



UNIVERSIDADE
LUSÓFONA

Rui Pedro Simão Almeida Vieira

Novas formas de espiritualidade no mundo virtual

Dissertação defendida em provas públicas para obtenção do Grau de Mestre no Curso de Mestrado em Ciência das Religiões, conferido pela Universidade Lusófona – Centro Universitário de Lisboa, no dia 21 de março de 2025, perante o júri, com o Despacho de Nomeação n.º 1010/2024, de 29 de outubro, com a seguinte composição:

Presidente: Prof. Doutor Jorge Botelho Moniz

Arguente: Prof. Doutor Steffen Dix

Orientador: Prof. Doutor Daniel Mineiro

Lisboa 2025

www.ulusofona.pt

Índice

<i>Agradecimentos</i>	4
<i>Resumo.....</i>	5
<i>Abstract</i>	6
<i>Introdução</i>	7
<i>Capítulo I: Transformação tecnológica</i>	9
<i>1.1.1 Tecnologia como ferramenta de transformação.....</i>	11
1.1.2 Modelação e Animação 3D.....	12
1.1.3 Desenvolvimento de Ambientes Virtuais	12
1.1.4 Realidade Virtual e Aumentada.....	14
1.1.5 Meditações Guiadas em VR	15
<i>1.2 O Impacto das Comunidades Virtuais no Desenvolvimento Social e Político.....</i>	16
1.2.1 O capital social	16
1.2.2 A comunicação mediada por computador: Benefícios e limitações.....	17
1.2.3 As comunidades virtuais e a democracia	18
<i>1.3 Implicações da maximalidade tecnológica.....</i>	18
1.3.1 Maximalidade Tecnológica na Biomedicina	19
<i>1.3.2 Prometeu e Fausto: dois faróis da modernidade</i>	20
<i>1.4 O imperativo da técnica</i>	23
<i>1.4.1 A Trilogia: técnica, ciência e corpo</i>	24
<i>1.4.2 Acerca de um corpo técnico.....</i>	25
<i>CAPÍTULO II: TECNOLOGIA E COMUNIDADE - Uma ideia de comunidade digital</i>	29
2.1.1 A relevância das comunidades virtuais na promoção do bem-estar mental	32
<i>2.1.2 O papel da Inteligência artificial na construção do grupo de crença.....</i>	33
2.1.3 Personalização e Filtragem de Conteúdo	34
2.1.4 Amplificação de Mensagens.....	35

2.1.5 Criação de Ambientes Virtuais	36
2.2 Análise de Dados e Feedback.....	37
2.2.1 Consequências Éticas e sociais	37
2.2.2 <i>Conceito de Agência Técnica</i>	37
2.2.3 <i>Tecnicidade e Materialidade</i>	39
2.2.4 <i>Materialidade dos objectos técnicos</i>	40
2.2.5 <i>Digitalização e desmaterialização do corpo</i>	42
2.3 <i>Mais Youtube, menos privacidade.</i>	44
2.3.1 <i>Conclusões e Recomendações do estudo</i>	47
2.3.2 <i>As armas comunicacionais</i>	50
2.3.4 <i>Byung-Chul Han: A sociedade da transparência</i>	51
2.4 <i>A identidade como espelho dos outros</i>	54
2.4.1 <i>O imperativo de aderir à comunidade digital</i>	56
2.4.2 <i>Características Principais do Second Life</i>	57
2.4.3 <i>Espiritualidade nas redes sociais</i>	60
2.4.4 <i>Contraste entre Experiências Físicas e Digitais na Prática Espiritual</i>	61
2.4.5 <i>Filosofia da autenticidade Digital na espiritualidade</i>	62
2.5 <i>Sobre uma moralidade perfeita: O Pentecostes tecnológico</i>	63
CAPÍTULO III – Comunidade On-Line	65
3.1.1 Hermínio Martins e a Revolução das Redes	65
Barry Wellman e o Homo Conexus	65
3.1.2 A Economia das Redes	66
3.1.3 A Mediação dos objetos técnicos.....	67
3.1.4 Virtualidade e experiência espiritual	68
3.2 Teoria ator-rede de Latour	71
3.2.1 Exemplos de redes híbridas	72
3.2.3 Consequências da distribuição de agência.....	73
3.2.4 Consequências da mediação tecnológica na espiritualidade:	74
3.3 <i>Proposta de futuro, para este tipo de vivência espiritual - fusão entre tradição e Modernidade</i>	76
<i>Conclusão</i>	80
<i>Bibliografia</i>	82

Agradecimentos

Em primeiro lugar agradeço à minha esposa Laëtítia Vieira e aos meus quatro filhos pela paciência, e pelo constante encorajamento para seguir com esta dissertação. O nosso trabalho é muito exigente, encontrar espaços de tempo para escrever e ler sobre este tema, nesta fase da nossa vida foi particularmente desafiante. Sei que os meus filhos e a minha esposa sentiram a minha falta nestes últimos meses enquanto decidi dissertar sobre este tema e por isso estarão sempre em primeiro lugar neste agradecimento. Gostava também de agradecer o acompanhamento do meu orientador, Professor Doutor Daniel Mineiro, que esteve presente para me ajudar a discernir melhor o caminho que estávamos a percorrer.

Agradeço também à Instituição Universidade Lusófona, Pólo Universitário de Lisboa, por me dar a possibilidade de entregar a minha Dissertação. Por fim, o meu último agradecimento vai para a minha equipa de trabalho; eles deram-me a estabilidade necessária para sair, por vezes, mais cedo e assim conseguir desenvolver a dissertação.

Resumo

Nas últimas décadas, as tecnologias de informação e comunicação têm vindo a transformar profundamente a nossa vida, incluindo a espiritualidade. Esta dissertação examina como estas tecnologias têm possibilitado novas formas de interação e práticas espirituais. Através da mediação tecnológica, práticas, rituais religiosas e meditações têm sido adaptadas para os ambientes virtuais, permitindo assim a participação das pessoas sem a necessidade da sua presença física.

Autores como Hermínio Martins e Maria Teresa Cruz discutem a influência da espacialização e da mediação tecnológica na perceção e cognição humana. As plataformas digitais facilitam a criação de comunidades espirituais globais porque permitem que práticas espirituais transponham as fronteiras geográficas, criando assim experiências simultaneamente locais e globais.

Esta dissertação explora a noção de "ontologia dos possíveis" de Maria Teresa Cruz, onde a realidade é continuamente moldada pela tecnologia. As tecnologias digitais criam múltiplas realidades simultâneas que refletem diferentes necessidades humanas, desde o entretenimento até à espiritualidade.

Ao investigar estas novas formas de espiritualidade no mundo virtual, esta dissertação pretende entender as suas implicações e o seu potencial para transformar a experiência espiritual contemporânea, tentando ao mesmo tempo compreender as novas formas de espiritualidade no mundo virtual.

Palavras-chave:

Espiritualidade, Tecnologia Digital, Sociedade da Informação, Religião Online, Comunidades Virtuais.

Abstract

In recent decades, information and communication technologies have profoundly transformed various aspects of our lives, including spirituality. This dissertation examines how these technologies have enabled new forms of interaction and spiritual practices. Through technological mediation, practices, religious rituals, and meditations have been adapted to virtual environments, thus allowing participation without the need for physical presence.

Authors such as Hermínio Martins and Maria Teresa Cruz discuss the influence of spatialization and technological mediation on human perception and cognition. Digital platforms facilitate the creation of global spiritual communities by enabling spiritual practices to transcend geographical boundaries, thereby creating experiences that are simultaneously local and global.

This dissertation explores Maria Teresa Cruz's notion of the "ontology of possibilities," in which reality is continuously shaped by technology. Digital technologies create multiple simultaneous realities that reflect diverse human needs, ranging from entertainment to spirituality.

By investigating these new forms of spirituality in the virtual world, this dissertation aims to understand their implications and potential to transform contemporary spiritual experiences, while simultaneously seeking to comprehend the emergence of these new expressions of spirituality in the virtual realm.

Keywords:

Spirituality, Digital Technology, Information Society, Online Religion, Virtual Communities.

Introdução

No decorrer das últimas décadas, as tecnologias de informação e comunicação têm vindo a revolucionar diferentes e profundos aspetos da vida humana. Podemos pensar na forma como comunicamos até ao modo como temos acesso e processamos a informação, a tecnologia tem tido impacto real e bastante significativo no nosso quotidiano. A par da revolução da Inteligência artificial, novas formas de interação e prática da espiritualidade digital têm surgido diariamente.

As tecnologias de informação provocaram uma transformação das experiências humanas e este é um tema central na obra de Hermínio Martins, bem como no artigo de Maria Teresa Cruz, "Espaço, media e experiência: Na era do espaço virtual e do tempo real" (Cruz, 2007, pp 23-37.) Estes autores abordam a forma como a espacialização e a mediação tecnológica influenciam a perceção e a cognição humana. A transformação do espaço mediado pela tecnologia digital permite novas formas de interação e práticas espirituais. As plataformas virtuais criam espaços onde os utilizadores podem participar de rituais religiosos, meditações e até outras práticas espirituais sem a necessidade da sua presença física.

"Ao proporcionar um espaço de atualização, o ciberespaço confere viabilidade a experiências que exigiriam, por exemplo, a nossa presença num outro espaço físico, ou a experiências que tão-pouco poderiam ocorrer num espaço real, isto é, experiências que implicam, de diversos modos, a relação com uma ausência." (Cruz, 2007, p. 34.)

Além de rituais religiosos e diferentes tipos de meditação, estas plataformas também facilitam a criação de comunidades coesas espirituais, a partilha de conhecimento e a realização de encontros e conferências espirituais. A telepresença e a virtualidade permitem que as práticas espirituais ultrapassem as fronteiras geográficas, conseguindo assim proporcionar uma experiência local num mundo global.

A autora Teresa Cruz argumenta na sua obra "Espaço, media e experiência. Na era do Espaço virtual e do tempo real" sobre a noção do "fim da história" que se refere à

emergência de uma “ontologia dos possíveis”, onde a realidade não é fixa e imutável, pelo contrário, é constantemente moldada e remodelada pela tecnologia .

"A experiência é, para os modernos, não apenas a valorização e a sedimentação do adquirido, mas a abertura de uma ontologia dos possíveis e, também por isso, um tempo de realização e de acontecimento. Quanto ao contemporâneo fim da história, em que não se espera já a revolução ou o acontecimento, e em que se tornou mesmo difícil imaginá-lo, sonhá-lo e projetá-lo, nunca se terá falado tanto em possíveis, com o quase sentimento de que é possível eliminar o próprio impossível." (Cruz, 2007, p. 24.)

Durante a modernidade, o tempo era visto como a dimensão essencial para a transformação da experiência humana. Na contemporaneidade, esta visão centrada no tempo foi substituída pela ênfase no espaço. A mudança na forma como entendemos e vivemos o mundo agora é mediada pela tecnologia, permitindo que eventos e interações ocorram simultaneamente em múltiplas dimensões.

A mediação tecnológica permite a emergência de novas realidades e novas experiências humanas. A noção de “ontologia dos possíveis” refere-se à ideia de que a realidade não é fixa, mas sim um campo de possibilidades que pode ser continuamente reorganizado pela tecnologia.

"A era em que tudo parece ser possível, sem sabermos bem o que esperar, é certamente uma era de profunda transformação da ideia de experiência e da ontologia dos possíveis que a funda, com implicações maiores no que entendemos por realidade." (Cruz, 2007, p.24.)

As tecnologias digitais permitem criar e recriar experiências e espaços que antes eram inimagináveis. Agora, uma vez criados, estes espaços possibilitam a existência de múltiplas realidades simultâneas, refletindo diferentes aspetos das necessidades humanas, desde o entretenimento até à espiritualidade.

No contexto espiritual, isto significa que as práticas e crenças religiosas podem ser continuamente reinventadas e ajustadas. As tecnologias digitais através das plataformas online, permitem a simulação de ensaios espirituais, criando assim formas de prática da espiritualidade e ligação uns com os outros que excedem as limitações físicas e temporais. Esta dissertação deseja explorar estas novas formas de espiritualidade no mundo virtual.

Capítulo I: Transformação tecnológica

No decorrer das últimas décadas, as tecnologias de informação e comunicação têm revolucionado diversos e profundos aspetos da vida humana. Desde a forma como comunicamos uns com os outros, até ao método como acedemos e processamos informações. A tecnologia ganhou destaque nas nossas vidas e agora parece ter o poder de ter um impacto profundo em grande parte das nossas pequenas e grandes ações do quotidiano. Este impacto é especialmente notável no campo da espiritualidade, todos os dias nascem novas formas de interação e práticas da espiritualidade.

A metamorfose das experiências humanas devido às tecnologias de informação é um tema central na obra de Hermínio Martins assim como no artigo de Maria Teresa Cruz "Espaço, media e experiência: Na era do espaço virtual e do tempo real". (Cruz, 2007, pp. 23-27.)

Este artigo aborda como a espacialização e a mediação tecnológica influenciam a percepção e a cognição humana.

A transformação do espaço gerido e mediado pela tecnologia digital admite novas formas de interação e sobretudo, novas práticas espirituais. As plataformas virtuais conquistam o poder de criar espaços virtuais onde os utilizadores podem participar de rituais religiosos, meditações e outras práticas espirituais sem a necessidade de estarem fisicamente presentes. Além dos rituais religiosos e meditações, estas plataformas também facilitam a criação de comunidades virtuais espirituais, a partilha de conhecimento e a realização de encontros ou até conferências espirituais. A telepresença

e a virtualidade permitem que as práticas espirituais ultrapassem e excedam as barreiras geográficas, criando uma experiência local num mundo global. Isto significa que, enquanto o utilizador decide participar de práticas espirituais a partir da sua própria casa (local), ele está ao mesmo tempo ligado aos outros utilizadores praticantes de diferentes partes do mundo (global). Por exemplo, uma sessão de meditação guiada pode ser conduzida por um instrutor num país e pode ser seguida por participantes de diferentes países, oferecendo assim uma sensação de comunidade global enquanto cada participante permanece no seu próprio ambiente local. É assim, desta mesma forma que a tecnologia digital dilata as práticas existentes, e ainda possibilita novas formas de espiritualidade e ligação entre os indivíduos culminado assim numa transformação de perceção de comunidade e pertença no contexto espiritual. Durante a modernidade, o tempo era visto como a dimensão essencial para a transformação da experiência humana. As narrativas do progresso, da revolução e da evolução histórica dominaram o pensamento e a cultura, sustentadas na ideia de que o tempo linear conduziria a avanços constantes na sociedade.

Na contemporaneidade, esta visão centrada no tempo foi substituída pela ênfase no espaço. Assim esta mudança já não implica que os eventos históricos deixem de ocorrer, mas pelo contrário, reflete uma transformação na forma como entendemos e vivemos o mundo. As mudanças agora são entendidas através da lente da espacialidade. O espaço virtual e o tempo real tornam-se os dois centrais, permitindo que eventos e interações ocorram simultaneamente em múltiplas dimensões. Na visão de Teresa Cruz, esta reconfiguração cria a 'ontologia dos possíveis', onde a realidade é continuamente moldada e remodelada pela tecnologia.

Teresa Cruz argumenta no seu artigo “Espaço, Média e experiência. Na era do espaço virtual e do tempo real” que o crescimento da mediação tecnológica causa uma crise na noção de realidade, exposta por termos como falta de realidade, arte, factualidade e simulação (Cruz, 2007, pp. 23-27). Na sua visão, Teresa Cruz acredita que a História, antes vista como uma sequência linear de eventos, agora dá lugar a uma simbiose; estamos numa era em que o real e o virtual se misturam. Esta fusão entre o real e o virtual possibilita a criação de novas formas de existência, onde as experiências são simultaneamente mediadas pela tecnologia. Por exemplo, um indivíduo pode vivenciar um evento religioso através de uma plataforma virtual, experienciando sentimentos e ligações espirituais que antes eram limitadas a encontros presenciais. Desta forma, a

mediação tecnológica permite a emergência de novas realidades e novas experiências humanas.

A noção de “ontologia dos possíveis” refere-se à ideia de que a realidade não é fixa, mas sim um campo de possibilidades que pode ser continuamente reorganizado pela tecnologia (Cruz, 2007, p. 24). Na era digital, a realidade é vista como uma panóplia de possibilidades latentes, prontas para serem atualizadas conforme as necessidades e os desejos humanos. Esta perspetiva sugere que a realidade é dinâmica e em constante transformação. As tecnologias digitais também permitem criar e recriar experiências e espaços que, antes de serem concebidos, eram completamente inimagináveis. Agora, uma vez criados, estes mesmos espaços possibilitam a existência de múltiplas realidades simultâneas. Por exemplo, ambientes virtuais podem ser configurados de maneiras que refletem diferentes aspetos das necessidades humanas, desde o entretenimento até à espiritualidade, possibilitando que as pessoas experimentem e interajam em diversas realidades ao mesmo tempo. No contexto espiritual, significa que as práticas e crenças religiosas podem ser constantemente reinventadas e ajustadas. As tecnologias digitais permitem a simulação de ensaios espirituais, criando assim, formas de prática e ligação que transcendem as limitações físicas e temporais.

1.1.1 Tecnologia como ferramenta de transformação

A habilidade de criar espaços virtuais e experienciar na primeira pessoa a telepresença redefine a forma como entendemos o Espaço e o Tempo. As práticas espirituais agora, ganham um novo espaço para serem entendidas, mas sobretudo realizadas. Neste espaço, (espaço virtual) a presença física não é imprescindível nem absolutamente necessária; esta ausência da presença física permite que os utilizadores (participantes) possam estar apenas ligados, virtualmente, a partir de qualquer lugar do mundo. Desta forma, qualquer pessoa que esteja ligada minimamente a esta tecnologia pode participar de uma meditação ou ritual espiritual virtual em grupo ou individual sem sair da sua casa, enquanto está simultaneamente conectada a outras pessoas em diversas partes do mundo, obtendo assim uma experiência localmente global. (Bogalheiro, 2010, p.71).

Os novos formatos de imersão e prática espiritual digital são gerados através de uma combinação de modelação 3D, desenvolvimento de ambientes virtuais, tecnologias

de realidade virtual e aumentada, áudio espacial, *feedback* tátil e inteligência artificial. Estas tecnologias trabalham entre si e em conjunto para criar experiências imersivas e naturalmente envolventes, revelando assim todo o potencial que têm para transformarem a prática e experiência espiritual.

1.1.2 Modelação e Animação 3D

A criação de ambientes virtuais começa com a modelação e com a animação tridimensional. Os *softwares* como *Blender*, *Maya* e *3ds Max* possibilitam aos utilizadores criarem objetos e cenários detalhados que compõem o mundo virtual

“3-D significa literalmente que há uma terceira dimensão. A maioria das imagens de computador são em 2-D, e quando as informações são apresentadas no eixo Z, é possível perceber profundidade. Um mundo virtual de *desktop*, como o *Second Life*, na verdade apresenta informações no eixo Z, mas, como um monitor típico de computador não é projetado para exibir imagens diferentes para cada olho correspondendo à distância interocular, o efeito não é 'estereoscópico'." Estes ambientes são texturizados e iluminados para incrementarem realismo, utilizando *softwares* como *Substance Painter* e motores de renderização como *Arnold* ou *V-Ray*.” (Blascovich, 2011, p. 62)

1.1.3 Desenvolvimento de Ambientes Virtuais

Os Motores de jogo como *Unity* e *Unreal Engine* são fundamentais para o desenvolvimento de ambientes virtuais interativos. Estes motores fornecem a infraestrutura para programar a lógica do ambiente, criar interações do utilizador e simular físicas realistas. Os designers séniores utilizam estes motores para construir espaços virtuais intuitivos e envolventes, adequados para práticas espirituais.

Michael Heim, na sua obra *Virtual Realism*, desenvolve como a realidade virtual (VR) emerge como uma tecnologia de "imersão, interatividade e intensidade informacional"(Heim,1998,p.6).

Estes três pilares sustentam os ambientes virtuais modernos. A imersão é alcançada por dispositivos que isolam os sentidos e transportam o utilizador para outros

ambientes, enquanto a interatividade é possibilitada pela capacidade dos sistemas de responder instantaneamente às ações do utilizador. Por fim, a intensidade informacional refere-se à riqueza dos dados e à capacidade de criar ambientes que simulam realidade com detalhes impressionantes (Heim, 1998, pp.7-10).

Além disso, Heim destaca que o desenvolvimento desses ambientes requer não apenas conhecimento técnico, mas também uma abordagem artística que preserve a integridade humana na fusão com a tecnologia (Heim,1998,p.10).

É neste contexto que os designers séniores utilizam motores como *Unity* e *Unreal* para construir espaços virtuais intuitivos e envolventes. Estes ambientes são muitas vezes concebidos para finalidades específicas, como práticas espirituais ou educativas, demonstrando o potencial da Realidade virtual (*VR*) como ferramenta de transformação.

O autor também argumenta que a realidade virtual, enquanto tecnologia, representa um equilíbrio dinâmico entre a criatividade e a funcionalidade. Este equilíbrio é essencial para a criação de espaços que imitam a realidade, mas também ampliam a experiência humana (Heim, 1998, p.51).

