

# Prefácio

Marcelo Saad

*“A relação entre ciência e religião nos dá uma perspectiva ‘binocular’ das coisas. Perspectivas religiosas e científicas respondem a diferentes questões sobre cura, e não há necessariamente qualquer conflito entre elas. Nem a ciência nem a religião podem fornecer um relato completo da cura espiritual por conta própria. Algumas das questões mais interessantes sobre a cura espiritual surgem no ponto em que essas duas perspectivas se cruzam. A maioria dos livros sobre cura espiritual é escrita por entusiastas, que não tentam avançar o conhecimento de maneira desapassionada. A cura espiritual está sendo cada vez mais praticada em contextos religiosos e não religiosos, e há uma necessidade urgente de entendê-la melhor”*  
(Watts, 2011, p. XIII).

A medicina é uma prática que vem evoluindo há milhares de anos, mas durante a maior parte de sua história era considerada uma arte que tinha conexões com as crenças religiosas e filosóficas da cultura local. A medicina que conhecemos hoje é tida como uma combinação de ciência (conhecimento técnico do funcionamento do corpo) e arte (acolhimento empático do sofrimento). Ela se baseia em pesquisas biomédicas para eleger o melhor tratamento para cada doença e para cada doente. O leque de opções terapêuticas inclui fármacos, cirurgias, radioterapia, órteses e próteses, entre muitas outras.

A medicina tradicional (baseada nas teorias, crenças e experiências indígenas de diferentes culturas) ainda é muito usada na manutenção da saúde. Paralelamente, as terapias complementares (as práticas de cuidados de saúde que não estão totalmente integradas no sistema de saúde predominante) podem ser usadas em adição aos tratamentos convencionais. A Organização Mundial da Saúde (OMS) valoriza todas essas possibilidades e tem englobado esses conceitos com a seguinte expressão: “Medicina Tradicional, Complementar e Integrativa” (*Traditional, Complementary and Integrative Medicine*) (WHO, 2019).

É importante salientar que a prática médica alopática convencional é continuamente reformulada. À medida que algumas práticas são mais bem pesquisadas, elas se tornam amplamente aceitas (como a acupuntura). Outras desaparecem discretamente, mas são importantes notas históricas (como a teoria dos humores). Nesse cenário, entra a discussão sobre as terapias espirituais, que são intervenções sistematizadas e intencionais por meio de intenção focada, contato com a mão ou passes, sem o uso de intervenções físicas ou químicas convencionais. *Terapia espiritual* é um conceito abrangente usado para se referir a formas de cura muito diferentes. A técnica pode derivar de várias tradições e escolas e assumir diversos nomes.

O *Medical Subject Headings*<sup>1</sup> define terapias espirituais como “práticas místicas, religiosas ou espirituais realizadas para benefício da saúde”, no entanto, esse conceito é muito vago e pode estar ligado à ioga, meditação e ao *tai chi chuan*, entre outras intervenções que estiveram ligadas no passado a tradições espirituais. Essas práticas, embora possam estimular e desenvolver a dimensão espiritual de alguns pacientes, têm seus efeitos muito bem explicados por vias psiconeurofisiológicas. A presente obra, porém, refere-se a um conceito mais restrito de terapias espirituais: as técnicas cujos efeitos extrapolam a biologia e que estão na fronteira da explicação científica. Elas parecem se basear na manipulação de elementos sutis e imateriais, fora dos padrões conhecidos da natureza.

Tais práticas tendem a ser marginalizadas ou mesmo desqualificadas por clínicos e pesquisadores mais concretistas. Isso está, muitas vezes, relacionado à falta de consciência de estudos controlados que comprovam sua eficácia. Para exemplificar, Gonçalves *et al.* (2017) publicaram uma revisão sistemática em que analisaram ensaios clínicos em intervenções religiosas e espirituais, buscando verificar os benefícios em comparação com outras terapias de saúde complementares. Os resultados revelaram tamanhos de efeitos pequenos, favorecendo intervenções religiosas e espirituais nos resultados de qualidade de vida e dor, e tamanhos muito pequenos de efeitos na atividade física, promoção de comportamentos de saúde e prática clínica dos profissionais da saúde em comparação com outras estratégias complementares. Outras pesquisas confirmam que a cura é eficaz, ao menos em curto prazo, no alívio da ansiedade, dor, depressão e do luto (Benor, 2002).

As terapias espirituais podem contribuir com o tratamento convencional, potencializando efeitos de medicamentos ou reduzindo os efeitos colaterais. Também podem facilitar a liberação de emoções reprimidas que contribuem para causar e manter a ansiedade, a depressão e a dor. No mínimo, uma terapia espiritual pode trazer a sensação de abordagem holística, a recuperação de memórias reprimidas de mágoas emocionais, melhorias nos relacionamentos e uma abertura para a consciência espiritual (Benor, 1995).

Este livro, portanto, aborda o conceito mais estrito de terapias espirituais, aquelas baseadas na suposta bioenergia vital. O objetivo é trazer melhor entendimento de seus mecanismos de ação, bem como da extensão de seus efeitos. Os autores dos capítulos são referências nos assuntos tratados e agregaram informação técnica e atual. O público-alvo inclui profissionais, estudantes e pesquisadores nas áreas de tratamento de saúde, assim como os praticantes de técnicas terapêuticas espirituais. O livro não tem a pretensão de esgotar o assunto, mas, sim, ser uma fonte confiável de

---

<sup>1</sup> *Medical Subject Headings* (MeSH) é o léxico de vocabulário usado para indexar artigos para o PubMed (o banco de dados com mais de 29 milhões de citações para a literatura biomédica). Consulte: [www.ncbi.nlm.nih.gov/mesh/](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/mesh/)

dados para fomentar a maior aceitação desses recursos como terapias complementares. Deseja-se que esta obra possa ser útil e agradável aos leitores.

### Referências

BENOR, D. J. Spiritual Healing. In: SHANNON, S. (Ed.). *Handbook of Complementary and Alternative Therapies in Mental Health*. California: Academic Press, 2002. p. 249-268.

\_\_\_\_\_. Spiritual healing: A unifying influence in complementary therapies. *Complementary Therapies in Medicine*, v. 3, n. 4, p. 234-238, 1995.

GONÇALVES, J. P. B.; LUCCHETTI, G.; MENEZES, P. R.; VALLADA, H. Complementary religious and spiritual interventions in physical health and quality of life: A systematic review of randomized controlled clinical trials. *PLOS ONE*, v. 12, n. 10, 2017.

WATTS, F. (Org.). *Spiritual Healing: Scientific and Religious Perspectives*. Cambridge: University Press, 2011.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Traditional, complementary and integrative medicine. Genebra, 2019. Disponível em: <<https://www.who.int/traditional-complementary-integrative-medicine/en/>>.