerávamos justo. Então, quando somos coerentes conosco mesmos, até a pior das dores, que é o luto, fica mais fácil de enfrentar e de superar.

Como conquistar a felicidade?

A felicidade humana é algo que só nós podemos entregar; só nós podemos abdicar dela, quando traímos a nós mesmos. Há uma frase de que gosto bastante, que diz que a maior felicidade humana é quando os valores universais nos honram ao vir ao mundo através de nós. Somos uma ponte, e o mundo tem um pouco mais de bondade, de justiça, de honestidade, de fraternidade porque esses valores me honraram ao passar por meio de mim para estar no mundo. Esse estado nos traz uma felicidade, uma coincidência conosco mesmos, uma dignidade que nada nem ninguém pode retirar.

Quais ações da Nova Acrópole a senhora destacaria?

Eu gostaria de destacar sobretudo a contribuição da Nova Acrópole para a formação humana. Considero que uma instituição filosófica não pode ser medida apenas pelo conhecimento que transmite, mas também pela sua capacidade de transformar conhecimento em atitudes, em serviço e em benefícios para a sociedade.



Material cedido ao Correio