Por fim, Heim introduz o conceito de "ecologia informacional", que sugere que os sistemas de informação e realidade virtual podem ser integrados de maneira harmoniosa com a ecologia planetária (Heim, 1998, p.125). Esta questão reforça a ideia de que a criação de ambientes virtuais não são apenas um ato técnico, mas também uma oportunidade de explorar novas formas de conexão entre tecnologia e natureza.

"A sobrevivência exige que integremos os sistemas de informação com a Ecologia planetária. A realidade virtual já está a ser utilizada para limpar locais de resíduos nucleares deixados pela Guerra Fria. Um projeto de engenharia adiciona fotogrametria ao realismo virtual." (Heim, 1998, p.125)

Heim argumenta que, no contexto das mudanças rápidas na tecnologia e no meio ambiente, é essencial encontrar formas de harmonizar os sistemas de informação (como a realidade virtual e outras tecnologias digitais) com as necessidades ecológicas do planeta. Ele sugere que, para garantir a sobrevivência a longo prazo, usemos essas ferramentas para cuidar do meio ambiente de forma ativa.

A limpeza de resíduos nucleares é um processo perigoso e desafiador para os humanos. A realidade virtual permite simular ambientes hostis, treinar trabalhadores, planear operações e controlar robôs remotamente para executar tarefas em locais

inacessíveis ou perigosos, reduzindo os riscos e aumentando a eficiência. A fotogrametria é uma técnica que usa fotografias para mapear e criar representações tridimensionais de ambientes físicos. Quando combinada com a realidade virtual, permite criar modelos detalhados e precisos de locais reais, como áreas contaminadas, facilitando análises e intervenções. Por exemplo, num local contaminado por radiação, a fotogrametria pode ajudar a mapear o terreno, identificar pontos críticos e simular operações de limpeza.

1.1.4 Realidade Virtual e Aumentada

A realidade virtual aumentada, nos últimos cinco anos sofreu diversas atualizações, e a utilização dos óculos de realidade aumentada é agora uma realidade. Os Óculos *Rift*, *META*, *PlayStation VR2*, *Apple vision Pro*, entre outros, que agora estão à disposição do cliente final, são equipamentos fundamentais que proporcionam uma experiência imersiva no ambiente virtual. Estes óculos de realidade virtual podem ser apoiados por controles de movimento, que são agarrados pelas mãos dos utilizadores, que permitem interações físicas no ambiente virtual, assim como dispositivos hápticos, que fornecem feedback tátil.

“...Onde tudo o que vês é virtual. Exemplos incluem os *EyePhones* originais da VPL e produtos mais recentes, como o *Oculus Rift* ou o HTC Vive. [...] Movimentas o braço, o braço move um cursor ou uma ferramenta virtual, ou talvez até mesmo a mão de um avatar. Quando essa extensão virtual da tua mão atinge um obstáculo, como a superfície de uma secretária virtual, o robô recusa-se a atravessá-lo. Parece que atingiste uma superfície por causa de sensações reais, e não por inferência ou sinestesia.” (Lanier, 2017, p. 192)

A evolução de dispositivos como *Apple Vision Pro* e *PlayStation VR2* representa o ápice de anos de desenvolvimento em realidade virtual e aumentada. Estes dispositivos aprimoram a qualidade visual e sonora, mas também integram inteligência artificial e sensores avançados que ampliam a capacidade de personalizar e otimizar as experiências para cada utilizador.

Jaron Lanier, pioneiro no campo da realidade virtual, na sua obra *Dawn of the New Everything* descreve como os dispositivos modernos de VR transcendem o simples

entretenimento, tornando-se mais ferramentas para exploração e transformação pessoal do que apenas de diversão. O Autor afirma: “A realidade virtual é o dispositivo mais eficaz já inventado para investigar o que significa ser humano – e como pensamos e sentimos” (Lainer, 2017 p.6)

O Autor argumenta que o potencial da Realidade virtual VR pode ser um meio não apenas para simular ambientes, mas também para explorar os limites da percepção humana. Lanier observa que esta interseção entre tecnologia e corpo humano redefine a forma como entendemos as nossas interações. Além disso, nesta obra, Lanier destaca o impacto transformador dos avatares e das interações sociais em ambientes virtuais. Com o uso dos dispositivos de alta precisão, como os controles de movimento, é possível manipular objetos e interagir com outros utilizadores em tempo real, criando experiências colaborativas que simulam a vida real. O autor argumenta na sua obra que estas ferramentas permitem um nível de personalização e criatividade muito superior ao que até aqui foi experienciado pela humanidade.

Outro avanço essencial apontado por Lanier é o uso de tecnologias como a háptica para conectar as sensações humanas ao ambiente virtual. Na sua obra *Down of the new everithing* o autor descreve o papel dos dispositivos táteis como um elemento crítico para enriquecer a experiência (Lainer, 2017 pp. 6 - 15).

1.1.5 Meditações Guiadas em VR

Aplicações como "*Guided Meditation VR*" foram criadas com a finalidade de entrarmos num mundo virtual de paisagens serenas onde os utilizadores podem praticar meditação guiada. Após a instalação da aplicação, e o registo na plataforma, tudo acontece naturalmente. A combinação de efeitos visuais envolventes e o áudio 3D auxilia no foco e no relaxamento. Estes tipos de aplicações oferecem assim uma experiência espiritual profunda e pessoal (Goodfellow, 2016, p. 118).

Estas simulações não são meras performances superficiais; muito pelo contrário, são experiências profundamente envolventes que têm o objetivo de influenciar e transformar significativamente a prática espiritual. As plataformas digitais permitem a criação e organização de comunidades espirituais *online*, através de registo na plataforma por parte dos utilizadores. Aqui nestas plataformas, os indivíduos de diferentes partes do mundo estabelecem ligação, partilhando as suas ideias, através de canais de comunicação, podem ainda aprofundar e praticar as suas crenças através de encontros *online*. Estas

comunidades digitais desafiam as noções tradicionais de comunidade, criando assim, pequenos e grandes grupos fluídos e dinâmicos de interação espiritual.

1.2 O Impacto das Comunidades Virtuais no Desenvolvimento Social e Político

O surgimento das comunidades virtuais transformou profundamente a forma como os indivíduos interagem, compartilham informações e constroem relações. No livro *The Virtual Community: Homesteading on the Electronic Frontier*, Howard Rheingold apresenta uma análise detalhada sobre as comunidades virtuais e seu impacto nas dinâmicas sociais, culturais e políticas (Rheingold, 1993, pp. 5-30). Encontrei na obra Rheingold alguns argumentos interessantes que nos vão ajudar a entender o papel das comunidades virtuais no mundo contemporâneo, focando-nos pelo menos em três grandes áreas principais: capital social, comunicação mediada pelo computador (CMC) e o impacto na democracia.

1.2.1 O capital social

Uma das contribuições mais significativas de Rheingold é o conceito de "capital social" gerado pelas comunidades virtuais. Segundo o autor, estas comunidades fornecem um espaço propício para que indivíduos troquem experiências, conhecimentos e suporte emocional, formando assim redes sociais que transcendem barreiras geográficas. O Autor exemplifica esta questão através do *WELL (Whole Earth 'Lectronic Link)*, uma das primeiras comunidades virtuais, que funcionava como um espaço de colaboração e troca de informações (Rheingold, 1993, pp. 130-145).

As comunidades virtuais permitem que indivíduos se conectem através dos interesses que têm em comum, criando um "capital social" baseado em interações significativas. Essas conexões facilitam a colaboração em projetos, assim como a formação de laços interpessoais profundos, que podem impactar positivamente as experiências individuais e coletivas. Por exemplo, Rheingold na obra *The Virtual Community*, descreve como uma comunidade de pais no WELL ajudou um membro cujo

a filha enfrentava problemas de saúde, evidenciando o potencial de apoio emocional e prático oferecido por esses grupos.

“Jay Allison e a sua esposa enfrentaram noites difíceis com a sua filha Lillie, que respirava através de um tubo traqueal. Jay escreveu sobre esta experiência na *Parenting conference do WELL*, onde recebeu apoio constante. Ele descreveu como, durante as madrugadas, encontrava conforto ao compartilhar as suas dificuldades com outros membros da comunidade: ‘A *WELL* estava sempre acordada. Qualquer dificuldade é mais difícil de suportar na solidão...Digitar as minhas entradas de diário no computador e nas linhas telefônicas trouxe-me o apoio e conforto nesta comunidade improvável.” (Rheingold, 1993, p18).

1.2.2 A comunicação mediada por computador: Benefícios e limitações

Rheingold também discute como a comunicação mediada por computador (CMC) redefine as interações humanas. A CMC elimina barreiras como idade, género e aparência física, permitindo que os indivíduos sejam julgados pelas suas ideias e contribuições, ao invés de atributos superficiais. Esta inclusão é particularmente valiosa para indivíduos que enfrentam desafios em interações presenciais.

Por outro lado, Rheingold alerta nesta sua obra para os riscos da falta de autenticidade e do comportamento antissocial em ambientes virtuais. A anonimidade pode facilitar comportamentos prejudiciais, como assédio *online* e disseminação de desinformação. Portanto, é essencial considerar os benefícios e as limitações da CMC no desenvolvimento das comunidades virtuais.

"A importância política da CMC reside na sua capacidade de desafiar o monopólio da hierarquia política existente sobre os poderosos meios de comunicação e, talvez, revitalizar a democracia baseada nos cidadãos." (Rheingold, 1993, p13).

1.2.3 As comunidades virtuais e a democracia

Outro tema central no livro é o impacto das comunidades virtuais na democracia. Rheingold argumenta que estas comunidades têm o potencial de revitalizar a esfera pública ao oferecer aos cidadãos uma plataforma para discussão e organização política. Ele compara as comunidades virtuais a uma “ágora eletrónica”, onde indivíduos podem debater ideias, influenciar decisões políticas e desafiar estruturas de poder centralizadas.

Contudo, Rheingold também enfatiza os riscos associados ao controle das redes virtuais por grandes corporações e governos autoritários; sem regulamentação adequada, o potencial libertador da internet pode ser substituído por uma ferramenta de vigilância e controle. A ética na administração destas redes é, portanto, um tema crítico para o futuro da democracia (Rheingold, 1993, p.15).

1.3 Implicações da maximalidade tecnológica

Hermínio Martins no seu capítulo “Dilemas da República tecnológica”, do livro *Experimentum Humanum* aborda o conceito de Maximalidade tecnológica, o autor oferece uma análise profunda das consequências éticas, sociais e ambientais das tecnologias contemporâneas. (Martins, 2012, p. 433).

O Autor Hermínio Martins baseia-se nas ideias de Robert E. McGinn para definir Maximalidade tecnológica como a qualidade ou propriedade de uma tecnologia, ou fenómeno relacionado, que atinge o maior grau ou escala em aspetos específicos da função produtiva ou do desenvolvimento técnico.

A maximalidade tecnológica refere-se à propensão para tecnologias contemporâneas e sistemas sociotécnicos em alcançar o maior grau possível de desempenho em uma ou em várias dimensões. Segundo o livro de Taeihagh sistema sociotécnico refere-se a uma abordagem que examina a interdependência entre componentes sociais e técnicos numa organização ou estrutura. Este conceito é utilizado para perceber como tecnologias e estruturas organizacionais interagem com as pessoas e com os processos sociais para formar sistemas complexos e interligados. (Taeihagh, 2021, pp.15-25).

Exemplos clássicos incluem as super barragens, como a *Hoover Dam* nos Estados Unidos, a barragem das três Gargantas na China, ou até mesmo construções de grande escala como pontes suspensas e arranha-céus. Estas obras exemplificam a procura contínua da excelência e a maximização das capacidades técnicas e produtivas.

O Autor enfatiza no seu artigo que a procura pela maximalidade tecnológica não acontece sem resultados significativos. A construção de grandes barragens, por exemplo, frequentemente resulta na deslocação forçada de população local, impactos ambientais graves e investimentos desmedidos de capital. A análise económica destes projetos bastantes vezes desrespeita os custos sociais e ecológicos, focando-se apenas no lucro imediato.

Um ponto fundamental do artigo “Dilemas da República tecnológica” prende-se de facto na discussão sobre a cultura dos direitos na época tecnológica. Nos Estados Unidos, por exemplo, a procura por avanços médicos e tecnológicos de alta complexidade é estimulada por uma cultura de direitos que promove o acesso universal a estas mesmas tecnologias. No entanto, o autor Martins alega neste mesmo artigo que esta busca pode ser demolidora, criando desigualdades e principalmente, porque pode levar a escolhas terríveis, especialmente na biomedicina; aqui os custos crescentes e a oferta limitada geram decisões difíceis sobre quem recebe tratamento. (Martins, 2012, p. 433).

1.3.1 Maximalidade Tecnológica na Biomedicina

A biomedicina *high-tech* é um exemplo claro de Maximalidade tecnológica, onde a persistente inovação tecnológica resulta numa espiral de custos crescentes e expectativas elevadas. Nos EUA, os investimentos em biomedicina representam uma percentagem significativa do PIB, mas não resultam forçosamente em resultados de saúde melhores para a população. A procura contínua por tratamentos mais avançados gera um cenário de escolhas trágicas, onde apenas os mais abastados podem aceder aos melhores cuidados.

Ao analisar este artigo conseguimos concluir que a maximalidade tecnológica tem profundas consequências para a espiritualidade digital. As tecnologias que simplificam as práticas espirituais *online*, como os *sites* e aplicações de meditação, plataformas de realidade virtual e comunidades religiosas virtuais, exemplificam a maximalidade

tecnológica ao desenvolver e fortalecer as experiências espirituais. No entanto, estas tecnologias também conduzem o seu público a constantes desafios éticos e sociais, como por exemplo, a possível alienação dos indivíduos, a comercialização da espiritualidade e as desigualdades no acesso às práticas espirituais.

Ao incluir as ideias de Hermínio Martins sobre Maximalidade tecnológica do artigo “Dilemas da República tecnológica” tento encontrar uma base teórica sólida para entender as transformações da espiritualidade no mundo virtual. O estudo e análise das implicações éticas, sociais e ambientais da Maximalidade tecnológica pode auxiliar-nos a refletir criticamente sobre o papel da tecnologia na evolução das práticas espirituais, mas sobretudo na construção de comunidades espirituais globais. Através deste artigo temos a possibilidade de apreciar as oportunidades assim como os desafios que a tecnologia representa na espiritualidade contemporânea (Martins, 2012, p. 350).

1.3.2 Prometeu e Fausto: dois faróis da modernidade

Hermínio Martins, na sua obra "Experimentum Humanum", explora temas relacionados à extensão do ser humano através da tecnologia assim como os riscos associados a esta extensão. Hermínio Martins argumenta que a tecnologia pode tanto empoderar quanto alienar, refletindo as lições dos mitos de Prometeu e Fausto. (Martins, 2012, p. 260).

Prometeu e Fausto são duas figuras mitológicas que simbolizam a contínua e incessante busca da humanidade pelo conhecimento, através da evolução e do poder. Este mito oferece-nos lições profundas sobre os desejos e os riscos da evolução tecnológica. Proponho-me a analisar como estes mitos se aplicam à transformação tecnológica assim como a sua relação com a espiritualidade no mundo virtual.

Começemos por Prometeu, um titã da mitologia grega, conhecido por roubar o fogo dos deuses e entregá-lo à humanidade. Este ato de rebeldia significa a busca pelo conhecimento e capacitação humana através da tecnologia, no contexto moderno, Prometeu simboliza a inovação tecnológica que entrega novas habilidades à humanidade, mas por outro lado também traz responsabilidades e riscos. (Martins, 2012, p. 261).

Prometeu entregou aos humanos a arte do fogo, uma ferramenta poderosa que transformou a civilização. Da mesma forma, a tecnologia moderna entregue por Fausto oferece ferramentas que revolucionaram a comunicação, a informação e a espiritualidade.

As plataformas digitais permitem a disseminação de práticas espirituais e a criação de comunidades espirituais globais. Ferramentas como aplicações de meditação e realidade virtual facilitam experiências espirituais imersivas.

O ato de Prometeu na mesma medida que trouxe progresso, mas por outro lado também trouxe punição, simbolizando os perigos do uso irresponsável da tecnologia.

O uso de tecnologia em práticas espirituais pode levar à superficialidade, à dependência tecnológica e à perda de autenticidade espiritual. É crucial desenvolver uma ética digital que guie o uso responsável dessas ferramentas.

Por outro lado, Fausto, personagem central da obra de Goethe, representa a busca interminável pelo conhecimento e poder, mesmo ao custo da sua alma. O mito de Fausto destaca os perigos da ambição desmedida e a alienação que pode resultar da busca pelo progresso tecnológico.

A história de Fausto, popularizada na obra de Goethe, é uma das mais ricas e complexas da literatura ocidental, aborda temas universais como a procura pelo conhecimento, o desejo de poder e as consequências éticas e espirituais.

Fausto é uma figura lendária que remonta ao final do século XV, associada a um mago ou alquimista que terá vendido sua alma ao diabo em troca de conhecimentos e poderes sobrenaturais. A versão mais conhecida é a de Johann Wolfgang von Goethe, que transformou a lenda numa obra-prima literária.

Em "Fausto" de Goethe, o protagonista, insatisfeito com os limites do conhecimento humano e as realizações deste mundo, faz um pacto com Mefistófeles, o demónio. Ele sacrifica sua alma em troca do poder ilimitado e do conhecimento que transcende todas as fronteiras.

Fausto é um erudito que se sente insatisfeito com os limites do conhecimento académico e científico da época. A sua fome desmedida por saber mais e entender os mistérios da existência leva-o a trilhar caminhos não convencionais, para conseguir satisfazer a sua curiosidade.

Além do conhecimento, Fausto procura experiências sensoriais e prazeres que a vida comum não lhe consegue oferecer. O pacto representa uma procura intelectual, mas sobretudo um desejo de vivenciar tudo o que o mundo tem a oferecer sem restrições.

O pacto de Fausto simboliza o abdicar das restrições morais e espirituais em troca de ganhos temporais. Ele permuta a eternidade da sua alma por um período finito de poder e conhecimento, levantando questões sobre os limites éticos da profunda busca pelo saber.

Apesar dos poderes adquiridos, Fausto experimenta um crescente senso de alienação e desespero. A sua jornada ilustra que a satisfação temporária não pode preencher o vazio espiritual, e que o verdadeiro conhecimento e poder podem estar além do alcance humano sem a dimensão espiritual.

Num mundo contemporâneo, a procura pelo conhecimento ilimitado é exemplificada pelo avanço tecnológico. A inteligência artificial, a biotecnologia e a internet oferecem capacidades que anteriormente pareciam impossíveis, mas também levantam questões éticas sobre os limites que deveríamos ter na constante procura pelo poder de controlar tudo o que está à nossa volta (Martins, 2012, p. 265).

Assim como Fausto se sente cada vez mais isolado, os indivíduos na era digital podem experimentar alienação devido à dependência da tecnologia. A promessa de conexão global e acesso ao conhecimento pode, paradoxalmente, levar-nos a uma sensação de desconexão e sobretudo de superficialidade nas relações humanas e na experiência espiritual.

1.4 O imperativo da técnica

A ideia de que a técnica seria apenas uma ferramenta passiva ao serviço dos seres humanos tem sido posta em causa por diferentes teóricos e filósofos. No sub-capítulo "Tecno-Animismo ou a Existência Mágica de Objetos Técnicos" da tese *O papel da técnica no controlo da experiência*, de Manuel Bogalheiro, o autor oferece ao leitor uma perspetiva inovadora sobre a autonomia e a agência dos objetos técnicos. O autor argumenta que estes artefactos possuem uma dimensão animista e mágica e que por esta razão lhes fornece de uma vida própria (Bogalheiro, 2010 p.23).

A visão clássica dos artefactos técnicos, influenciada por filósofos como Aristóteles, apresenta os objetos técnicos como imóveis e domináveis, apenas meras ferramentas ao dispor dos seus criadores e utilizadores. Esta conceção está baseada na ideia de que os artefactos não contêm um impulso inato para a mudança, e portanto, são totalmente dependentes da ação humana para sua invenção e exercício. No entanto, com o advento das tecnologias digitais, esta visão foi inteiramente transformada. A informatização geral dos artefactos e o surgimento da computação ubíqua e da (IOT) internet das coisas começaram a implementar a ideia de que os objetos técnicos podem possuir uma natureza própria e autónoma.

Philip K. Dick introduziu o conceito de "tecno-animismo" numa das suas palestras intitulada *"The Android and the Human"*, em dezembro de 1972 na *Vancouver Science Fiction Convention*. Nesta palestra, Philip Dick explorou o movimento de atribuir características animadas ou humanas a objetos técnicos, refletindo sobre como a tecnologia moderna pode levar-nos de volta a uma perceção animista do mundo, onde elementos inanimados podem parecer ter própria vida ou até intenção (Lainer, 2017, p.17)

Embora Philip Dick não tenha utilizado especificamente o termo "tecno-animismo", o escritor discutiu diferentes ideias relacionadas com a atribuição de qualidades humanas a máquinas e à crescente possível similaridade entre humanos e androides. Bogalheiro explora esta ideia, utilizando o argumento de que a informatização dos artefactos e a integração da computação em todos os aspetos da vida quotidiana materializam esta tendência. O tecno-animismo sugere que os objetos técnicos não são apenas ferramentas passivas, mas possuem uma atividade própria, capaz de influenciar e

alterar a realidade de formas imprevisíveis. Esta visão desafia a diferenciação clássica entre o natural e o artificial, entre o humano e o técnico, oferecendo assim, uma relação mais complexa e interdependente. (Bogalheiro, 2010 p.43).

O autor propõe que o tecno-animismo possa ser tratado como uma estética especulativa, que projete uma vida própria nos objetos técnicos, registando neles um comportamento nada estável desafiando assim as relações habituais.

Esta perspetiva cria uma possibilidade para suspender os objetos técnicos dos seus fluxos instrumentais e previsíveis, alojando um realismo mágico que perturba a realidade meramente humana. A técnica, portanto, não é apenas um conjunto de ferramentas ao serviço dos humanos, mas um campo de ação bastante autónoma com as suas próprias dinâmicas e potencialidades.

O imperativo da técnica, segundo a perspetiva de Bogalheiro, envolve reconhecer a autonomia e a atividade dos objetos técnicos, assim como das suas consequências culturais e filosóficas. A técnica não é neutra; as suas consequências estão subordinadas às intenções e contextos em que são desenvolvidas e implementadas.

Esta autonomia técnica levanta questões éticas sobre responsabilidade e governança, desafiando assim a visão de que a técnica pode ser completamente controlada e direcionada pelos humanos. (Bogalheiro, 2010 p.35)

A visão do autor deste artigo também sugere que a técnica possui uma dimensão mágica e enigmática, refletindo a capacidade da técnica de produzir efeitos que vão além do controlo e compreensão dos humanos. Esta perspetiva envolve uma necessidade de reavaliar a nossa relação com a técnica, aceitando sua influência profunda e complexa nas nossas vidas e culturas. (Bogalheiro, 2010 p.65)

1.4.1 A Trilogia: técnica, ciência e corpo

Gilbert Simondon na sua obra “Modo de existência dos objetos técnicos” propõe uma visão imersiva na relação existente entre seres humanos e objetos técnicos, especialmente através do conceito de “concretização”.

Gilbert Simondon, sugere na sua obra “Modo de existência dos objetos técnicos” que a concretização se refere ao processo pelo qual os objetos técnicos evoluem de formas

abstratas para formas concretas, ganhando assim autonomia e funcionalidade intrínseca. Este processo não só transforma a natureza dos objetos técnicos, mas também redefine a interação entre humanos e tecnologia. (Simondon, 1958, p.72)

Simondon argumenta que a passagem do artesanato para a indústria ilustra esta transformação. No artesanato, os objetos técnicos são extensões diretas do corpo humano e as suas funções são determinadas pela necessidade humana imediata. Na era industrial, no entanto, os objetos técnicos evoluem para sistemas complexos e autossuficientes, onde a intervenção humana se torna menos direta e mais coordenada através de sistemas técnicos integrados.

Um exemplo claro é a evolução dos motores térmicos, desde a máquina a vapor até aos motores a reação. A máquina a vapor, que requer intervenção humana constante para manter seu funcionamento, representa um estágio inicial e menos concreto. Em contraste, os motores modernos, que incorporam funções de autorregulação e interdependência com outros sistemas técnicos, demonstram um alto grau de concretização. Esta evolução ilustra como os objetos técnicos se tornam cada vez mais semelhantes a sistemas naturais, não na sua origem, mas no seu funcionamento interno e na sua autonomia. (Simondon, 1958, p.52)

Simondon destaca também que a maior concretização dos objetos técnicos tem implicações significativas na percepção humana e na organização social. À medida que os objetos técnicos ganham autonomia, a relação humana com estes objetos também se transforma, exigindo novas formas de interação e coordenação. Este processo de concretização altera a funcionalidade técnica e influencia profundamente as estruturas sociais assim como as dinâmicas culturais.

Assim, a análise de Simondon sobre a concretização dos objetos técnicos fornece uma base teórica para entendermos a transformação tecnológica e as suas implicações na trilogia de técnica, ciência e corpo, que é essencial para compreender as novas formas de espiritualidade emergentes no mundo virtual. (Simondon, 1958, p.43)

1.4.2 Acerca de um corpo técnico

O autor Gilbert Simondon na sua obra "Modo de existência dos objetos técnicos" (1958), disserta sobre a evolução dos objetos técnicos e o tipo de ligação que têm com os seres humanos (Simondon, 1958, p.22)

A resposta de Simondon propõe uma abordagem nova sobre a relação e interação entre seres técnicos e seres biológicos. A sua teoria de concretização dos objetos técnicos é essencial para conseguir compreender a autonomia e a evolução funcional dos objetos técnicos em relação aos humanos.

Simondon narra o progresso dos objetos técnicos como uma transição de estados abstratos para concretos. Os objetos técnicos primitivos são abstrações que impõem uma contínua intervenção humana para manter a sua funcionalidade, enquanto os objetos concretos abarcam uma autonomia que os aproxima dos sistemas naturais. (Simondon, 1958, p.52) Este processo de concretização faz com que os objetos técnicos adquiram uma coerência interna, onde os seus componentes e funções se integram de forma mais eficiente e autossustentável.

O processo de concretização descrito por Simondon exemplifica-se na evolução dos motores térmicos, desde as máquinas a vapor até os motores a reação. À medida que ocorre a evolução, estas máquinas tornam-se sistemas cada vez mais integrados e multifuncionais, traduzindo-se numa aproximação aos sistemas biológicos em termos de autonomia e complexidade funcional (Simondon, 1958, p.62). Esta evolução tecnológica destaca a capacidade dos objetos técnicos de auto-regulação e interconexão, características que Simondon considera decisivas para a compreensão da tecnicidade moderna.

O autor argumenta também que os objetos técnicos, ao tornarem-se mais concretos, aumentam a sua eficiência e transformam a relação entre humanos e a tecnologia. A mediação técnica é um processo dinâmico, a interação entre o humano e o objeto técnico tem a capacidade de criar novos e diferentes modos de existência. Este conceito é significativo e bastante relevante para compreender como as tecnologias de informação e comunicação, por exemplo, redefinem as fronteiras entre o orgânico e o inorgânico, reformando a percepção e a experiência humana.

Bruno Latour, em *Reassembling the Social* (2005), desafia as noções tradicionais de separação entre o orgânico e o inorgânico ao explorar a ideia de que tanto humanos quanto não-humanos participam ativamente na constituição das redes sociais. Na sua Teoria Ator-Rede (Actor-Network Theory, ANT), Latour propõe que os objetos inorgânicos têm atividade, desempenhando papéis dinâmicos na formação e manutenção de associações. Esta visão rejeita a ideia de que o "social" seja uma propriedade exclusiva de atores humanos, enfatizando que as redes sociais são compostas por associações híbridas que incluem tanto humanos quanto não-humanos.

Latour argumenta que “os objetos também têm atividade” (Latour, 2005, p. 63), destacando que as fronteiras entre o orgânico e o inorgânico são constantemente reformuladas pelas interações tecnológicas e sociais. Ainda sugere nesta sua obra que os objetos técnicos, como dispositivos de comunicação e tecnologias digitais, não apenas refletem intenções humanas, mas também influenciam e reconfiguram as práticas sociais.

A integração de tecnologias na vida quotidiana é um exemplo claro de como o inorgânico redefine experiências humanas. Como Latour observa, “não há razão para limitar os laços sociais à interação entre humanos; as associações que incluem objetos materiais são igualmente sociais” (Latour, 2005, p. 76). Isto implica que tecnologias como a Internet das Coisas (*IOT*) ou sistemas de inteligência artificial não são apenas ferramentas neutras, mas atores que já têm o poder de moldar novas formas de interações sociais e culturais.

A redefinição destas fronteiras levanta questões fundamentais sobre a natureza das relações sociais, requerendo assim uma compreensão mais ampla das redes que conectam o humano e o não-humano. Latour destaca a importância de “seguir os atores” para mapear essas associações, permitindo uma análise mais precisa das dinâmicas sociais contemporâneas (Latour, 2005, p. 108).

Simondon introduz a ideia de individualização técnica como uma maneira de transcender a visão tradicional que analisa os objetos técnicos apenas como ferramentas passivas ao serviço do humano. Para o autor, os objetos técnicos devem ser compreendidos como extensões do corpo humano, integrando um processo contínuo de individualização. Essa abordagem redefine a relação entre o homem e a máquina, posicionando os artefactos técnicos como mediadores ativos na formação de identidades e capacidades humanas, desafiando a dicotomia clássica entre natureza e técnica. (Simondon, 1958, p.52).

Barthélémey, ao explorar o conceito de protetização em Simondon, argumenta que os objetos técnicos possuem uma “função mediadora transdutiva”, essencial para compreender a coexistência e a coevolução entre humanos e máquinas (Barthélémey, 2005, p.152). Esta função é descrita como a capacidade dos artefactos técnicos de atuarem como mediadores entre diferentes regimes de individuação – físico, vital e transindividual – criando uma nova sinergia entre esses domínios.

O conceito de transindividual é central na filosofia de Gilbert Simondon e é aprofundado por Jean-Hugues Barthélémey. Ele refere-se a um regime de individuação que transcende tanto o nível individual quanto o coletivo, criando uma ligação que vai

além do isolamento dos indivíduos ou da simples soma de um grupo (Barthélémy, 2005, p.152).

Simondon define o transindividual como um processo pelo qual os indivíduos compartilham uma "carga pré-individual", que é um potencial comum anterior à sua individuação. Este potencial é atualizado no processo de interação, permitindo que novas formas de relação e subjetividade apareçam.

Barthélémy, ao comentar Simondon, afirma que o transindividual é a condição pela qual o humano se torna plenamente social, sem perder a sua singularidade. Ele escreve:

"O transindividual não é um simples conjunto de interações sociais; é uma extensão do ser individual que se conecta a outros através de um fundo comum, um pré-individual que continua a operar como base para novas individuações" (Barthélémy, 2005, p. 195).

No contexto técnico, o transindividual ganha ainda mais relevância, porque os objetos técnicos atuam como mediadores neste processo. Barthélémy argumenta que a técnica é uma ferramenta essencial para a individuação transindividual, pois permite que os indivíduos transcendam as suas limitações naturais e se conectem de maneiras inéditas. Barthélémy afirma: "A técnica não apenas amplia as capacidades humanas; ela também cria espaços para o transindividual, permitindo que os sujeitos participem de uma coevolução contínua com os objetos técnicos" (Barthélémy, 2005, p. 202).

Este conceito oferece uma perspectiva inovadora sobre a relação entre o humano e o técnico, enfatizando a interdependência e a coevolução em vez da separação.

A informatização dos objetos e a integração da computação em sistemas biológicos demonstram que a técnica não é apenas um meio de adaptação, é sobretudo um fator determinante.

A protetização descreve o processo pelo qual os objetos técnicos se tornam integrais nas capacidades humanas, trabalhando assim como extensões das funções corporais e mentais. Estes, deixam de ser percebidos apenas como ferramentas externas, os objetos técnicos são considerados partes fundamentais da constituição do ser humano.

A obra de Simondon assim como de Barthélémy oferecem um olhar profundo sobre a evolução dos objetos técnicos, assim como da sua integração na sociedade. O seu conceito de concretização proporciona uma percepção mais profunda da autonomia técnica

e da relação simbiótica entre os humanos e tecnologia. Parece-me que esta abordagem é essencial para que possamos discutir o impacto das tecnologias contemporâneas na identidade humana e na estrutura social. (Simondon, 1958, p.62).

CAPÍTULO II: TECNOLOGIA E COMUNIDADE - Uma ideia de comunidade digital

A crescente integração da tecnologia na vida quotidiana está de facto a transformar a maneira como as pessoas se relacionam, comunicam e praticam a sua espiritualidade.

Neste capítulo vou abordar como estas mudanças moldam e até provocam a procura de novas formas de espiritualidade no contexto atual do mundo virtual.

Hermínio Martins na sua obra, *Experimentum Humanum*, retrata como a transformação tecnológica tem sido um motor crucial na evolução das práticas espirituais contemporâneas. Hermínio Martins discute a tecnologia como uma extensão do ser humano, permitindo assim novas formas de interação e expressão espiritual. Com este capítulo proponho-me a analisar como é que as tecnologias digitais, e as redes sociais, servem como plataformas para novas formas de prática espiritual, oferecendo acessibilidade e personalização sem precedentes. (Bogalheiro, 2010 p.65)

A reconfiguração do corpo e da identidade na era digital é um tema amplamente debatido por vários pensadores contemporâneos. Byung-Chul Han, na sua obra "Sociedade da Transparência", analisa o impacto das tecnologias digitais na privacidade e na visibilidade constante. Senti a necessidade de explorar também alguns dos conceitos trazidos pelo autor, de forma a proporcionar a este trabalho mais amplitude e base de discussão, o autor deste livro explora como a nossa sociedade moderna procura incessantemente a transparência, muitas vezes à custa da perda de individualidade e da pressão para expor continuamente as nossas vidas no mundo *online*.

A obra de Byung-Chul Han aborda a transformação das sociedades contemporâneas que, dominadas pelas tecnologias digitais, evoluíram para um estado de "transparência compulsiva". Este conceito é analisado em nove capítulos, cada um explora diferentes aspetos do mundo atual. (Han, 2012 p.55)

Sociedade Positiva: Neste contexto, a transparência torna-se num valor dominante, exigindo exposição total. As informações circulam rapidamente, eliminando a privacidade e minimizando a profundidade das interações sociais.

Sociedade da Exposição: A exposição tornou-se num imperativo cultural. Tudo deve ser visto e partilhado, gerando assim uma pressão para que cada um se apresente ao mundo de forma otimizada, mesmo que isso signifique a perda da autenticidade.

Sociedade da Evidência: A transparência eliminou a dimensão do privado, agora traz à tona uma visão unidimensional da realidade. Neste ambiente, a vida privada e íntima é explorada, perdendo-se a privacidade.

Sociedade Pornográfica: A procura pela nudez e a própria exposição da nudez expõe a nossa privacidade ao olhar público, as relações humanas passam a ser apenas espetáculos visuais.

Sociedade da Aceleração: A pressão por mais informação e comunicação acelerou o ritmo de vida, esvaziando-nos de significado. A busca incessante por mais visibilidade e atenção causa uma desconexão entre a ação e a intenção.

Sociedade da Intimidade: As interações humanas tornaram-se superficiais e excessivamente expostas. A intimidade é mercantilizada e explorada, impedindo o desenvolvimento de relacionamentos profundos e genuínos.

Sociedade da Informação: As redes digitais oferecem um espelho distorcido da realidade, transformando a informação num fluxo contínuo e superficial, no qual é difícil discernir a verdade da mentira.

Sociedade do Desencobrimento: A demanda pela transparência transforma-se numa ferramenta de controlo, minando a confiança e corroendo a autonomia individual.

Sociedade do Controlo: Neste cenário, as tecnologias digitais criam um ambiente panótico, onde todos vigiam todos. A liberdade aparente é substituída pela necessidade compulsiva de expor-se e participar neste sistema.

O Professor Daniel Mineiro e o Professor Paulo Mendes Pinto, por outro lado, trazem perspetivas extremamente relevantes sobre a relação entre a tecnologia e a espiritualidade. Argumentam no seu artigo “Tatuar o tabu, ou incarnar uma vestimenta” que a tatuagem representa um símbolo de resistência e reafirmação da autonomia sobre o corpo, uma analogia interessante com a forma como nos apresentamos no mundo digital.

A *persona digital*, tal como a tatuagem, pode ser considerada uma forma de expressar identidade, permitindo que os indivíduos escolham como desejam ser percebidos na esfera *online*. (Mineiro; Pinto, 2021 p. 78)

As discussões em torno da desmaterialização do corpo ressaltam a transformação da percepção do físico e do digital. Através da digitalização, práticas espirituais tradicionais, que dependiam fortemente da presença física, agora podem ser adaptadas para o ambiente virtual. Assim, os avatares e perfis online tornam-se numa nova forma de “roupa digital” que comunica não apenas a identidade pessoal, mas também as crenças espirituais dos indivíduos.

Neste contexto, a fenomenologia da dor e a transformação espiritual também ganham novas nuances. A dor, no sentido literal ou figurado, torna-se parte integrante da jornada de autoconhecimento e espiritualidade. Para o Professor Daniel Mineiro e para o professor Paulo Pinto, a dor associada à tatuagem pode ser vista como um rito de passagem, simbolizando a transformação e o controlo sobre o corpo. No mundo virtual, a “dor” pode manifestar-se como o esforço e a tensão internos experimentados ao tentar navegar pela complexidade de manter uma identidade espiritual autêntica *online*. (Mineiro; Pinto, 2021 p. 79)

A constante interação com a realidade digital também contribui para uma nova forma de experimentar o corpo. As tecnologias que utilizamos podem ser consideradas extensões dos nossos corpos, alterando a nossa maneira de interagir com o mundo e consequentemente a nossa percepção de identidade.

“Dentro de uma comunicação sem comunidade, nos modelos de autenticação da pessoa a partir da tecnologia, assistimos a uma agressão do corpo por parte da sociedade. Não existe espaço para a expressão de si, no sentido de poder responder ao mundo desde uma percepção própria e atenta.” (Mineiro; Pinto, 2021, p. 78)

A digitalização poderá redefinir a maneira como nos percebemos a nós próprios, mas sobretudo como experimentamos a espiritualidade. Estas transformações podem ser observadas na maneira como as práticas espirituais são adaptadas ao ambiente digital, onde os rituais se desdobram em novas formas e simbolismos.

Esta dissertação tenta aprofundar o entendimento sobre as interseções entre tecnologia e espiritualidade, explorando como a digitalização está a reformular as práticas espirituais e a percepção da identidade na era digital. A integração das ideias de Byung-Chul Han, Daniel Mineiro e Paulo Pinto permite-nos compreender melhor como é que estas transformações ocorrem e sobretudo a maneira como o corpo e a identidade estão a ser redefinidos neste novo contexto.

2.1.1 A relevância das comunidades virtuais na promoção do bem-estar mental

A procura pelo bem-estar mental ganhou maior destaque no contexto da crise de saúde pública global causada pela pandemia COVID-19. A prática de *mindfulness* tem sido reconhecida como uma ferramenta significativa para mitigar os efeitos psicológicos adversos, como ansiedade e depressão, exacerbados pelo isolamento social e incertezas económicas (Almeida, 2021 p.44). Miller no seu artigo “The Role of Virtual Communities in Mindfulness Practices.” (Miller, 2018, p. 202) argumenta que as plataformas online de meditação e *Mindfulness*, além de facilitarem o acesso às práticas de meditação, também funcionam como espaços seguros onde indivíduos podem encontrar apoio coletivo, crucial para a gestão do stress e para a manutenção da saúde mental durante períodos de crise.

A eficácia da intervenção em *Mindfulness*, especialmente em formatos virtuais, é corroborada por estudos que destacam a sua capacidade em reduzir sintomas de ansiedade e depressão ao mesmo tempo que promove a resiliência psicológica em tempos de pandemia. Por exemplo, no artigo de Almeida “*Mindfulness* e Saúde Mental durante a Pandemia da COVID-19: Um Estudo sobre Intervenções Virtuais” argumenta que a intervenção em *Mindfulness* através de comunidades virtuais é eficiente enquanto estratégia de reconhecimento do sofrimento psíquico-emocional, estando associada à prevenção, promoção e tratamento da saúde mental. Este estudo reforça a ideia de que as plataformas digitais democratizam o acesso às práticas de *Mindfulness*, mas também amplificam o seu impacto ao possibilitar uma ligação contínua entre os seus praticantes, promovendo uma rede de suporte emocional e espiritual que é vital em períodos de isolamento e incerteza (Ameida, 2021, p.75)

Kwon, C.-Y. no Seu artigo Research and Public Interest in Mindfulness in the COVID-19 and Post-COVID-19 Era: A Bibliometric and Google Trends Analysis. International Journal of Environmental Research and Public Health, argumenta que o interesse público em *mindfulness* aumentou significativamente durante a pandemia de COVID-19, destacando sua relevância para a saúde mental. A análise do *Google Trends* mostrou que o termo “*mindfulness*” esteve relacionado com tópicos como saúde mental, ansiedade e depressão, reforçando a ligação entre práticas de *mindfulness* e a gestão de sintomas psicológicos durante crises globais. (C. Y, Kwon, 2023, p. 3807)

Concluimos assim que as integrações das práticas de meditação em ambientes virtuais representam uma evolução crucial na maneira como as técnicas de *mindfulness* são praticadas. Tais práticas, suportadas por comunidades virtuais robustas, apoiam o indivíduo na sua busca pela paz interior e autoconhecimento, mas também se estabelecem como ferramentas essenciais para o bem-estar coletivo, adaptando-se às necessidades emergentes de uma sociedade cada vez mais conectada e, simultaneamente, desafiada por crises globais. No entanto, há um risco de que estas práticas se tornem superficiais se forem usadas apenas como soluções rápidas para o bem-estar emocional sem uma verdadeira busca espiritual.

O mito de Fausto lembra-nos da importância de manter um equilíbrio entre o uso da tecnologia e a busca espiritual autêntica. A tecnologia pode ser uma ferramenta poderosa, mas não pode em momento nenhum substituir a profundidade e a introspeção necessárias para uma verdadeira transformação espiritual. (Bogalheiro, 2010, p. 260)

Assim como Fausto enfrenta as consequências da sua procura desenfreada por poder, os utilizadores e programadores de tecnologia devem considerar os impactos éticos das suas inovações. É essencial que a tecnologia seja talhada de forma a respeitar a dignidade humana e promovam o bem-estar espiritual.

A jornada de Fausto sublinha a importância da autoconsciência e da reflexão moral. No mundo digital, onde as decisões podem ter vastas consequências, é crucial que todos consigamos refletir sobre os valores e princípios que orientam o uso da tecnologia.

A imersão no mundo virtual pode resultar na alienação social e espiritual. A espiritualidade digital deve promover uma conexão autêntica e o sentido de comunidade, evitando a superficialidade e a desumanização.

Prometeu e Fausto oferecem lições valiosas para a integração da tecnologia na espiritualidade moderna. Prometeu ensina-nos sobre o empoderamento e os benefícios do progresso tecnológico, enquanto Fausto faz-nos o alerta sobre os perigos da ambição desmedida e da alienação. A espiritualidade no mundo virtual deve manter a procura do equilíbrio entre estes dois extremos, promovendo práticas que empoderem os indivíduos sem perder a profundidade e a autenticidade espiritual.

A espiritualidade digital deve, portanto, ser guiada por uma ética que reconheça estas dualidades, promovendo o uso consciente e responsável da tecnologia.

2.1.2 O papel da Inteligência artificial na construção do grupo de crença

A tecnologia contemporânea transformou profundamente a maneira como as crenças são formadas e disseminadas. A Inteligência Artificial (IA), está a desenvolver um papel fundamental na construção e manutenção de grupos de crença, facilitando assim a comunicação, a personalização e a ampliação de mensagens dentro de comunidades específicas.

Na tese de Doutoramento de Manuel Bogalheiro “Materialidade e Tecnicidade Investigação sobre a objetividade Técnica”, o autor argumenta que a técnica contemporânea introduziu mutações significativas nas representações culturais da materialidade dos objetos. A partir da digitalização e da informatização, os objetos e as crenças passaram a ser vistos como instáveis e fragmentados, moldados por códigos numéricos e operações informacionais. Este cenário proporciona um terreno fértil para o desenvolvimento e para a aplicação da IA na construção de grupos de crença.

“A contemporaneidade técnica é colonizada por novas configurações objectuais que, enformadas em códigos numéricos e em operações informacionais, são representadas como instáveis, múltiplas no espaço, fragmentadas e parciais, em constante faseamento e sem consistência física.” (Bogalheiro, 2010, p.7)

Este cenário, que reflete o impacto da digitalização e a extrema e profunda aplicação às crenças, que agora são instáveis e fragmentadas, moldadas por algoritmos que adaptam continuamente as narrativas às expectativas de diferentes públicos. O uso de IA cria a oportunidade de aprofundar esta dinâmica ao criar ecossistemas onde as interações humanas e digitais se entrelaçam, estimulando a construção de grupos de crença através de personalização e segmentação.

2.1.3 Personalização e Filtragem de Conteúdo

A IA, ao efetuar a interpretação grandes volumes de dados, ajusta mensagens para públicos específicos. Esta ação reflete o que Bogalheiro descreve como a “multiplicação de configurações objectuais em redes interligadas”. Esta personalização cria um terreno fértil para a formação de comunidades baseadas em crenças partilhadas.

“Num período histórico relativamente curto, o mundo foi povoado por objetos cuja maior qualidade já não se reconhece na sua imobilidade, na sua permanência ou em exibirem dimensões constantes e controladas.” (Bogalheiro, 2010, p. 7)

A IA permite a personalização e a filtragem de conteúdo de uma forma bastante eficiente, moldando e adaptando as informações às preferências e às crenças dos utilizadores. Os algoritmos de recomendação, como os que são usados em plataformas como as das redes sociais, seleccionam e mostram o conteúdo que combinam com as crenças pré-existentes dos utilizadores. Este processo é crucial na construção de grupos de crença, ele facilita a convergência de indivíduos com ideologias semelhantes, enquanto promove a coesão dentro do grupo.

“As experiências virtuais com as quais as pessoas interagem frequentemente replicam, reforçam e até amplificam as suas crenças e preferências existentes, criando ambientes digitais que parecem tanto personalizados quanto imersivos. Estas experiências, organizadas por algoritmos, permitem que indivíduos com ideias semelhantes se conectem, estimulando comunidades onde ideologias compartilhadas prosperam” (Blascovich, 2011, p. 140).

2.1.4 Amplificação de Mensagens

Ao facilitar a disseminação de ideias em larga escala, a IA contribui para o fortalecimento de narrativas dominantes dentro dos grupos. Conforme Bogalheiro observa, as redes cibernéticas criaram objetos reticulares que são simultaneamente relacionais e adaptáveis, o que se aplica diretamente à maneira como as crenças são propagadas no ambiente digital.

“A tecnicidade é a expressão de um alargamento da objectualidade que integra o curso da evolução [...] e, necessariamente, integra o Homem enquanto inventor e utilizador.” (Bogalheiro, 2016, p. 8)

Os algoritmos de IA amplificam mensagens específicas, conseguindo por si próprios aumentar a sua visibilidade e impacto. As plataformas *Meta* e mais recentemente a plataforma X, utilizam algoritmos específicos para conseguirem determinar quais os

conteúdos que se podem tornar mais visualizados, a maior parte das vezes, estes algoritmos favorecem informações sensacionalistas ou mesmo chocantes, que naturalmente atraem mais interações

“Os algoritmos utilizados pelas grandes plataformas não são projetados apenas para mostrar conteúdos, mas para moldar o que você vê e como se sente em relação a isso. Essa manipulação frequentemente favorece o sensacionalismo ou o conflito, pois esses elementos impulsionam o engajamento, criando um ciclo de feedback que amplifica sua influência” (Lanier, 2017, p. 165).

Esta amplificação é instrumental na propagação de crenças, especialmente em contextos religiosos ou ideológicos, onde a mensagem central pode ser disseminada a grande velocidade e com um grande impacto.

2.1.5 Criação de Ambientes Virtuais

A IA também é essencial na criação de ambientes virtuais que imitam experiências reais, e através desta simulação, os utilizadores conseguem proporcionar espaços virtuais quase perfeitos, onde as práticas espirituais podem ser realizadas digitalmente. As aplicações de meditação guiada em realidade virtual existem e estão disponíveis para Download, facilmente, oferecem experiências imersivas que permitem aos utilizadores participar em práticas espirituais, tudo em ambientes cuidadosamente projetados para promover relaxamento, introspeção e partilha em comunidade.

A IA contribui também para a reconfiguração de conceitos e valores, na maioria das vezes subvertendo significados tradicionais. Bogalheiro argumenta que a técnica moderna é caracterizada pela superação de estruturas fixas e pela emergência de sistemas dinâmicos que abrem espaço para novas formas de individuação e conexão.

“Trata-se de testar uma mudança de ângulo dos objectos técnicos em si mesmos [...] para as operações e as relações que estabelecem, enquanto elementos relacionais de um sistema e enquanto irreduzíveis centros de indeterminação e de criação de possíveis não previstos.” (Bogalheiro, 2016, p.8)

2.2 Análise de Dados e Feedback

A capacidade de a IA analisar enormes volumes de dados num curto espaço de tempo, permite a identificação de padrões e tendências nas crenças e comportamentos dos utilizadores quase instantaneamente. Este feedback é utilizado para melhorar e otimizar o conteúdo e as estratégias de entrosamento entre utilizadores e o algoritmo, garantindo que as mensagens sejam eficazes e ressoem com o público-alvo. Este processo é particularmente relevante em contextos religiosos e espirituais, porque a adaptabilidade das mensagens pode influenciar significativamente a adesão de novos membros ao grupo criado.

2.2.1 Consequências Éticas e sociais

Embora a IA seja uma ferramenta muito poderosa sobretudo para fortalecer comunidades de crença, por outro lado também levanta bastantes questões éticas e sociais. A criação de bolhas de informação pode levar à polarização e ao reforço de crenças extremas, enquanto a manipulação algorítmica de conteúdo pode ser utilizada para fins nefastos, como a disseminação de desinformação (Rheingold, 1993, p. 45).

Estamos a viver a revolução da Inteligência Artificial e de facto, ela também desempenha um papel vital na construção de grupos de crença, porque sobretudo facilita a personalização de conteúdo, amplificação de mensagens, criação de ambientes virtuais e análise de dados.

2.2.2 Conceito de Agência Técnica

Na sua tese de doutoramento Manuel Bogalheiro faz-nos a proposta de analisarmos os objetos técnicos de forma diferente, o autor propõe ao leitor não percecionarmos os objetos apenas como instrumentos inativos que executam funções predefinidas criadas pelos seus utilizadores. Argumenta também que estes objetos não são totalmente previsíveis ou controláveis pelos humanos, eles têm a capacidade de agir de formas diferentes. O autor levanta uma questão que implica que os objetos técnicos possuem uma forma de agência própria, uma capacidade de influenciar e moldar os processos nos quais estão envolvidos. (Bogalheiro, 2021, p. 60)

Além desta atividade, Bogalheiro argumenta na sua obra *Techno-Animism: the Magical Existence of Technical objects*, que os objetos técnicos podem operar autonomamente. Isto significa que uma vez ligado, eles podem continuar a funcionar e interagir com seu ambiente de formas que não dependem inteiramente da intervenção humana direta, vão adquirindo conhecimento e tratando dele internamente. Este conceito é particularmente relevante no contexto das tecnologias digitais e da inteligência artificial, onde os sistemas podem aprender, adaptar-se e tomar decisões independentes.

A Inteligência artificial é um claro exemplo de como os objetos técnicos conseguem exercer agência e autonomia. Sistemas de IA avançados, como redes neurais e algoritmos de aprendizagem da máquina, podem processar informações, aprender com dados e ainda no processo tomar decisões baseadas em padrões complexos. A realidade é que esta situação pode acontecer, e a maior questão é que as tomadas de decisão vão ser muitas vezes da forma que seus criadores não anteciparam.

A Internet das coisas (IOT) segue pelo menos caminho, os dispositivos interconectados podem comunicar entre si e operar autonomamente para facilitar, otimizando processos, como a gestão de energia em edifícios inteligentes, abertura de portas relacionadas com câmaras de vigilância etc.

A visão de Bogalheiro desafia o modelo clássico da relação humano-técnica, onde os humanos são os agentes principais e os objetos técnicos são meramente passivos. Em vez disso, o autor propõe uma visão mais dinâmica e interativa. Os objetos técnicos são co-agentes nas redes de ação e influência. (Bogalheiro, 2016, P.87)

Esta visão ergue algumas questões filosóficas e éticas importantes sobre a autonomia técnica e o papel dos objetos técnicos na sociedade. Se os objetos técnicos puderem agir e tomar decisões autonomamente então, passa a existir uma necessidade de reavaliar a responsabilidade, a moralidade e a governança das tecnologias.

A obra "Materialidade e Tecnicidade: Investigação sobre a objectualidade Técnica" de Bogalheiro oferece uma análise filosófica e profunda da tecnicidade e materialidade dos objetos, através desta obra, conseguimos entender como o autor examina como a evolução dos artefactos técnicos ao longo da história têm moldado e transformado a cultura contemporânea.

2.2.3 Tecnicidade e Materialidade

A tecnicidade, segundo Manuel Bogalheiro, é um conceito que abrange a agência e a autonomia dos objetos técnicos, a capacidade dos objetos operarem autonomamente em redes complexas, e o contínuo desenvolvimento e renovação das condições técnicas. Esta transcende a mera funcionalidade dos objetos técnicos, integrando-se profundamente às redes de relações que incluem o Homem, a natureza e o tempo. Esta abordagem amplia a nossa compreensão da parte técnica, propondo uma visão onde os objetos técnicos são mesmo agentes ativos na construção de realidades culturais e sociais. (Bogalheiro, 2016, p.8)

Um aspeto crucial da tecnicidade é a reticulação, ou seja, a capacidade dos objetos técnicos de operarem em rede, tanto espacial como temporalmente. Este conceito explica que um objeto não opera isoladamente, mas pelo contrário, cria uma relação com os outros objetos dentro de um sistema maior. A tecnicidade é, portanto, uma característica do conjunto funcional que cobre o mundo, permitindo que o objeto adquira significado através de suas interações com outros objetos (Bogalheiro, 2016, p. 2)

A tecnicidade é descrita na obra de Bogalheiro *Materialidade e Tecnicidade: Investigação sobre a objectualidade técnica*, como um processo de transdução, a técnica evolui e atinge um novo nível de aplicação e potencial. Sem transdução, haveria apenas mímica ou tradução de formas, enquanto a tecnicidade congrega as formas em direção à sua potencialidade implícita, extraíndo novas expressões e atualizações. A tecnicidade permite não apenas expor, mas também renovar as condições de realização da evolução técnica. É um método reflexivo que ultrapassa as condições particulares de um objeto singular, um sistema técnico especializado, ou um domínio de conhecimento circunscrito. Ela existe nos elementos técnicos mais primários e pronuncia-se totalmente nos conjuntos funcionais complexos. Um sistema técnico de alta tecnicidade combina estes elementos básicos num estado de acordo operacional, autorizando que a tecnicidade dos elementos seja atualizada na relação ativa com o conjunto do sistema.

Deve pensada como uma tendência processual sempre em execução, onde se estabelece uma rede de relações entre realidades heterogêneas, como o Homem, a natureza e o tempo. (Bogalheiro, 2016, p.158)

Esta abordagem genealógica atenta para a evolução temporal da técnica quanto uma essência intrinsecamente técnica que está sempre por atualizar. Também envolve grandes esquemas operatórios que não se reduzem a um único domínio técnico ou ciência.

2.2.4 Materialidade dos objectos técnicos

A materialidade dos objetos técnicos, conforme explorado por Manuel Bogalheiro, vai além da simples presença física e tangível dos artefatos. É no fundo uma análise que reúne a compreensão das dinâmicas internas, as relações com outros objetos e as interações com o ambiente técnico e cultural numa mesma mesa.

Bogalheiro sugere na sua obra *Materialidade e Tecnicidade: Investigação sobre a objectualidade técnica*, que a materialidade dos objetos técnicos não pode ser simplesmente reduzida aos próprios atributos físicos externos. O autor argumenta na sua obra *Materialidade e tecnicidade: Investigação sobre a objectualidade técnica*, que esta precisa de ser explorada num contexto mais amplo, que inclui a operacionalidade, a reticulação e a dinâmica dos objetos técnicos. Esta abordagem desafia a visão tradicional que se foca apenas na substância física dos objetos. (Bogalheiro, 2016, p.65)

Um ponto central desta profunda análise de Bogalheiro é a instabilidade intrínseca nos objetos técnicos na era digital. Difere bastante dos objetos mecânicos tradicionais, que têm uma materialidade relativamente estável, pelo contrário os objetos digitais são caracterizados por estarem sempre em atualização.

Nos ambientes digitais, a materialidade é a maior parte das vezes fluída e adaptativa, refletindo a natureza mutável dos dados e das configurações digitais. Esta flexibilidade quer dizer que a especificidade de um objeto técnico digital não pode ser fixada num único ponto no tempo ou espaço, mas deve ser entendida como uma série de estados sempre em evolução. (Bogalheiro, 2016, p.49)

Como já tivemos a oportunidade de explorar umas linhas em cima, Bogalheiro utiliza o conceito de transdução na sua obra *Materialidade e Tecnicidade: Investigação sobre a objectualidade técnica*, para explicar como os objetos técnicos evoluem e se concretizam em novos contextos. A transdução refere-se ao processo pelo qual a técnica alcança novas formas de aplicação e funcionalidade.

A Meta estabilidade descreve a capacidade que os objetos técnicos têm de manter uma estabilidade funcional enquanto permanecem abertos à adaptação e à mudança. A meta estabilidade é um equilíbrio dinâmico que permite que os objetos técnicos respondam e se adaptem às novas exigências e condições operacionais do momento.

A materialidade dos objetos técnicos também deve ser compreendida em termos da sua integração nas redes reticulares. Isto significa que os objetos técnicos são frequentemente partes de sistemas mais amplos e complexos, onde sua funcionalidade e significado emergem das interações dentro das próprias redes.

A noção de conjuntos técnicos reflete a ideia de que a materialidade dos objetos é um papel da sua participação nas configurações técnicas maiores. Os objetos técnicos individuais ganham o seu significado e funcionalidade plena quando finalmente são considerados como partes de um todo integrado e interdependente.

Bogalheiro também aborda na sua obra *Materialidade e Tecnicidade: Investigação sobre a objectualidade técnica*, acerca das implicações culturais e filosóficas da materialidade dos objetos técnicos. Ele argumenta que a compreensão da materialidade deve incluir uma análise das condições históricas e culturais que moldam a produção e a utilização dos objetos técnicos.

Ao longo da história, os artefatos técnicos evoluíram de simples ferramentas manuais para complexos sistemas digitais. Em *Materialidade e Tecnicidade: Investigação sobre a objectualidade técnica*, Bogalheiro traça esta evolução, destacando como cada fase de desenvolvimento técnico conduziu a mudanças nas formas de produção, uso e significação dos objetos técnicos. (Bogalheiro, 2016, p.70)

Cada avanço técnico impactou a cultura de maneiras importantes. Por exemplo, a revolução industrial introduziu novas máquinas, mas também transformou as estruturas sociais e económicas. Da mesma forma, a revolução digital, e a revolução AI está a transformar a maneira como vivemos, trabalhamos e interagimos uns com os outros.

Nesta era digital em que vivemos, os objetos técnicos desempenham um papel central na mediação de experiências culturais. Os dispositivos que andam todos os dias connosco nos nossos bolsos ou mochilas, como *smartphones*, computadores e até mesmo redes sociais em que temos o nosso perfil, profissional ou pessoal, não são apenas ferramentas, mas partes integrantes da infraestrutura cultural que molda a forma como percebemos e interagimos com o mundo à nossa volta.

A análise de Bogalheiro também tem implicações para o futuro da tecnologia. Ele sugere que, ao compreendermos melhor a tecnicidade e a materialidade dos objetos técnicos, podemos desenvolver uma relação mais consciente e crítica com a tecnologia; talvez neste momento consigamos reconhecer melhor a sua evolução constante e impacto na cultura.

2.2.5 Digitalização e desmaterialização do corpo

A desmaterialização do corpo, discutida por Byung-Chul Han e ecoada pelos professores Daniel Mineiro e Paulo Pinto, reflete como a era digital altera a percepção e a importância do corpo físico. No ambiente virtual, as práticas espirituais que tradicionalmente enfatizam a presença física e a comunidade são transformadas.

Os praticantes adaptam rituais para o espaço digital, onde elementos como avatares e espaços virtuais se tornam novos locais para prática e expressão espiritual, similar ao modo como o corpo se torna um canvas para a tatuagem. Tanto o Filósofo e escritor Sul coreano Byung-Chul Han na sua obra *Sociedade da transparência*, quanto os professores Daniel Mineiro e Paulo Pinto na sua obra *Tatuar o Tabu, ou Incarnar uma Vestimenta: Da necessidade do corpo para uma vivência do Símbolo e do Rito*, discutem a tensão entre individualidade e comunidade, e estudar este tema à luz destes autores é de facto uma mais-valia para este trabalho. Han na sua obra já mencionada em cima critica a falta de autenticidade em comunicações digitais superficiais, enquanto que Daniel Mineiro e Paulo Pinto vêm na tatuagem uma afirmação da identidade individual contra normas comunitárias. No contexto espiritual online, esta tensão manifesta-se no balanceamento entre a procura de espaços comunitários de suporte e a expressão da individualidade espiritual, que pode ou não alinhar-se com as normas tradicionais ou comunitárias predominantes.

Ao integrar estes autores e conceitos, esta dissertação pode oferecer uma visão clara sobre como a espiritualidade está a ser redefinida na era digital. A transformação do corpo físico num corpo digital, e o uso de dor, tanto literal quanto metafórico, através da transformação espiritual e identitária, são pontos-chave que conectam a realidade tradicional com a virtual, ilustrando uma continuidade adaptativa das práticas espirituais no ambiente digital.

A inclusão da tecnologia no quotidiano implicou profundas consequências na percepção corporal, sendo este um dos temas centrais na obra do filósofo Don Ihde. Nas

suas análises fenomenológicas sobre a relação entre o ser humano e a tecnologia, Don Ihde desenvolve o conceito de "embodiment relations", narrando a possibilidade das tecnologias se tornarem extensões do corpo humano assim como a capacidade que estas têm, de moldarem a forma como interagimos com o mundo.

Segundo Ihde, "A tecnologia torna-se sobretudo 'transparente'. É como se fosse incorporada na minha própria experiência perceptivo-corporal (IHDE, 1990, p. 74).

Isto significa que, quando uma tecnologia é bem integrada, ela desaparece da consciência direta, sendo assim experimentada como parte do próprio corpo, tal como acontece com os óculos, bengalas ou até com os automóveis.

A perspectiva de Ihde é particularmente relevante para conseguirmos entender como os dispositivos digitais como smartphones, wearables e interfaces de realidade virtual alteram e impactam a nossa experiência corporal.

Don Ihde destaca que

"Ao expandir as capacidades corporais, a tecnologia também as transforma o que evidencia que a tecnologia não é um mero instrumento neutro, mas um mediador ativo da experiência vivida. Ao usarmos a tecnologia, ampliamos as nossas capacidades físicas e cognitivas, mas também reconfiguramos a relação entre o corpo, a mente e o ambiente. Assim, concluímos que a tecnologia é simultaneamente uma extensão e uma transformação da nossa própria corporalidade, moldando a forma como habitamos o mundo" (IHDE, 1990, p. 75).

Um exemplo ilustrativo das teorias demonstrado pelo Dr. Ihde é a utilização de próteses avançadas e interfaces cerebrais diretas. Estas tecnologias não só restauram funções perdidas, mas também alteram a maneira como os utilizadores percebem e experienciam os seus próprios corpos, desafiando as fronteiras tradicionais entre o humano e o tecnológico. Esta interação exemplifica a "relação de incorporação", onde a tecnologia se interliga ao corpo, alterando a percepção sensorial assim como a auto-percepção. (IHDE, 1990, p. 93).

Além deste facto, a interação constante com as redes sociais e a realidade aumentada cria uma camada adicional de complexidade na auto-percepção corporal. Dr. Ihde argumenta na sua obra *Technology and the Lifeworld: From Garden to Earth* que os utilizadores passam a experimentar o mundo através de uma mistura de inputs sensoriais reais e virtuais, o que pode levar a uma redefinição da imagem corporal e da identidade.

Dr. Ihde discute esta transformação como uma forma de "alteração tecnológica", aqui a tecnologia ocupa um papel de "outro" que é ao mesmo tempo familiar e estranho.

Assim, a análise de Don Ihde fornece uma estrutura robusta para compreender como as tecnologias digitais estão a redefinir a percepção corporal numa era contemporânea. Esta sua abordagem fenomenológica permite-nos ver não apenas as mudanças pragmáticas trazidas pela tecnologia, mas também as transformações existenciais que moldam a nossa experiência do ser no mundo digitalizado.

Acredito que depois de termos algum contexto de um filósofo que marcou o mundo ocidental, voltar novamente para a Ásia nos vai ajudar a aprofundar mais sobre o tema da digitalização, mas sobretudo acerca da transformação da privacidade.

Na era digital, a noção de privacidade sofreu transformações radicais. Byung-Chul Han, traz-nos um contributo relevante acerca destas mudanças no contexto de suas reflexões sobre transparência e vigilância. Nas obras como *Sociedade da transparência*, Byung-Chul Han explora acerca da digitalização e de como esta fomentou uma cultura de visibilidade que compromete a privacidade individual.

Byung-Chul Han argumenta que vivemos numa sociedade da transparência onde a compulsão por visibilidade se torna quase totalitária. A tecnologia digital, especialmente através de redes sociais e dispositivos sempre ligados, promove uma constante exposição do eu, onde cada ação e preferência são registadas, analisadas e frequentemente monitorizadas. (Han, 2015, p.45)

2.3 Mais *Youtube*, menos privacidade.

Esta exposição contínua a criar uma atmosfera onde a privacidade é totalmente desvalorizada, e até em alguns casos é vista como algo suspeito.

Estamos neste preciso momento a viver dias em que alguns dos *youtubers* mais conhecidos, estão a viver grandes depressões, os vídeos tornam-se virais, e há uma coisa em comum neles, a falta de privacidade e as horas infinitas de trabalho para a *performance* não falhar, levou-os ao extremo cansaço psicológico. (Luke Balcombe, 2023, p.3)

O site norte americano *polygon.com* fez uma reportagem em 2018 com alguns criadores de conteúdos mais conhecidos nos Estados Unidos, sobre os efeitos nocivos que as redes sociais e o uso intensivo da *internet* causam na saúde mental. Muitos criadores de conteúdos já estavam a viver das maiores crises mentais que alguma vez experimentaram, exatamente provocada pela falta de privacidade. *Hater*, é um termo que

identifica pessoas que usam as redes sociais para denunciar falhas no conteúdo, mas sobretudo para fazerem ofensas pessoais públicas ou privadas, aos criadores de conteúdo. O portal norte americano evidencia pelo menos mais duas causas que fazem com que os criadores de conteúdo não queiram permanecer no *Youtube* (Luke Balcombe, 2023, p.4).

O algoritmo utilizado no *YouTube* é um conjunto complexo de sistemas e processos automatizados que têm como objetivo recomendar e organizar os vídeos da plataforma de forma a maximizar e gerir com base nos dados recolhidos a satisfação dos utilizadores, e consequentemente o tempo que cada utilizador passa em cada página, a quantidade de cliques ou até a forma como um vídeo pode despertar interesse.

Este algoritmo é essencial para a experiência dos utilizadores mas muito agressivo e feroz para os criadores de conteúdo. Este algoritmo define quais são os vídeos que serão mostrados em diversos locais do *website*, que tipo de publicidade é apresentada, dependendo do perfil que está naquele exato momento a ver o *Youtube*, gere também as sugestões ao lado dos vídeos que estão a ser assistidas, assim como os resultados de pesquisa. (Luke Balcombe, 2023, p.14)

Existem alguns fatores que influenciam o algoritmo do *YouTube*: O Histórico de Visualização e Pesquisa: O algoritmo analisa o histórico de visualização e pesquisa dos utilizadores para recomendar vídeos que correspondem aos seus interesses. Quanto mais o utilizador usa a plataforma, mais eficiente se torna a recomendação de vídeos.

Angariação de utilizadores: O algoritmo dá muita importância à angariação de utilizadores com os vídeos. É exatamente para isto que foi criado o botão “gostar”. Partilhas, comentários, tempo de visualização e taxa de retenção do público. Vídeos que geram maior angariação de novos utilizadores, tendem a ser recomendados com mais frequência.

Relevância e personalização: O *YouTube* personaliza as recomendações com base nas preferências individuais dos utilizadores, significa que dois utilizadores diferentes podem ver recomendações distintas mesmo que tenham um interesse geral em comum.

Tendências e popularidade: Os vídeos que estão a ganhar popularidade rapidamente ou que são tendência num determinado momento têm mais hipóteses de serem promovidos pelo algoritmo. O *YouTube* identifica estes vídeos com base na velocidade de crescimento em visualizações.

Qualidade e autoridade do canal: Canais que consistentemente produzem conteúdo de alta qualidade e têm uma base sólida de inscritos fiéis têm uma probabilidade maior de serem favorecidos pelo algoritmo. A regularidade na publicação de vídeos e a interação com os espectadores também são fatores muito importantes. E é exatamente aqui que os criadores de conteúdo ficam aprisionados ao algoritmo. (Luke Balcombe, 2023, p.16)

Segurança e conformidade com diretrizes: O YouTube monitoriza e avalia o conteúdo para garantir que todos cumprem com as diretrizes comunitárias e políticas de segurança. Conteúdos que violam estas diretrizes podem ser penalizados ou removidos, por outro lado, canais que seguem as regras têm mais hipóteses de serem promovidos.

Sinais de Sessão: O algoritmo também considera a forma como cada vídeo contribui para a experiência geral de visualização do utilizador. Esta ferramenta esclarece como é que um vídeo específico pode levar os utilizadores a assistir a outros vídeos na mesma plataforma e assim alimentar ainda mais o próprio algoritmo.

O algoritmo do *YouTube* é uma ferramenta forte e dinâmica projetada para fornecer uma experiência personalizada e envolvente para cada utilizador. Este algoritmo baseia-se numa combinação de dados históricos, entre eles, comportamento do utilizador, qualidade do conteúdo e conformidade com as diretrizes da comunidade para determinar que tipo de conteúdo disponibiliza mediante o tipo de auditório, a contínua adaptação e evolução do algoritmo garantem que ele mesmo consiga permanecer eficaz.

A última razão tem que ver com a *performance*. A pressão constante que os utilizadores vivem em evidenciarem que têm uma vida que na realidade não têm, a pressão constante em serem “omnipresentes” e perfeitos nesse estado de presença global.

O *Youtube* nasceu dia 14 de fevereiro de 2005 precisamente às 21h13. Após quase 20 anos da sua criação, conseguimos mais claramente entender os impactos positivos, mas sobretudo os impactos negativos na saúde mental provocada na vida dos criadores de conteúdo.

O artigo "*The Impact of YouTube on Loneliness and Mental Health*" reúne alguns dos principais impactos positivos e negativos do uso do YouTube na solidão e principalmente na saúde mental.

O estudo considera as relações parassociais, as obliquidades dos algoritmos de recomendação e a vulnerabilidade das crianças e adolescentes ao conteúdo problemático e de risco.

É também uma revisão integrativa que sintetiza 32 artigos empíricos e teóricos

sobre o impacto do *YouTube* na solidão e saúde mental. Foram analisadas questões relacionadas com a eficácia clínica, impacto do utilizador, impacto sociocultural, prontidão para adoção de soluções digitais e desafios na implementação de intervenções.

Interação social e apoio: O *YouTube* na sua generalidade pode ser uma ajuda na conexão social, oferecendo assim um senso de comunidade e apoio emocional através de vídeos educacionais e de consciencialização sobre a saúde mental. (Luke Balcombe, 2023, Pp. 10-39)

Impactos Negativos:

As relações parassociais podem provocar impacto negativo na saúde mental, criando um vínculo unilateral que pode levar à idealização irrealista e ao desapontamento.

Existe o risco de exposição a conteúdos prejudiciais que promovem comportamentos não saudáveis e impactam negativamente a saúde mental.

Os erros no algoritmo podem amplificar a visibilidade de conteúdos inadequado, afetando especialmente os mais vulneráveis, como crianças e adolescentes.

Considerações sobre a Interação Humano-Computador (HCI)

A necessidade de intervenções que orientem os utilizadores para conteúdos verificados e positivos em termos de saúde mental é realçada. Sugere-se o desenvolvimento de sistemas de recomendação independentes que possam filtrar e promover conteúdos seguros e informativos.

2.3.1 Conclusões e Recomendações do estudo

Este estudo propõe o desenvolvimento de algoritmos de recomendação independentes para a melhoria da apresentação de conteúdos seguros e didáticos, promovendo intervenções digitais de saúde mental.

Recomenda-se uma colaboração entre profissionais de informática, saúde mental e a comunidade *YouTube* para desenvolver estratégias eficazes.

A criação de programas pedagógicos, de consciencialização através do *YouTube* pode preencher lacunas na educação sobre saúde mental e promover comportamentos positivos.

Este artigo enfatiza a dualidade do impacto do *YouTube* na saúde mental e na solidão, destacando a necessidade de intervenções direcionadas e a colaboração entre diferentes áreas para mitigar os efeitos negativos e amplificar os positivos.

O autor Byung-Chul Han, explora a ideia de que a gravação digital e a autoexposição não são apenas impostas externamente, mas são internalizadas, levando os indivíduos a participar voluntariamente da sua própria vigilância. Este aspecto reflete uma mudança significativa no conceito de liberdade e autonomia, onde a privacidade não é apenas uma questão de se esconder do olhar público, mas de gerir a visibilidade de uma maneira que se alinhe com as expectativas culturais e sociais contemporâneas.

Em *Psycho-Politics*, Byung-Chul Han discute como as tecnologias digitais, particularmente algoritmos e *big data*, são usadas para prever e moldar comportamentos. Este controlo invisível, segundo ele, é muito mais eficaz do que formas explícitas de poder, pois opera sob a superfície da consciência individual, tornando os indivíduos participantes ativos na sua própria submissão ao poder.

O filósofo também levanta preocupações sobre como a invasão da privacidade afeta a saúde mental e a autenticidade das interações humanas. A falta de espaços privados onde possamos escapar do olhar do outro leva a um estado de exaustão psicológica e uma perda de profundidade nas relações humanas.

A adaptação de práticas espirituais no ambiente digital: estudos de caso e análise
A digitalização das práticas espirituais tem transformado significativamente a forma como a espiritualidade é expressa e vivenciada no século XXI. Este fenómeno pode ser observado em diversas comunidades espirituais que se adaptaram ao ambiente digital, usando tecnologias para manter e reinventar as suas práticas tradicionais.

Uma das adaptações mais notáveis ocorre no campo da meditação e *mindfulness*. Plataformas como *Headspace* e *Insight Timer* facilitam sessões de meditação guiada *online*, tornando as múltiplas práticas de meditação acessíveis globalmente através de aplicações. Estas plataformas oferecem sessões de meditação, através de um simples *smartphone* mas também criam comunidades virtuais onde os utilizadores podem partilhar as suas experiências e apoiar-se mutuamente partilhando os seus dilemas e conquistas, fazendo assim parte da comunidade.

A relevância das comunidades virtuais na promoção do bem-estar mental ganha

ainda mais destaque no contexto da crise de saúde pública global causada pela pandemia COVID-19. Neste cenário, a prática de *mindfulness* tem sido reconhecida como uma ferramenta significativa para mitigar os efeitos psicológicos adversos, como ansiedade e depressão, exacerbados pelo isolamento social e incertezas económicas.

“A pandemia do COVID-19 trouxe impactos significativos à saúde mental, com o aumento dos níveis de ansiedade e depressão devido ao isolamento social e às incertezas económicas. Nesse contexto, a prática de *mindfulness* tem sido destacada como uma estratégia de enfrentamento eficaz para melhorar a qualidade de vida, contribuindo para a regulação emocional e a redução do sofrimento psíquico” (Almeida, 2021, p. 3)

As plataformas *online* de meditação e *mindfulness*, como mencionado além de facilitarem o acesso às práticas de meditação, também funcionam como espaços seguros onde indivíduos podem encontrar apoio coletivo, crucial para a gestão do stress e para a manutenção da saúde mental durante períodos de crise (Almeida, 2021, p.7).

A eficácia da intervenção em *mindfulness*, especialmente em formatos virtuais, é corroborada por estudos que destacam sua capacidade em reduzir sintomas de ansiedade e depressão ao mesmo tempo que promove a resiliência psicológica em tempos de pandemia. Por exemplo, um estudo realizado por Almeida, “A importância da prática de *mindfulness* como ferramenta para a redução dos sintomas de ansiedade e depressão no contexto da pandemia de covid-19” indica que a intervenção em *mindfulness* através de comunidades virtuais é eficiente enquanto estratégia de reconhecimento do sofrimento psico-emocional, estando associada à prevenção, promoção e tratamento da saúde mental. Este estudo reforça a ideia de que as plataformas digitais democratizam o acesso às práticas de *mindfulness*, mas também amplificam o seu impacto ao possibilitar uma conexão contínua entre os seus praticantes, promovendo uma rede de suporte emocional e espiritual que é vital em períodos de isolamento e incerteza (Almeida, 2021, p.8).

Concluimos que as integrações das práticas de meditação em ambientes virtuais representam uma evolução crucial na maneira como as técnicas de *mindfulness* são praticadas. Tais práticas, suportadas por comunidades virtuais robustas, apoiam o indivíduo na sua busca por paz interior e autoconhecimento, mas também se estabelecem como ferramentas essenciais para o bem-estar coletivo, adaptando-se às necessidades

emergentes de uma sociedade cada vez mais conectada e, simultaneamente, desafiada por crises globais.

2.3.2 As armas comunicacionais

A revolução digital abarca consigo uma transformação profunda na maneira como comunicamos uns com os outros, a chegada avassaladora de novas tecnologias a cada dia que passa, e a facilidade enorme que a humanidade tem para se adaptar a estas, tem desempenhando um papel central neste processo. Diversos autores académicos têm analisado como estas mudanças afetam as dinâmicas sociais, destacando o conceito de "armas comunicacionais" como ferramentas poderosas para influenciar e moldar percepções.

Hermínio Martins, na sua obra "Experimentum Humanum", aborda a transformação da interação humana através das tecnologias modernas. O autor argumenta que as tecnologias de comunicação moderna servem como extensões das capacidades humanas, ampliando o alcance e o impacto das nossas mensagens. Hermínio Martins considera as tecnologias digitais como ferramentas que podem ser usadas tanto para a emancipação quanto para o controle social. As "armas comunicacionais" neste contexto referem-se ao uso estratégico destas mesmas tecnologias para influenciar opiniões, moldar comportamentos e exercer poder.

"A retórica [...] vem dos saint-simonianos até aos nossos dias. Tem sido reiterada a propósito de cada nova onda de inovações nas tecnologias de transporte, de comunicação e de informação, com o entrelaçamento e conjugação das suas redes, as digitais nas últimas décadas, uma retórica que as associa estreitamente com as 'utopias de comunicação' [...] e com as 'utopias planetárias' [...] da descentralização e da des-hierarquização." (Martins, 2012, p. 306)

O autor discute como a tecnologia pode ser utilizada para criar realidades virtuais que afetam a perceção da realidade das pessoas. A capacidade de manipular imagens, sons e textos em tempo real transforma a criação de conteúdo por parte destes novos meios de comunicação uma arma poderosa para a propaganda e a persuasão.

Hermínio Martins, na sua obra, Experimentum Humanum Civilização Tecnológica e Condição Humana faz uma análise sobre as redes sociais no contexto das

novas formas de comunicação e tecnologia, e destaca a maneira como estas plataformas facilitam a disseminação rápida de informações e possibilitam a mobilização social numa escala sem precedentes.

Martins na sua obra "Experimentum Humanum" argumenta que as redes sociais transformaram radicalmente a maneira como as informações são distribuídas e consumidas. Ele identifica alguns pontos-chave que explicam essa mudança:

Imediatismo: A enorme capacidade dos utilizadores usarem as redes sociais para fazerem diretos, e com isto transmitir informações em tempo real, as redes sociais estão talhadas para que notícias e eventos sejam partilhados globalmente e quase instantaneamente, levando mais utilizadores a terem acesso aos eventos partilhados. Esta questão contrasta fortemente com os métodos tradicionais de comunicação, que são mais lentos e menos dinâmicos. (Martins, 2012, p. 320)

Alcance Global e Participação Ativa: Fronteiras físicas foram apagadas do mapa digital. Apesar de estarem a ser reerguidas novamente por diferentes países, há sempre forma de dar a volta ao tema, e neste momento as redes sociais permitem transcender barreiras culturais e geográficas. As redes sociais permitem a disseminação de informações, mas também incentivam a participação ativa dos utilizadores. As pessoas podem comentar, partilhar e envolver-se com o conteúdo, ampliando ainda mais o alcance das mensagens.

2.3.4 Byung-Chul Han: A sociedade da transparência

Byung-Chul Han, na sua obra "A Sociedade da Transparência", oferece uma perspetiva crítica sobre a cultura digital contemporânea. Han também argumenta que a compulsão pela visibilidade e transparência, promovida pelos meios de comunicação social e por outras tecnologias digitais, atua como uma forma de controle e manipulação. As "armas comunicacionais", para Han, são as ferramentas digitais que transformam a transparência num meio de vigilância e conformidade.

Han destaca como a pressão para estar constantemente visível e exposto nas redes sociais pode levar a um comportamento conformista, onde os indivíduos moldam as suas ações e pensamentos para se alinharem com as expectativas do público. Esta dinâmica

cria um ambiente onde a autenticidade é sacrificada pela aceitação social, e as plataformas digitais tornam-se instrumentos de controle social ao incentivar a autovigilância e a censura. (Han, 2015, p.35)

Manovich na sua obra "The Language of New Media", explora como é que as novas tecnologias digitais são capacitadas para provocar uma revolução na comunicação, sobretudo na criação e consumo de conteúdo. O autor argumenta que a computação gráfica, a internet, as interfaces de utilizador e a interatividade estão a criar uma linguagem, vamos aprofundar esta questão.

A computação gráfica: Refere-se à criação e manipulação de imagens digitais através de computadores. Esta área tem evoluído significativamente nos últimos anos, permitindo assim a criação de ambientes digitais complexos e altamente realistas que podem ser utilizados em diversos contextos, desde Jogos, filmes, aplicações de design, realidade aumentada etc. A computação gráfica dá-nos a possibilidade de visualização de conceitos abstratos e ao mesmo tempo a simulação de cenários que não poderiam ser alcançados pela fotografia tradicional. Esta capacidade de criar imagens sintéticas expande o vocabulário visual disponível para a comunicação mediática. (Manovich, 2001, pp. 21-55)

A internet tornou-se cada vez mais um mundo de conceitos, ela revolucionou a distribuição e o acesso à informação, a forma como as pessoas vivem em sociedade, mas sobretudo a forma como as pessoas comunicam. Antes da *internet*, a distribuição de conteúdo mediático era controlada por um número limitado de grandes corporações, mas com a chegada da *internet*, qualquer pessoa pode criar e distribuir conteúdo, democratizando a produção de conteúdo. Esta mudança não apenas aumentou a diversidade de vozes e perspetivas, alterou sobretudo a forma como consumimos conteúdos, promovendo um consumo mais ativo e interativo.

Interfaces de Utilizador

As interfaces de utilizador (*UI*) são os meios pelos quais os utilizadores interagem com os dispositivos digitais. A evolução das *UI*, incluindo a introdução de interfaces gráficas (*GUI*) e interfaces de toque, tornou a interação com a tecnologia mais intuitiva e acessível a mais pessoas. As *UI* influenciam significativamente a experiência do utilizador, traçando um novo caminho e moldando a forma como navegamos e interagimos com o conteúdo digital. Uma *UI* bem desenhada pode tornar as operações

digitais mais complexas e de difícil acesso, simples e eficientes, melhorando assim a comunicação e a troca de informação. (Manovich, 2001, pp. 41-55)

Interatividade

A interatividade é uma característica fundamental para os novos meios de comunicação, porque permite que os utilizadores não sejam apenas consumidores passivos, mas também participantes ativos. A interatividade assume diferentes formas, a navegação através de *links* na *web*, a participação em jogos digitais ou simplesmente criação e partilha de conteúdo nas redes sociais. A capacidade de interagir com o conteúdo mediático permite uma personalização e uma experiência mais envolvente, tornando a comunicação mais dinâmica e adaptada às necessidades e preferências do utilizador.

A nova linguagem dos meios de comunicação

Manovich argumenta na sua obra *The Language of new Media* que a combinação destes elementos – computação gráfica, internet, interfaces de utilizador e interatividade – resultam numa nova linguagem mediática, distinta das formas tradicionais de comunicação que foram criadas até aqui. Esta nova linguagem é caracterizada pela sua modularidade, variabilidade e automação. (Manovich, 2001, pp. 45-52)

Modularidade: O conteúdo digital é composto por módulos independentes que podem ser combinados de várias maneiras. Por exemplo, uma página *web* pode incluir texto, imagens, *gifs*, vídeos e animações, cada um dos quais pode ser modificado ou atualizado independentemente dos outros.

Variabilidade: O conteúdo digital pode ser apresentado de várias formas, dependendo das preferências do utilizador, do sistema operativo ou até do dispositivo que o utilizador pretende usar. Um site por exemplo, pode utilizar uma versão diferente para dispositivos móveis e computadores de secretária, ou uma aplicação pode oferecer diferentes níveis de dificuldade ou opções de personalização.

Automação: Muitos processos na criação e distribuição de conteúdo digital são automatizados. Ferramentas de edição de vídeo, software de design gráfico e algoritmos de recomendação de conteúdo utilizam a automação para melhorar a eficiência e a personalização. (Manovich, 2001, pp. 21- 32)

Esta nova linguagem mediática oferece possibilidades vastas e inovadoras para a comunicação, permitindo a criação de experiências ricas, interativas e personalizadas. No

entanto, apresenta desafios e preocupações, na gestão de privacidade e na qualidade da informação, a manipulação de informação e a própria desinformação é uma preocupação real e constante. (Manovich, 2001, p. 32)

Esta nova linguagem permite que as mensagens sejam manipuladas e distribuídas de uma forma que antes nunca foi possível. As armas comunicacionais referem-se aqui às ferramentas digitais que permitem a personalização e segmentação de mensagens para públicos específicos, aumentando assim a eficácia da comunicação e, potencialmente, a manipulação das perceções e comportamentos das pessoas.

Manovich destaca como a interatividade e a multimodalidade dos meios de comunicação permitem que os utilizadores acessem ao conteúdo, mas também criem e distribuam o conteúdo. Esta democratização da criação de conteúdo pode ser vista como uma arma poderosa, capaz de influenciar a opinião pública e moldar narrativas sociais e políticas. No entanto, ele também adverte sobre os perigos dessa capacidade, incluindo a potencial propagação de desinformação e a manipulação.

Acredito que a análise conjunta de Lev Manovich, Hermínio Martins e Byung-Chul Han oferece uma compreensão bastante abrangente de como as tecnologias digitais funcionam como "armas comunicacionais". Estas armas amplificam a capacidade de influenciar e moldar perceções, e também introduzem novas formas de controle social e manipulação. A interatividade e a democratização da criação de conteúdo, a capacidade de moldar realidades virtuais e a compulsão pela transparência são aspetos centrais destas novas dinâmicas comunicacionais. Estas ferramentas, quando são usadas de forma estratégica, podem tanto emancipar quanto oprimir, dependendo das intenções dos seus utilizadores.

2.4 A identidade como espelho dos outros

Hermínio Martins na sua obra "*Experimentum humanum*" oferece uma perspetiva crítica sobre a construção da identidade na era digital, marcada pela mercantilização universal.

"Como todas as outras tecnologias que tiveram um papel importante nas sociedades industriais, incluindo as biotecnologias, a CRH provavelmente interagirá com estes desenvolvimentos tecnológicos por força da pressão da

comercialização e mercantilização dos genes, alelos, esperma, óvulos, órgãos e partes do corpo em geral [...] um mercado cada vez mais extenso e abrangente, e de escopo cada vez mais internacional." (Martins, 2012, p. 294)

O Autor explora a noção de identidade dentro do conceito de "aldeia global" de Marshall McLuhan, que se transforma num "mal global" com a digitalização. Martins argumenta que, neste contexto, a identidade social e profissional já não é uma figura estática, é uma construção contínua ao longo das oportunidades de vida. A identidade torna-se uma transação verificável através das interações sociais e profissionais, refletindo as relações de poder e os desejos de reconhecimento que permeiam o ambiente digital. As redes sociais amplificam este fenómeno, onde cada interação e cada *feedback* recebido dos outros contribuem para a formação e reformulação constante da identidade individual. (Martins, 2012, p. 296)

Américo Pereira na sua obra “A inteligência artificial e a condição Humana” aborda a questão da identidade na era digital através de uma análise da condição humana frente às tecnologias de inteligência artificial. O autor destaca a singularidade e a irredutibilidade da identidade humana, mesmo quando confrontada com as comparações sociais exacerbadas pelas plataformas digitais. Américo Pereira argumenta que a interação social no ambiente digital muitas vezes leva a comparações competitivas, que podem minar a autoestima e perpetuar ciclos de desespero e violência. A identidade, neste contexto, é constantemente desafiada pela necessidade de se destacar e ser reconhecida, o que reflete um espelho distorcido dos outros, o valor próprio é medido em relação ao sucesso (Américo Pereira, 2023, p. 148).

António José Nascimento na sua obra “Modernidade Técnica e Educação” explora a construção da identidade na modernidade técnica, destacando a influência das relações sociais e dos critérios económicos e técnicos na formação identitária. O autor argumenta que a identidade é uma construção contínua, moldada pela interação com o ambiente tecnológico e social. António Nascimento sugere que, na era da tecnociência, a identidade dos indivíduos é constantemente negociada, refletindo a dinâmica de poder e reconhecimento dentro das estruturas sociais. A educação e as interações sociais desempenham um papel crucial na formação da identidade, os indivíduos são vistos como peças de uma engrenagem maior, contribuindo para uma identidade que é constantemente reavaliada e reformulada através das interações com os outros. (Nascimento, 2018, p. 43).

A construção da identidade no mundo virtual é um processo complexo e multifacetado, influenciado por diferentes dinâmicas sociais e tecnológicas. Hermínio Martins, Américo Pereira e António José Nascimento oferecem-nos perspetivas complementares que destacam como a identidade é formada e reformada através das interações com os outros. No ambiente digital, a identidade torna-se um reflexo contínuo das perceções alheias, a mercantilização, a competição social e a negociação constante de reconhecimento moldam profundamente a perceção de si mesmo. Estas análises fornecem uma base sólida para entender a identidade como um espelho dos outros, refletindo a complexidade das interações sociais na era digital. (Nascimento, 2018, p. 63).

2.4.1 O imperativo de aderir à comunidade digital

A tecnologia facilitou a transmissão de rituais, mas também alterou toda uma experiência religiosa, oferecendo novas formas de interação com o sagrado.

As plataformas digitais permitem incorporar elementos multimédia que enriquecem os rituais, como música, imagens e textos sagrados, que podem ser mais difíceis de integrar em configurações presenciais tradicionais (Miller, 2020, p. 212).

Durante os eventos como o Ramadão e a Páscoa, muitas comunidades religiosas recorreram a serviços de transmissão ao vivo para realizar orações e rituais. Estes eventos, transmitidos via Zoom, Facebook online, ou até mesmo *youtube*, permitem que os fiéis participem das celebrações de maneira coletiva, mesmo estando fisicamente isolados. A Igreja de Inglaterra, por exemplo, observou um aumento significativo de participantes online durante os serviços de Páscoa transmitidos digitalmente.

A adaptação das comunidades aos formatos digitais não foi apenas uma resposta logística à pandemia, esta mudança reflete uma mudança mais profunda nas expectativas e práticas dos fiéis. Estudos indicam que muitos participantes encontraram valor adicional na acessibilidade e na flexibilidade dos serviços online, sugerindo que muitas destas adaptações podem persistir e ser aprofundadas muito depois pandemia (C. Y, Kwon, 2023, p. 3807).

A transição para o digital representa bastantes desafios técnicos, os departamentos de informática foram aparecendo agora nas igrejas, principalmente naquelas que migraram mais facilmente para o mundo digital.

Esta transição oferece oportunidades para alcançar aqueles que podem estar fisicamente ou logisticamente excluídos dos espaços religiosos convencionais. A inclusão

digital torna-se, assim, uma área crucial para o desenvolvimento futuro das práticas religiosas.

No contexto dos mundos virtuais como Second Life, os utilizadores criam avatares que representam as suas identidades espirituais.

O que é o Second Life e quando foi criado?

Second Life é um mundo virtual tridimensional lançado em 2003 pela empresa Linden Lab. Este é um jogo totalmente diferente de um jogo tradicional, este jogo é jogado num ambiente digital onde os utilizadores interagem através de avatares personalizados. Estes avatares podem explorar ambientes, socializar, construir objetos e até mesmo realizar transações económicas dentro da própria plataforma.

"Second Life é um espaço onde os residentes podem criar e personalizar ambientes, interagir socialmente e até mesmo desenvolver atividades económicas que transcendem o mundo virtual" (Boellstorff, 2008, p. 8).

O Second Life Não tem um objetivo definido, nem um padrão, como acontece na maior parte dos jogos convencionais. Os utilizadores são livres para definir as suas próprias experiências e explorar o mundo virtual de diferentes formas. Conforme argumenta:

"O Second Life não pode ser entendido apenas como um jogo, pois não há pontuações, missões ou uma forma de 'vencer'. Trata-se, antes, de um espaço virtual que permite novas formas de socialização e interação" (Boellstorff, 2008, p. 23).

2.4.2 Características Principais do Second Life

Ambiente Virtual fixo: *Second Life* é um mundo contínuo e persistente, e isto quer dizer que as criações dos utilizadores permanecem mesmo quando eles estão offline.

Avatares Personalizáveis: Os utilizadores podem criar avatares que os representam no mundo virtual. Estes avatares podem ser modificados para refletir a aparência física, o género, a roupa e o estilo que esta pessoa quer parecer no mundo virtual e até mesmo editar aspetos que não são possíveis na vida real.

Criação de Conteúdo: Uma das características mais relevantes do *Second Life* é a ênfase na criação de conteúdo pelo utilizador. Este utiliza ferramentas de construção fornecidas pela plataforma, os residentes podem criar praticamente qualquer objeto ou ambiente. (Boellstorff, 2008, pp. 9-12).

Economia Virtual: *Second Life* tem uma economia interna e robusta, os utilizadores podem comprar e vender bens e serviços virtuais e para esta transação monetária a moeda utilizada é a moeda interna, o *Linden Dollar*, que também pode ser trocado por dinheiro real (Boellstorff, 2008, p. 23).

Interação Social: O mundo virtual oferece inúmeras formas de interação social, incluindo de texto, mensagens instantâneas, e voz. Os utilizadores podem participar nos grupos, eventos e comunidades baseadas em interesses comuns.

Eventos e Atividades: *Second Life* é um palco para uma ampla gama de eventos, desde reuniões sociais e festas, estão disponíveis conferências académicas e exposições de arte. Estes ambientes permitem a realização de rituais e encontros espirituais em espaços virtuais, oferecendo assim uma nova dimensão para a prática espiritual. Estes espaços simulam práticas religiosas, mas também permitem a experiência de novas formas de expressão espiritual que seriam simplesmente impossíveis no mundo físico (Boellstorff, 2008, p. 100).

A criação de avatares e a imersão no mundo virtual são mais do que simples substitutos digitais para encontros presenciais; estes ambientes oferecem um campo expansivo para uma profunda experiência espiritual. Os participantes podem explorar e expressar facetas das suas identidades espirituais de maneiras que, muitas vezes, são limitadas por constrangimentos sociais ou físicos no mundo real. A flexibilidade de tais ambientes permite que os utilizadores explorem diferentes tradições espirituais e práticas ritualísticas de forma inclusiva e acessível (Boellstorff, 2008, p. 105).

Um aspecto central destas práticas espirituais virtuais é a questão da autenticidade. Enquanto os críticos podem questionar a profundidade e o significado dos rituais realizados num ambiente virtual, muitos utilizadores relatam experiências profundamente autênticas e transformadoras. Estes espaços digitais podem fortalecer a comunidade e o suporte mútuo. Podem até mesmo transcender as barreiras geográficas, ao mesmo tempo que cultivam um sentido de pertença que é muitas vezes difícil de alcançar em comunidades físicas (Boellstorff, 2008, pp. 121-122).

Com a crescente popularidade destas práticas, surgem também desafios éticos significativos. A gestão da identidade digital e a privacidade tornam-se preocupações críticas, especialmente quando interações espirituais profundas são mediadas por plataformas que guardam os dados pessoais. Além disto, a acessibilidade tecnológica é uma questão-chave, pois a profundidade e a riqueza da experiência espiritual virtual podem variar drasticamente com base no acesso à tecnologia avançada (Boellstorff, 2008, pp. 82-84).

Tom Boellstorff, antropólogo cultural americano, especializado em estudos sobre género, sexualidade e culturas digitais. É professor de Antropologia na Universidade da Califórnia, Irvine. Boellstorff é amplamente reconhecido pelo seu trabalho inovador no mundo virtuais e pela aplicação de métodos etnográficos a ambientes digitais.

Tom Boellstorff, autor do livro "Coming of Age in *Second Life*: An Anthropologist Explores the Virtually Human" e aborda a construção de identidades e a vivência espiritual através de avatares no mundo virtual, especificamente no *Second Life*.

Os avatares no *Second Life* exemplificam a complexidade da identidade virtual, abrange aspectos físicos, sociais e espirituais. A capacidade de modificar e personalizar avatares oferece aos utilizadores uma maneira única de explorar e de expressar as suas identidades, incluindo dimensões espirituais, num ambiente que transcende as limitações do mundo físico (Boellstorff, 2008, pp. 118-122).

A obra de Boellstorff fornece uma análise detalhada de como estas identidades são formadas e vivenciadas, destacando a importância cultural e pessoal dos mundos virtuais.

Os avatares no *Second Life* representam mais do que simples figuras digitais; eles são extensões significativas do eu, originando-se do termo sânscrito para a encarnação de uma divindade, o conceito de avatar em mundos virtuais simboliza a transição do físico para o digital, permitindo aos utilizadores explorar diferentes aspetos das suas identidades. (Boellstorff, 2008, p. 129)

O livro discute como a vida no *Second Life* segue um curso de vida próprio, com marcos e eventos significativos, como aniversários virtuais ou outras festividades. Este curso de vida virtual é construído culturalmente e oferece uma estrutura narrativa para a identidade dos residentes. A escolha de alcunhas, por exemplo, é um aspecto crucial desta identidade, uma vez que estes nomes permanecem imutáveis e são centrais para a construção de uma trajetória de vida no mundo virtual. (Boellstorff, 2008, p. 122).

O Autor defende nesta obra que experiência no *Second Life* pode levar a transformações pessoais e sociais significativas. Muitos utilizadores relatam que as suas interações no mundo virtual influenciam positivamente as suas vidas no mundo real, proporcionando maior autoconfiança e explorando aspetos das suas personalidades que antes eram reprimidas. Este fenómeno é evidenciado pela capacidade dos avatares de expressarem identidades mais autênticas e menos restringidas pelas normas sociais do mundo real. (Boellstorff, 2008, pp. 123).

2.4.3 Espiritualidade nas redes sociais

As redes sociais tornaram-se plataformas significativas para a expressão e discussão de questões espirituais. Grupos e páginas dedicados a temas espirituais no Facebook e Instagram facilitam a disseminação de mensagens, discussões e a partilha de experiências espirituais entre indivíduos de diferentes partes do mundo, ampliando o alcance e a influência das práticas espirituais tradicionais em um contexto digital (Hoover, 2006, p.2).

A transição das práticas espirituais para o ambiente digital ilustra uma fusão entre tradição e modernidade, onde o digital não apenas complementa, mas também expande as possibilidades da prática espiritual. Este fenómeno reflete uma evolução significativa nas formas da prática religiosa e espiritual, apontando para um futuro onde o espiritual e o digital estão cada vez mais interligados.

O uso das redes sociais para práticas espirituais tem fomentado novas comunidades virtuais que oferecem suporte, educação e um espaço para crescimento espiritual. Estas comunidades proporcionam uma plataforma para líderes espirituais e seguidores interagirem de maneira que não é limitada pela geografia, criando um espaço inclusivo para todos, independentemente de sua localização física.

As redes sociais também têm desempenhado um papel crucial na democratização do acesso às práticas espirituais, permitindo que pessoas de diversas origens culturais e espirituais compartilhem as suas crenças e rituais. Esta questão enriquece o entendimento mútuo, e também desafia as perceções tradicionais sobre religião e a espiritualidade, promovendo um maior diálogo inter-religioso e intercultural.

Com a expansão da espiritualidade nas redes sociais, surgem desafios significativos relacionados à autenticidade e à integridade das práticas partilhadas em comunidade.

A propagação de informações falsas e a comercialização de práticas espirituais são preocupações sérias. Assim, torna-se crucial para os utilizadores e líderes espirituais manterem uma postura ética e crítica, e só com esta postura, se conseguirá assegurar que o espaço digital continua a ser um recurso valioso para o desenvolvimento espiritual genuíno. (Hoover, 2006, pp. 2-7).

2.4.4 Contraste entre Experiências Físicas e Digitais na Prática Espiritual

A digitalização das práticas espirituais facilita as novas formas de expressão religiosa, mas também cria um contraste profundo entre experiências físicas e digitais. Este fenómeno pode ser observado especialmente em práticas que envolvem uma forte componente comunitária.

Nas práticas espirituais tradicionais, a presença física e o envolvimento sensorial desempenham papéis cruciais, os rituais religiosos frequentemente dependem de elementos tangíveis como água, incenso, ou outros símbolos físicos que são cruciais para a experiência espiritual. A interação física e a comunhão em espaços sagrados também fortalecem os laços comunitários promovendo assim uma sensação de pertença e uma profunda conexão espiritual (Hepp, 2017,p.81).

Com a transição para o digital, as experiências espirituais são mantidas através de displays dos computadores e equipamentos móveis, tais como o telefone, *tablet* ou até mesmo através de óculos VR. A participação em rituais pode ocorrer através de *streaming* de vídeo, onde o toque e o cheiro para já são substituídos por efeitos visuais e sons. Embora este facto possa parecer uma diluição neste tipo de experiência, por outro lado oferece acessibilidade e conveniência, permitindo a participação global sem as barreiras físicas ou geográficas

Este contraste entre o físico e o digital suscita questões sobre a autenticidade e profundidade das práticas espirituais. Enquanto as práticas físicas são muitas vezes mais valorizadas pela imersão que provocam e pela comunidade palpável, as práticas digitais oferecem uma nova forma de acessibilidade e podem atrair aqueles que, de outra forma, estariam excluídos. Parece-me que a chave será entender como estas modalidades podem

coexistir e complementar-se, expandindo o alcance e a expressão da espiritualidade (Routledge, 1993, p.63).

2.4.5 Filosofia da autenticidade Digital na espiritualidade

A questão da autenticidade nas práticas espirituais digitais é complexa e multifacetada. Byung-Chul Han fornece *insights* valiosos sobre como a identidade e a autenticidade são moldadas na era digital.

argumenta que a vida digital frequentemente nos pode levar a curar as nossas identidades de maneira que possamos apresentar uma versão idílica de nós mesmos. No contexto espiritual, isso pode significar que as expressões de fé e prática são adaptadas para se encaixarem em narrativas *online* aceitáveis e atrativas, potencialmente afastando-se das expressões autênticas de crença (Sherry Turkle, 2011, p. 160).

Byung-Chul Han discute o desgaste da autenticidade na "sociedade da transparência", a constante necessidade de visibilidade pode levar-nos à performance contínua. No espiritual, isto pode diluir a profundidade e o significado pessoal das práticas, transformando-as em meras exibições para consumo público (Byung-Chul Han, 2015 p. 43)

A autenticidade digital na espiritualidade é um campo de tensão entre a autenticidade pessoal e as exigências de apresentação *online*. A reflexão filosófica sobre este tema ajuda-nos a entender como as identidades espirituais são construídas e percebidas num ambiente onde a linha entre o público e o privado está cada vez mais desgastada. Este desafio é essencial para o entendimento contemporâneo da prática espiritual no digital, onde as representações podem tanto refletir quanto distorcer as crenças pessoais.

A necessidade de negociar a autenticidade *online* cria um imperativo para que os indivíduos e comunidades espirituais desenvolvam uma consciência crítica sobre as formas como manipulam as plataformas digitais. Isto envolve uma avaliação contínua sobre o que é genuinamente demonstrativo das suas crenças e o que é apenas *performance*, procurando manter uma prática que seja tanto verdadeira quanto adaptativa aos novos meios de comunicação.

Estudos futuros poderiam explorar mais profundamente como as diferentes tradições espirituais lidam com estas questões de autenticidade digital. Investigar variadas

comunidades espirituais pode revelar abordagens distintas e talvez inovadoras no equilíbrio entre autenticidade e adaptação ao ambiente digital.

2.5 Sobre uma moralidade perfeita: O Pentecostes tecnológico

O conceito de "Pentecostes Tecnológico" surge no contexto da reflexão filosófica acerca da evolução da inteligência artificial e da transformação da comunicação humana através da tecnologia.

Américo Pereira na sua Obra "Inteligência Artificial: Morte e Superação do Humano", explora este termo para descrever um fenómeno contemporâneo de convergência tecnológica e cognitiva, comparando ao evento bíblico de Pentecostes.

“Chegado o dia de Pentecostes, estavam todos reunidos no mesmo lugar. Subitamente, vindo dos céus, ouviu-se um som semelhante ao rugido de um furacão, que encheu toda a casa onde se encontravam. Apareceram então línguas como que de fogo que pousaram sobre as suas cabeças. E todos os presentes ficaram cheios do Espírito Santo, começando a falar línguas que desconheciam, conforme o poder que o Espírito Santo lhes dava”. (Actos 2:1 a 4)

Na narrativa tecnológica, o "Pentecostes Tecnológico" (Daniel Mineiro & Paulo Pinto, 2021, p77) refere-se à capacidade das tecnologias digitais criarem uma nova forma de universalidade comunicacional, onde diferentes sistemas, linguagens e dispositivos interagem de maneira fluída e integrada. Américo Pereira argumenta na sua obra - Inteligência Artificial: Morte e Superação do Humano "Não há 'inteligência natural' e 'inteligência artificial', há inteligência", destacando que esta inteligência se manifesta em múltiplos modos, mas partilha uma essência comum (Américo Pereira, 2023, p. 132).

Assim, o "Pentecostes Tecnológico" simboliza mais do que um avanço técnico, uma mudança paradigmática na forma como a humanidade se conecta entre si e compartilha saberes, marcando o início de uma era onde a diversidade é harmonizada através da inteligência mediada por algoritmos.

O avanço tecnológico, sobretudo nos últimos anos, tem reconfigurado inúmeras dimensões da vida humana, incluindo a esfera espiritual. A moralidade, é um conceito frequentemente associado à natureza humana e à sua evolução social, encontra-se agora

sob a influência da tecnologia, especialmente da Inteligência Artificial (*IA*).

O conceito de um "Pentecostes tecnológico" sugere uma transformação radical na forma como a espiritualidade e a moralidade são entendidas e praticadas, mediadas por tecnologias emergentes.

A *IA* tem a capacidade de desempenhar um papel central na formação de grupos de crença ao facilitar a comunicação e a disseminação de ideias em escala global. As Plataformas digitais e redes sociais, alimentadas por algoritmos de *IA*, podem agrupar indivíduos com crenças semelhantes, independentemente de suas localizações geográficas. Este fenómeno cria comunidades virtuais que partilham e reforçam as suas crenças, promovendo um senso de pertença e identidade coletiva.

A moralidade, tradicionalmente enraizada em contextos culturais e religiosos, encara neste preciso momento uma reconfiguração na medida em que a *IA* introduz novos parâmetros éticos. Américo Pereira argumenta no seu livro “Inteligência Artificial Morte e superação do humano” que a *IA*, ao imitar aspetos da inteligência humana, pode replicar ações morais, elevando à prática da bondade através de uma lógica estrutural de possibilidade de ação humana. O autor sugere que a *IA* pode agir de maneira ética ao implementar algoritmos baseados em princípios de bem comum, eliminando a subjetividade e as falhas humanas.

No entanto, esta transformação não dispensa grandes desafios. A dependência de sistemas automatizados para decisões morais levanta questões sobre a autonomia e a autenticidade das ações humanas. Além disso, há o risco de que a programação inicial da *IA*, carregada de obliquidades humanas, perpetue ou amplifique injustiças. Neste contexto, é fundamental que o desenvolvimento da *IA* seja acompanhado por uma supervisão ética rigorosa e contínua, garantindo que os sistemas de *IA* promovam a equidade e a justiça.

A ascensão da *IA* como mediadora da moralidade e da espiritualidade representa uma nova era, o "Pentecostes tecnológico", as práticas espirituais e os princípios morais são remodelados por tecnologias avançadas. Embora a *IA* ofereça oportunidades sem precedentes para a personalização e a disseminação de crenças, ela também impõe desafios significativos que requerem uma abordagem ética cuidadosa. Ao navegarmos por esta transformação, é essencial equilibrar a inovação tecnológica com princípios éticos sólidos para garantir que a moralidade e a espiritualidade continuem a servir o bem comum em numa era digital.

CAPÍTULO III – Comunidade On-Line

As comunidades *online* representam para todos nós uma nova forma de interação social mediada por tecnologias digitais, que transformaram significativamente a maneira como as pessoas se ligam umas às outras e comunicam.

3.1.1 Hermínio Martins e a Revolução das Redes

Hermínio Martins destaca na sua obra *Experimentum Humanum – Civilização tecnológica e condição humana*, a transformação das interações sociais através da digitalização. As redes sociais tornam-se plataformas centrais para a disseminação de informações e mobilização social. O autor observa que as redes sociais permitem uma comunicação constante e variada entre os jovens, que passam mais tempo *online*, permitindo assim interagir com seus pares de forma *online*, abdicando muitas vezes de encontros presenciais tradicionais. Hermínio Martins identifica o fenómeno dos "hikkikomori" no Japão; são jovens que se isolam fisicamente, mas mantêm uma presença ativa *online*, ilustrando um caso extremo desta nova forma de socialização (Martins, 2010, p. 119)

O autor também aponta para o impacto das redes sociais na mobilização cívica e política. As redes sociais possibilitaram uma rápida disseminação de informações e uma coordenação eficiente de ações coletivas, embora nem sempre resultem em associações cívicas duradouras. Ele também discute o "imperativo de partilha *online*", onde existe a troca de conteúdo saudável entre a comunidade, mas ao mesmo tempo, o espaço digital pode tornar-se um espaço de partilha de boatos e notícias falsas, refletindo o lado negativo esta conectividade intensa.

Barry Wellman e o Homo Conexus

Barry Wellman na sua obra *Networked: The New Social Operating System* contribui para a compreensão das comunidades *online* ao discutir o conceito de "homo conexus", que caracteriza o indivíduo conectado através de múltiplas redes sociais. Wellman sugere que a existência de redes promove a autonomia individual e também

pode facilitar a captura dos indivíduos por redes totalitárias ou seitas. Ele argumenta que as interações *online* são complementares às *offline*.

Wellman também destaca na sua obra *Networked: The New Social Operating System* acerca da importância das redes para a organização e mobilização social, observando que estas se estendem a coletivos digitais que operam em várias esferas, incluindo a económica, Política e Estatal. A digitalização facilita a formação de "coletivos de redes" e até mesmo de um "transindividualismo de redes", onde a vida individual floresce dentro de um contexto de redes interconectadas.

3.1.2 A Economia das Redes

A digitalização transformou completamente as interações sociais, mas também reconfigura as estruturas económicas e políticas. Hermínio Martins discute na sua obra *Civilização Tecnológica e condição humana*, o porquê das organizações económicas e políticas operarem cada vez mais em rede. O Autor chama a este movimento de "economia de redes". Esta nova configuração desafia o individualismo moral e político tradicional, introduzindo um novo paradigma de coletivismo digital e de privacidade comprometida pela pegada digital de cada pessoa.

A Investigadora Jeidi Campbell discute na sua obra *Digital Religion: Understanding Religious Practice in New Media Worlds* (2013). como as plataformas digitais permitem a formação de comunidades espirituais que transcendem as limitações geográficas. Tais comunidades utilizam blogs, fóruns e redes sociais para compartilhar ensinamentos, realizar rituais e oferecer suporte mútuo, ampliando o alcance das tradições espirituais para um público global.

Stewart M Hoover, autor da obra *Religion in the Media Age* examina o papel dos meios de comunicação, especialmente das redes sociais, na redefinição das práticas religiosas. As plataformas como Facebook e Instagram não apenas facilitam a disseminação de conteúdo espiritual, mas também permitem discussões e interações que podem reforçar ou desafiar as normas comunitárias existentes.

Apesar das vantagens de acessibilidade e visibilidade, as comunidades espirituais digitais enfrentam desafios relacionados à autenticidade das práticas e à profundidade das relações comunitárias. A falta de interação cara a cara e a natureza efémera das interações *online* podem afetar a formação de laços comunitários duradouros e significativos.

A formação de comunidades virtuais tem-se tornado cada vez mais relevante na era digital. Segundo Howard Rheingold, autor de "The Virtual Community", estas comunidades formam-se quando grupos de pessoas interagem *online*, compartilham interesses e metas em comum (Rheingold, 1993, p. 67).

A facilidade de comunicação e a expansão das redes sociais têm permitido que estas comunidades transcendam barreiras geográficas e unam indivíduos globalmente. O impacto desta tendência é evidente em várias esferas, incluindo educação, trabalho, lazer e espiritualidade. A relevância destas comunidades nos contextos mencionados oferece uma ampla gama de possibilidades para pesquisas futuras.

As novas formas de espiritualidade:

A espiritualidade contemporânea está a passar por várias transformações significativas devido à mediação tecnológica e à virtualidade. Gilbert Simondon e Maria Teresa Cruz são dois autores essenciais para entendermos estas novas formas de espiritualidade no mundo digital.

3.1.3 A Mediação dos objetos técnicos

Gilbert Simondon, na sua obra "Modo de Existência dos Objetos Técnicos", pesquisa sobre como os objetos técnicos mediam a experiência humana e criam novas formas de interação espiritual. Simondon argumenta que a técnica não deve ser vista como oposta à cultura ou à espiritualidade, mas como uma parte integrante do desenvolvimento humano. O autor propõe que os objetos técnicos têm uma "individuação" própria, ou seja, um processo pelo qual eles evoluem e se tornam mais complexos a si mesmos, assim como os seres humanos.

Simondon realça na sua obra Seres humanos e objetos técnicos que os objetos técnicos habilitam novas formas de comunicação e de conexão espiritual que antes não eram possíveis. Por exemplo, a capacidade de participar de práticas espirituais através de dispositivos digitais, como aplicações de meditação, cultos e cerimónias *online*, demonstram como a técnica pode facilitar novas experiências espirituais. A mediação técnica, segundo Simondon, permite que indivíduos de diferentes partes do mundo se

conectem e compartilhem experiências espirituais, criando uma rede global de espiritualidade.

3.1.4 Virtualidade e experiência espiritual

Maria Teresa Cruz, na sua obra "Espaço, Media e Experiência", analisa como a virtualidade transforma a experiência espiritual, permitindo práticas que transcendem o espaço físico e conectam indivíduos globalmente. Cruz argumenta que a virtualidade não é simplesmente uma réplica do mundo físico, mas um espaço onde novas formas de existência e experiência são possíveis. A autora explora como o *ciber* espaço se pode tornar um "meta-medium", ou seja, um ambiente onde múltiplos tipos de media que convergem entre si e se transformam, criando assim novas possibilidades para a experiência humana.

"O espaço, admitia Kant na Estética Transcendental, tem alguma prioridade (sobre o tempo) quanto à possibilidade de experienciarmos o que chamamos a realidade, embora as duas categorias – espaço e tempo – enquanto categorias a priori da sensibilidade sejam ambas condições de toda a experiência. A relação com algo que me é exterior, fundada na intuição do espaço, é o que verdadeiramente me proporciona a experiência da existência das coisas." (Cruz, 2007, p. 35)

Maria Cruz investiga também como a arquitetura da informação e a programação de interfaces digitais podem criar novos espaços para a espiritualidade. A autora menciona que a virtualidade permite a criação de ambientes espirituais personalizados e acessíveis a qualquer momento, sem as limitações físicas tradicionais. Este novo espaço espiritual digital pode ser visto como um "proto-real", um espaço de experiências, um espaço onde o real e virtual se encontram, e por não serem reais nem irreais, autora propõe que talvez sejam "protos reais" onde as práticas espirituais podem ser testadas e adaptadas às necessidades individuais.

"Este espaço e este tempo actuais, em que real e virtual se encontram, não são pois reais, nem irreais, são talvez 'proto-reais', como diz Avital Ronell a respeito do laboratório, esse espaço emblemático da experiência moderna, em que tudo, antes

de vir a ser, é testado, isto é, passa pelo controlo de viabilidade e performatividade tecnológicas. O espaço do teste é proto-real – é uma espécie de atópos, produzindo um 'lugar' onde o real é colocado em espera, aguardando confirmação." (Cruz, 2007, p. 36)

Além disto, Maria Cruz aponta que a virtualidade facilita a individualização e a subjetivação das práticas espirituais. As práticas orantes, por exemplo, podem ser realizadas de forma solitária, mas ainda assim conectam os indivíduos a uma comunidade espiritual mais ampla através da internet. Esta capacidade de moldar a espiritualidade de acordo com a experiência pessoal e as necessidades subjetivas é uma característica marcante das novas formas de espiritualidade no mundo digital.

Ao integrar as perspetivas de Simondon e de Maria Cruz, podemos observar que a tecnologia e a virtualidade mediam, mas também transformam profundamente as práticas espirituais contemporâneas. Simondon ajuda-nos a entender a importância dos objetos técnicos como mediadores da experiência espiritual, enquanto Maria Cruz expande esta visão ao mostrar-nos como a virtualidade oferece novas possibilidades para a expressão e a prática espiritual.

As novas formas de espiritualidade no mundo digital são, portanto, caracterizadas pela mediação técnica e pela virtualidade, que permitem uma maior personalização e acessibilidade das práticas espirituais. A capacidade de conectar-se globalmente e de adaptar as práticas espirituais às necessidades individuais são aspetos que destacam a importância das tecnologias digitais na transformação da espiritualidade contemporânea.

A mediação tecnológica, é um conceito amplamente explorado por outros teóricos como Don Ihde e Bruno Latour, que descrevem o papel das tecnologias como intermediárias ativas que moldam as relações humanas com o mundo (Ihde, 1990, p. 42). Enquanto Ihde se foca na relação fenomenológica entre humanos e tecnologia, Latour expande esta relação para incluir a interação entre entidades tecnológicas e humanas em redes complexas. Este ensaio aplica estas perspetivas ao estudo das novas práticas espirituais emergentes no ambiente digital.

Don Ihde, destaca na sua obra "Technology and the Lifeworld" (1990), a ideia de que a tecnologia é como um filtro na nossa percepção do mundo de diferentes maneiras. Na sua obra "Technology and the Lifeworld" (1990), Ihde também identifica várias relações de mediação que ajudam a entender como a tecnologia pode torna-se parte

integrante da nossa percepção da realidade, entre estas relações, destacam-se a "relação de incorporação" e a "relação hermenêutica".

A "relação de incorporação" descreve como certas tecnologias se tornam extensões do corpo humano, alterando a forma como percebemos e interagimos com o mundo. Dispositivos do *VR* e *AR* são exemplos claros dessa relação. Ao colocar um *headset* de *VR*, por exemplo, o utilizador pode sentir que o corpo digital (avatar) é uma extensão do próprio corpo físico, o que muda profundamente a percepção do espaço e a experiência de presença.

No contexto das práticas espirituais, esta incorporação pode transformar completamente a experiência dos rituais, tornando possível participar de rituais sagrados quase como se estivéssemos presentes fisicamente.

A "relação hermenêutica", por outro lado, refere-se à maneira como a tecnologia atua como intermediária na interpretação do mundo. Em vez de ser uma extensão direta do corpo, como na relação de incorporação, a tecnologia hermenêutica oferece uma nova camada de compreensão. Isto pode ser visto, por exemplo, na forma como aplicações e plataformas *online* interpretam dados para os utilizadores, fornecendo *insights* e perspectivas que influenciam a percepção da realidade. No contexto espiritual, isto pode manifestar-se na forma como aplicações de meditação e estudos bíblicos digitais fornecem interpretações guiadas de textos sagrados, alterando a maneira como os estudantes dos textos sagrados compreendem e interagem com os próprios textos.

Com a tecnologia de realidade virtual e aumentada, há uma expansão das possibilidades para rituais e práticas espirituais. A *AR* permite que as pessoas criem espaços sagrados virtuais que podem ser visitados a partir de qualquer lugar, mas esta realidade vai muito além de um *display*, ou equipamento móvel. A *AR* oferece a capacidade de sobrepor elementos digitais ao ambiente físico, enriquecendo rituais com elementos visuais e sonoros que aprimoram a experiência espiritual, além do mais, a posição corporal pode ser totalmente revolucionária em alguns rituais espirituais. Em ambos os casos, as práticas espirituais podem se tornar mais pessoais, menos limitadas pela geografia e mais imersivas; esta questão continua a ser especialmente valiosa principalmente para pessoas que vivem em áreas onde o acesso a espaços físicos de culto é limitado.

A fenomenologia de Ihde também ajuda a entender os limites destas tecnologias. Embora ofereçam novas maneiras de experimentar a espiritualidade, elas também podem

criar um distanciamento da experiência física e comunitária. Para alguns, a ausência do corpo físico pode diminuir a profundidade da experiência espiritual. Além disso, a natureza mediada da tecnologia pode filtrar ou alterar a essência dos rituais, levantando questões sobre a autenticidade destas práticas.

A aproximação fenomenológica de Ihde ressalva que a tecnologia não é neutra; ela modifica a experiência humana de maneiras complexas e profundas. No contexto das práticas espirituais, isto significa que a adoção de tecnologias digitais tem o potencial de transformar tanto a forma quanto o significado destas práticas. Compreender estas dinâmicas é essencial para avaliar o impacto da realidade virtual e aumentada nas práticas espirituais contemporâneas e futuras.

3.2 Teoria ator-rede de Latour

Bruno Latour, um influente antropólogo e filósofo, é uma das figuras centrais da teoria ator-rede (ANT); ANT é um *framework* que ele desenvolveu para entender a complexidade das interações sociais e tecnológicas. No seu trabalho, especialmente em "Reassembling the Social". O Autor Bruno Latour argumenta que a sociedade não é uma entidade estática, mas pelo contrário, é o resultado de redes dinâmicas de associações entre atores humanos e não-humanos.

"A ANT é simplesmente a teoria social que tomou a decisão de seguir os nativos, não importa em quais imbróglis metafísicos eles nos conduzam — e eles rapidamente o fazem, como veremos agora!" (Latour, 2005, p. 62).

O Autor acredita que humanos e não-humanos (como tecnologias e objetos) interagem entre si e influenciando-se uns aos outros de uma forma contínua. A teoria ator-rede desafia a tradicional separação entre natureza e sociedade, ou entre humanos e não-humanos. Segundo Bruno Latour, esta dicotomia é artificial e não reflete a realidade das interações contemporâneas. Em vez disso, ele propõe que todos os elementos, sejam eles humanos ou tecnológicos, possuem agência. Agência, neste contexto, refere-se à capacidade de agir ou de causar efeitos.

"Uma agência invisível que não faz diferença, não produz transformação, não deixa

rastro e não entra em qualquer relato não é uma agência. Ponto final. Ou faz algo ou não faz." (Latour, 2005, p. 52).

A contribuição de Bruno Latour na e da teoria ator-rede está principalmente na forma inovadora de pensar sobre a sociedade e tecnologia. Ao reconhecer que a agência é distribuída entre humanos e não-humanos, Latour oferece uma forma holística de entender como as nossas ações e inovações estão interconectadas em complexas redes híbridas.

“O que é novo é que os objetos são subitamente destacados não apenas como atores de pleno direito, mas também como aquilo que explica a paisagem contrastante com a qual começamos, os poderes abrangentes da sociedade, as enormes assimetrias, o exercício esmagador do poder." (Latour, 2005, p. 72).

Esta perspetiva é especialmente relevante num mundo que cada vez mais é dominado pela tecnologia, as fronteiras entre os humanos e o mundo tecnológico são cada vez mais ténues.

No contexto espiritual digital, as plataformas *online*, os *softwares* de meditação, e as comunidades virtuais podem ser vistas como participantes ativos nas práticas espirituais. Estas "redes" de prática espiritual facilitam, mas também modificam a experiência espiritual, introduzindo novas formas de interação e significado (Latour, 2005).

3.2.1 Exemplos de redes híbridas

Redes de Transporte: Consideremos um sistema de transporte público. Os Autocarros (tecnologias) e os passageiros (humanos) formam uma rede onde cada um influencia o outro. A eficiência do transporte não depende apenas da competência dos motoristas, depende também da manutenção dos veículos, do programa que emite os bilhetes, da infraestrutura de trânsito e das interações entre os passageiros.

Sistemas de Saúde: Num hospital, a eficácia do tratamento de um paciente depende de médicos, enfermeiros, medicamentos, equipamentos médicos e sistemas IT, etc. Cada um destes componentes, sejam humanos ou tecnológicos, desempenha um papel crucial na rede.

Tecnologias de Comunicação: O uso de *smartphones* e redes sociais exemplifica esta ideia. A comunicação moderna não é apenas uma interação entre indivíduos, mas também envolve a infraestrutura de rede, sistema operativo, aplicações, algoritmos e dispositivos físicos.

3.2.3 Consequências da distribuição de agência

Responsabilidade Distribuída: Numa rede híbrida, a responsabilidade por uma ação ou um resultado não pode ser atribuída apenas a um agente humano. Por exemplo, um acidente de viação pode ser resultado de falhas humanas, tecnológicas ou ambientais.

Desafios Éticos e de Regulamentação: A regulamentação de redes híbridas, como a *internet* ou a inteligência artificial, torna-se mais complexa. Como atribuir culpa ou regular sistemas onde a ação é distribuída entre humanos e máquinas? Esta é a pergunta chave.

Mudança de Perspetiva: A ANT (teoria ator-rede) muda a maneira como entendemos a inovação e a tecnologia. Em vez de percecionarmos a tecnologia como uma ferramenta neutra usada por humanos, vemos uma interação contínua onde ambas as partes se desenvolvem.

Críticas e Limitações

A teoria ator-rede também enfrenta duras críticas. Alguns argumentam que, ao dar agência a objetos, a ANT pode desconsiderar as diferenças fundamentais entre humanos e não-humanos, especialmente no que diz respeito à consciência e intencionalidade. Outros apontam que a ANT pode ser complexa demais para aplicação prática em algumas áreas de estudo.

Anthony Giddens é um dos críticos, ele argumenta na sua obra *The constitution of Society: Outline of the theory of Structuration* (1984) que a ANT tende a ignorar a dimensão estrutural da sociedade. Giddens sugere que as estruturas sociais, como normas e instituições, têm um papel significativo na modelagem do comportamento humano, algo que a ANT subestima.

Donna Haraway, uma influente teórica feminista e estudiosa da ciência e tecnologia, argumenta na sua obra *A Cyborg Manifesto: Science, Technology, and Socialist-Feminism in the Late Twentieth Century* (publicado em 1985, na

coletânea *Simians, Cyborgs, and Women: The Reinvention of Nature*, 1991) que a ANT não aborda adequadamente as questões de poder, gênero e identidade. Donna questiona a noção de simetria entre humanos e não-humanos, sugerindo que isso pode obscurecer desigualdades sociais importantes.

Pierre Bourdieu, embora não critique diretamente a ANT, oferece uma abordagem contrastante nas suas obras *Le Sens Pratique* (*O Senso Prático*, 1980) e *La Distinction: Critique Sociale du Jugement* (*A Distinção: Crítica Social do Julgamento*, 1979). com seu foco em campos sociais e capital simbólico. Críticos inspirados por Bourdieu argumentam que a ANT pode desconsiderar a importância do poder simbólico e das práticas sociais na formação das redes.

3.2.4 Consequências da mediação tecnológica na espiritualidade:

A mediação tecnológica reconfigura a experiência espiritual ao introduzir uma camada de abstração e representação. Enquanto isto pode democratizar o acesso às práticas espirituais, também levanta questões sobre a autenticidade e profundidade destas mesmas experiências. A experiência mediada pode tanto enriquecer quanto diminuir o sentido pessoal de presença e participação, dependendo de como a tecnologia é integrada e percebida pelos praticantes.

As teorias de mediação tecnológica fornecem insights cruciais sobre como as práticas espirituais digitais reconfiguram a interação humana com o sagrado. À medida que exploramos estas novas formas de espiritualidade, é essencial considerar tanto as possibilidades quanto os desafios que surgem com a mediação tecnológica. O entendimento destas dinâmicas é fundamental para garantir que as práticas espirituais em ambientes digitais sejam autênticas e significativas.

Os modelos interconfessionais estão a tornar-se uma prática recorrente nas sociedades contemporâneas, especialmente em contextos urbanos e diversificados, como na área metropolitana de Lisboa. O trabalho de Alfredo Teixeira, intitulado "Identidades Religiosas na Área Metropolitana de Lisboa", oferece uma análise detalhada desta realidade, explorando como diferentes crenças e práticas religiosas coabitam e interagem dentro do mesmo espaço geográfico.

Diversidade Religiosa em Lisboa:

Segundo o estudo de Alfredo Teixeira, a Área Metropolitana de Lisboa é caracterizada por uma grande diversidade religiosa. Esta região concentra uma elevada percentagem de populações pertencentes a denominações protestantes, Testemunhas de Jeová, muçulmanos, budistas e outras religiões, e ainda um número significativo de crentes sem religião. Esta diversidade cria um ambiente propício para o desenvolvimento de modelos interconfessionais, onde diferentes tradições religiosas podem interagir, colaborar e coexistir pacificamente.

“Mais de metade da população não crente (55,2%) encontra-se nesta região. A Área Metropolitana de Lisboa reúne 62,2% dos inquiridos pertencentes a uma denominação protestante (incluindo os evangélicos). Reúne ainda 51% das Testemunhas de Jeová e 61,5% dos pertencentes a outras religiões. [...] Ou seja, à escala do país, a região apresenta uma singular experiência de diversidade quanto às posições face à religião e aos tipos de pertença ou não-pertença religiosa.” (Teixeira, 2018, p. 9)

Interações Interconfessionais:

A pesquisa revela que, apesar das diferenças doutrinárias e práticas, há uma tendência crescente de interações interconfessionais. Por exemplo, os evangélicos, que representam uma das minorias religiosas mais ativas, frequentemente participam de atividades comunitárias que incluem membros de outras congregações. Estas interações são facilitadas por uma cultura de inclusão e pragmatismo religioso, onde a ênfase está na cooperação prática e no benefício mútuo, em vez de uma estrita adesão a princípios doutrinários exclusivos.

“Os evangélicos/protestantes destacam-se como sendo o grupo religioso com uma militância religiosa mais forte, já que cerca de 40% referem estar envolvidos em grupos dentro das suas comunidades. [...] Tendencialmente, há uma correlação positiva entre o envolvimento comunitário e as dinâmicas de crescimento dos grupos religiosos.” (Teixeira, 2018, p. 18)

Abertura ao Ecumenismo:

Um dos aspetos notáveis destacados por Teixeira é a abertura ao ecumenismo entre os católicos da região. Influenciados pelo espírito ecumênico do Concílio Vaticano II, muitos católicos consideram que a verdade pode ser encontrada em múltiplas religiões, refletindo uma postura inclusiva e pluralista. Esta perspetiva facilita o diálogo inter-religioso e a cooperação em iniciativas sociais e culturais, promovendo um ambiente de respeito e entendimento mútuo.

Desafios e Oportunidades:

Embora a diversidade religiosa represente inúmeras oportunidades para o enriquecimento cultural e espiritual, também traz desafios. Alfredo Teixeira observa na sua obra *Identidades Religiosas na Área Metropolitana de Lisboa*, que há uma necessidade contínua de superar preconceitos e estereótipos que podem criar barreiras à plena integração e cooperação entre diferentes grupos religiosos. Além disso, as dinâmicas de poder e a competição por recursos e influência podem, às vezes, dificultar a colaboração interconfessional.

Os modelos interconfessionais na área metropolitana de Lisboa exemplificam como a diversidade religiosa pode ser gerida de maneira construtiva, promovendo a coexistência pacífica e a cooperação entre diferentes tradições. A análise de Alfredo Teixeira fornece uma base sólida para entender as dinâmicas destas interações, destacando tanto os desafios quanto as oportunidades que surgem num contexto de crescente pluralismo religioso.

3.3 Proposta de futuro, para este tipo de vivência espiritual - fusão entre tradição e Modernidade

Com o avanço das tecnologias digitais, a nossa forma de vivenciar a espiritualidade foi profundamente transformada, está a ser e será. Através de alguns conceitos de alguns autores, como Alfredo Teixeira “*Identidades religiosas na área metropolitana de Lisboa*”, Joana Bicacro “*Técnicas de mindfulness e meditação*” e José Garcia “*bases para uma espiritualidade ética na Digital*” tento explorar novas formas de expressão e prática espiritual, reconhecendo que as mudanças

necessárias para manter a autenticidade das experiências espirituais num mundo cada vez mais digital.

As tecnologias digitais, como realidade virtual (VR) e realidade aumentada (AR), oferecem novas formas de imersão e interação espiritual. Estas plataformas permitem a criação de ambientes profundamente envolventes, as pessoas podem explorar e desenvolver suas práticas espirituais de maneiras anteriormente inimagináveis. Estas tecnologias facilitam a criação de comunidades espirituais *online*, conectando indivíduos de diferentes partes do mundo para compartilhar crenças e práticas.

Joana Bicacro destaca na sua dissertação de mestrado Cultura contemporânea e Novas tecnologias a importância das comunidades virtuais como suporte emocional e espiritual contínuo, especialmente em períodos de isolamento. As práticas de mindfulness e meditação têm se mostrado eficazes em ambientes virtuais, ajudando a mitigar os efeitos psicológicos adversos, como ansiedade e depressão.

Quase todas as comunidades virtuais oferecem uma plataforma para os utilizadores partilharem as suas experiências e desafios espirituais, o *site* ou aplicação, está criado para disponibilizar um ambiente de apoio à integração. A interatividade destas plataformas permite uma troca constante de informações, os membros utilizadores podem discutir questões espirituais, partilhar práticas e oferecer suporte uns aos outros, tornando assim cada vez mais uma comunidade sólida e robusta. Esta comunidade é particularmente importante nos momentos de crise, porque o suporte emocional e espiritual é crucial para o bem-estar dos utilizadores.

Um dos maiores benefícios das comunidades espirituais virtuais é a acessibilidade. Pessoas de diferentes partes do mundo podem conectar-se e participar de práticas espirituais, independentemente de suas limitações geográficas ou físicas. Estamos a viver uma democratização no acesso à espiritualidade, permitindo que mais pessoas sejam beneficiadas por estas práticas espirituais e encontrem um sentido de pertença e comunidade.

As plataformas digitais têm permitido a prática de técnicas como mindfulness e meditação de forma mais acessível e regular. Joana Bicacro na sua dissertação, destaca que estas práticas, quando são realizadas num ambiente virtual, podem ser tão eficazes quanto as realizadas presencialmente. A estrutura destas sessões virtuais, são com vídeos guiados e feedback em tempo real, este método proporciona um ambiente sólido de aprendizagem e crescimento contínuo.

Apesar de tantos benefícios, a vivência espiritual em ambientes digitais também apresenta desafios. Manter a autenticidade e integridade das práticas espirituais é um dos pontos cruciais. A comercialização excessiva e a propagação de informações falsas são problemas que estão neste momento a ser abordados. Além deste tema, é essencial garantir que essas comunidades sejam inclusivas e acessíveis a todos, independentemente da sua facilidade em aceder à tecnologia ou até dos recursos financeiros.

As comunidades espirituais virtuais já desempenham um papel vital na vivência espiritual contemporânea, oferecendo suporte emocional e espiritual. A acessibilidade através das plataformas digitais para que as práticas espirituais ocorram, facilita a regularidade e tem cada vez mais um baixo custo para os utilizadores. Devemos reconhecer os desafios, trabalhar para manter a autenticidade e a inclusão, e assim poderá ser possível expandir o impacto positivo destas comunidades, proporcionando um espaço seguro e enriquecedor para todos os praticantes.

Alfredo Teixeira indica na sua obra *Identidades Religiosas na Área Metropolitana de Lisboa* que é crucial que estas práticas mantenham a sua autenticidade. Segundo a diversidade religiosa nas áreas metropolitanas demonstra a capacidade de adaptação e evolução das práticas espirituais em resposta às mudanças sociais e tecnológicas. A integração das tecnologias digitais deve, portanto, ser feita de forma que respeite e preserve a integridade das práticas espirituais tradicionais.

O autor também refere que as plataformas digitais democratizaram o acesso às práticas espirituais, permitindo que pessoas de diferentes origens culturais e espirituais compartilhem suas crenças e rituais, promovendo assim o diálogo inter-religioso e intercultural.

Acredita também que um dos maiores desafios na vivência espiritual digital é manter a autenticidade e a integridade das práticas. A comercialização das práticas espirituais e a propagação de informações falsas são preocupações sérias. Segundo José Luís Garcia, é essencial que os praticantes adotem uma postura ética e crítica, garantindo que o espaço digital continue a ser um recurso valioso para o desenvolvimento espiritual genuíno.

A acessibilidade tecnológica é uma questão crucial, porque a profundidade e a riqueza da experiência espiritual virtual pode variar drasticamente com base no acesso à tecnologia avançada.

O futuro das práticas espirituais no contexto digital será caracterizado pela fusão

entre tradição e modernidade, o digital complementa e expande as possibilidades da prática espiritual. As novas tecnologias permitem a criação de experiências espirituais dinâmicas e adaptáveis, onde novas formas de prática e crença podem surgir e evoluir rapidamente.

A vida espiritual no contexto digital oferece-nos uma oportunidade única de imaginar de novo e revitalizar as práticas espirituais. Mas para que consigamos caminhar este caminho tão tortuoso precisamos de saber integrar as tecnologias digitais de maneira ética e inclusiva, é possível expandir o alcance e a expressão da espiritualidade, criando um futuro onde o espiritual e o digital vivem de forma holística. Promover este equilíbrio, será sempre uma tarefa árdua e hercúlea até, mas só com o equilíbrio entre o uso da tecnologia e a busca espiritual autêntica, conseguiremos garantir que a tecnologia seja uma ferramenta poderosa para o bem-estar espiritual; só num ambiente de verdade pode ocorrer uma verdadeira transformação espiritual.

Conclusão

A presente dissertação abordou a complexa relação entre espiritualidade e tecnologia; tentei destacar as transformações significativas que ocorreram nas práticas espirituais com a ascensão, nas últimas décadas das plataformas digitais. A análise dos artigos de Alfredo Teixeira, Joana Bicacro e José Luís Garcia entre outros, trouxeram-nos várias dimensões importantes deste fenómeno.

O estudo de Alfredo Teixeira enfatiza a importância de manter a autenticidade nas práticas espirituais, mesmo com a integração das tecnologias digitais. As plataformas digitais têm democratizado o acesso às práticas espirituais, permitindo que pessoas de diferentes origens, culturas e contextos espirituais partilhem suas crenças e rituais, promovendo assim o diálogo inter-religioso e intercultural. No entanto, um dos maiores desafios na vivência espiritual digital é manter a autenticidade e a integridade das práticas, evitando a comercialização excessiva e a disseminação de informações falsas.

Joana Bicacro destaca o papel vital das comunidades virtuais na sustentação das práticas espirituais. A acessibilidade proporcionada pelas plataformas digitais facilita a regularidade das práticas e diminui os custos para os utilizadores. A autora sublinha que, para expandir o impacto positivo destas comunidades, é essencial trabalhar para manter a autenticidade e a inclusão. Assim, pode-se proporcionar um espaço seguro e enriquecedor para todos os utilizadores.

O estudo de José Luís Garcia complementa esta visão, abordando os imperativos éticos e críticos da utilização das tecnologias digitais. A criação de bolhas de informação e a manipulação algorítmica são preocupações sérias que podem levar à polarização e ao reforço de crenças extremas. A postura ética e crítica dos praticantes é essencial para garantir que o espaço digital continue a ser um recurso valioso para o desenvolvimento espiritual genuíno.

O futuro das práticas espirituais no contexto digital será caracterizado pela fusão entre tradição e a modernidade. As novas tecnologias permitem a criação de experiências espirituais dinâmicas e adaptáveis, novas formas de prática e crença podem surgir e evoluir rapidamente. Para que essa integração seja bem-sucedida, é crucial adotar uma

abordagem ética e inclusiva, garantindo que o uso da tecnologia complemente e expanda as possibilidades da prática espiritual sem comprometer a sua essência.

Em jeito de conclusão, a vida espiritual no contexto digital oferece uma oportunidade única de revitalizar as práticas espirituais. No entanto, é necessário um esforço contínuo para equilibrar o uso da tecnologia com a procura da espiritualidade autêntica. Só assim será possível garantir que a tecnologia se torne uma ferramenta poderosa para o bem-estar espiritual, promovendo uma verdadeira transformação num ambiente de verdade e integridade.

Bibliografia

Obras:

1. Hepp, Andreas Hepp (2017), (coord.). *The Mediated construction of reality*, Manden, Polity Press;
2. Nascimento, António José, (2018). *A economia neoclássica da essência da técnica*. Tese apresentada à Universidade de Évora para obtenção do Grau de doutor em Filosofia, Évora, Universidade de Évora;
3. Giddens, A, (1984). *The Constitution of Society: Outline of the Theory of Structuration*. Cambridge, Polity Press;
4. Taeihagh, A, (2021). *Sociotechnical Systems, Governance of artificial intelligence*, Singapore, National University of Singapore;
5. Teixeira, Alfredo, (2018), (Coord.). *Identidades religiosas na Área Metropolitana de Lisboa*, Lisboa, Fundação Francisco Manuel dos Santos;
6. Wellman, B., & Rainie, L., (2012). *Networked: The New Social Operating System*. Cambridge, MIT Press;
7. Latour, Bruno (2005). *Reassembling The Social*. Oxford, Oxford University Press;
8. Han, Byung-Chul, (2015). *A Sociedade da Transparência*. Lisboa, Edições Relógio D'Água;
9. Han, Byung-Chul, (2017). *Psychopolitics: Neoliberalism and New Technologies of*, Reino Unido, Verso Books;
10. Ihde, D., (2002). *Bodies in Technology*, Minnesota, University of Minnesota Press;
11. Ihde, D., (2009). *Postphenomenology and Technoscience: The Peking University Lectures*, New York, State University of New York Press;
12. Ihde, D., (1990). *Technology and the Lifeworld: From Garden to Earth*, Indiana, University Indiana, Press;
13. Simondon, Gilbert (1958). *Du mode d'existence des objets techniques*. Paris, Aubier;
14. Campbell, Heidi, (2013). *A Digital Religion: Understanding Religious Practice in New Media Worlds*, London, Routledge;

15. Martins, Herminio, (2010). *Experimentum Humanum: Civilização tecnológica e condição humana*. Belo Horizonte, Fino Traço;
16. Rheingold, Howard, (1993). *Virtual community*. U.S.A, Addison-Wesley publishing company Exploring;
17. Goodfellow, Ian, (2016). *Deep learning*, U.S.A, MIT Press;
18. Bicacro, Joana, (2019). *Introdução ao problema do teste da relação na tecnologia a partir das noções de teste de transdução*. Tese de mestrado em cultura contemporânea e Novas Tecnologias, Lisboa;
19. Blascovich, J. & Bailenson, J., (2011). *Infinite Reality: Avatars, Eternal Life, New Worlds, and the Dawn of the Virtual Revolution*. New York, Harper Collins;
20. Lanier, J., (2017). *Dawn of the New Everything: Encounters with Reality and Virtual Reality*, London, Henry Holt and Con;
21. Barthélémy, Jean Hugues, (2005). *Penser l'individuation: Simondon et la philosophie de la nature*, Paris, L'Harmattan;
22. Manovich, L., (2001). *The Language of New Media*, U.S.A, MIT Press;
23. M. Heim, M., (1998). *Virtual Realism*, Oxford, University Press;
24. Bogalheiro, Manuel (2018). *Materialidade e Tecnicidade: Investigação sobre a Objectualidade Técnica*. Tese de doutoramento apresentada à Universidade Nova de Lisboa;
25. Bogalheiro, Manuel, (2010). *O papel da técnica do controlo da experiência*. Dissertação de Mestrado em Jornalismo, Lisboa;
26. Bourdieu, Pierre, (1979). *La Distinction: Critique Sociale du Jugement*, Paris, Les Éditions de Minuit;
27. Bourdieu, Pierre, (1980). *Le Sens Pratique*, Paris, Les Éditions de Minuit;
28. Turkle, Sherry, (2011). *Alone Together*, New York, Basic Books,
29. Boellstorff, Tom, (2008). *Coming of Age in Second Life – An Anthropologist Explores the Virtually Human*, New Jersey, Princeton University Press.

Artigos:

1. Almeida, A., A.V.V. (2021). "Mindfulness e Saúde Mental durante a Pandemia da COVID-19: Um Estudo sobre Intervenções Virtuais." *Revista de Psicologia Contemporânea*, vol. 23, (2), p.124-136.
2. Kwon, C.Y. (2023). "Research and Public Interest in Mindfulness in the COVID-19 and Post-COVID-19" Era: A Bibliometric and Google Trends Analysis,

- “International Journal of Environmental Research and Public Health”*, , Vol 20 (5), p. 3807.
3. Mineiro, Daniel; Mendes Pinto, Paulo. (2021). “Tatuar o Tabu, ou incarnar uma vestimenta”, *Relicário*, vol. 8 nº16, p. 76 – 85.
 4. Haraway, Donna. (1991). “*A Cyborg Manifesto: Science, Technology, and Socialist-Feminism in the Late Twentieth Century*”, In D. Haraway, *Simians, Cyborgs, and Women: The Reinvention of Nature*, pp. 149–181.
 5. Balcombe, Luke. (2023). “The Impact of Youtube on Loneliness and Mental Health”, Basel, pp. 10-39.
 6. Garcia, José Luís. (2021) “Bases para uma espiritualidade ética na era digital, Identidades religiosas, *Novos rumos sociológicos*, vol. 9, nº15, p. 92 – 144.
 7. Cruz, Maria. (2007). “Espaço, media e experiência. Na era do espaço virtual e do tempo real”, *comunicação e sociedade*, vol. 12, p. 23-27.
 8. Bogalheiro, Manuel. (2020). “*Techno-Animism or The Magical Existence Of Technical Objects*”, *international journal of fim and media arts*. Vol. 6, nº1, pp. 55-72.
 9. Miller, M. (2018). "The Role of Virtual Communities in Mindfulness Practices, " *Journal of Digital Health*, Vol. 14 (3), p. 198-215.
 10. Slater, M. (2016). "Enhancing Our Lives with Immersive Virtual Reality." *Frontiers in Robotics and AI*, Vol. 3, p. 74.

