

O sagrado que me habita: fé pessoal em paisagens urbanas

João Luís Carvalho Paes¹

Resumo: Este estudo investiga como a fé pessoal se manifesta no cotidiano das cidades, examinando as formas íntimas e subjetivas do sagrado em meio às dinâmicas urbanas. A pesquisa utiliza método qualitativo, baseado em revisão bibliográfica de autores como Rudolf Otto, Zygmunt Bauman e Carlos Alberto Steil, articulando experiência religiosa, modernidade e práticas vividas. Conclui-se que, apesar da fragmentação urbana, a fé pessoal resiste ao criar espaços íntimos de experiência do sagrado, revelando modos criativos de celebrar e viver a espiritualidade no ambiente urbano.

Palavras-chave: Fé pessoal. Sagrado. Experiência religiosa. Espiritualidade urbana. Modernidade.

196

1 Introdução

As cidades contemporâneas constituem um dos espaços mais complexos da experiência humana. Marcadas por intensa circulação de pessoas, informações e símbolos culturais, elas configuram ambientes nos quais diferentes tradições religiosas, visões de mundo e práticas espirituais convivem, se cruzam e se transformam. Nesse cenário, a religiosidade também passa por reconfigurações importantes, deslocando-se frequentemente de estruturas institucionais formais para dimensões mais subjetivas da vida cotidiana.

Esse deslocamento provoca uma questão relevante para os estudos das Ciências da Religião. Como compreender formas de espiritualidade que se desenvolvem fora das instituições religiosas tradicionais, mas que continuam produzindo experiências significativas de transcendência e sentido? Em contextos urbanos, observa-se que muitos indivíduos passam a construir trajetórias espirituais próprias, integrando práticas contemplativas, exercícios de respiração e momentos de interiorização que atravessam o cotidiano da vida social.

Partindo dessa questão, este artigo tem como objetivo refletir sobre a fé pessoal que se manifesta nas paisagens urbanas contemporâneas, analisando de que modo práticas contemplativas e experiências subjetivas de espiritualidade podem constituir formas de vivência religiosa fora dos espaços institucionais tradicionais.

Do ponto de vista metodológico, o estudo adota uma abordagem qualitativa, baseada em revisão bibliográfica. O percurso de análise dialoga com autores que contribuem para compreender tanto a experiência religiosa quanto as transformações

¹ Jornalista, com especialização em Cinema e Audiovisual, e mestrando em Ciências da Religião pela Universidade Católica de Pernambuco (UNICAP). Desenvolve pesquisa sobre práticas espirituais contemporâneas e experiência do sagrado. E-mail: jcarvalho2112@gmail.com. Orcid: 0009-0008-6793-308X



DEUS HABITA ESTA CIDADE

Anais Eletrônicos do II Congresso Teológico de Pastoral Urbana | Recife 2026

do campo religioso contemporâneo. As reflexões de Zygmunt Bauman oferecem um quadro interpretativo sobre a modernidade líquida e os processos de individualização das experiências sociais. Rudolf Otto fornece fundamentos conceituais para compreender a dimensão numinosa da religiosidade. Já Carlos Alberto Steil contribui para analisar as transformações do campo religioso contemporâneo e as trajetórias individuais de espiritualidade que emergem em contextos urbanos pluralizados.

A reflexão aqui apresentada dialoga com pesquisa de mestrado em andamento no campo das Ciências da Religião, que investiga a experiência do sagrado a partir das lições e práticas contemplativas de um líder espiritual indiano, cujos ensinamentos são propostos como caminhos de interiorização espiritual independentes de vinculação institucional religiosa.

197

2 Modernidade urbana e individualização da experiência religiosa

A modernidade urbana produziu transformações profundas na maneira como os indivíduos constroem suas identidades e experiências de sentido. As grandes cidades ampliam o contato com diferentes tradições culturais e religiosas, criando ambientes de pluralidade simbólica nos quais múltiplas formas de espiritualidade podem coexistir.

Zygmunt Bauman observa que a modernidade contemporânea é marcada por um processo crescente de individualização das experiências sociais. Nesse contexto, estruturas coletivas que anteriormente orientavam a vida dos indivíduos tornam-se menos estáveis, exigindo que cada pessoa construa seus próprios caminhos de significado. Como afirma o autor, “a individualização consiste em transformar a ‘identidade’ humana de um dado em uma tarefa” (Bauman, 2001, p. 40).

O processo também atinge o campo religioso. A fé deixa de ser apenas uma herança transmitida por comunidades estáveis e passa a ser construída ao longo da trajetória pessoal dos indivíduos. As pessoas transitam entre diferentes referências espirituais, reinterpretem tradições religiosas e incorporam práticas que consideram significativas para suas próprias experiências de vida.

Desta forma, a cidade torna-se um espaço ambivalente. Por um lado, intensifica a fragmentação social e a aceleração do cotidiano. Por outro, oferece condições para o surgimento de novas formas de espiritualidade, nas quais a vivência religiosa se integra à experiência individual e cotidiana.

3 A dimensão numinosa da experiência espiritual

Para compreender essas formas contemporâneas de espiritualidade, é fundamental considerar a dimensão numinosa da religião. Rudolf Otto descreve o



DEUS HABITA ESTA CIDADE

Anais Eletrônicos do II Congresso Teológico de Pastoral Urbana | Recife 2026

sagrado como uma realidade que se manifesta na experiência humana por meio do que denomina numinoso. Trata-se de uma experiência que desperta fascínio e reverência, provocando no sujeito a percepção de uma realidade que ultrapassa os limites da racionalidade.

O sagrado é, antes de mais nada, uma categoria de interpretação e de avaliação que, como tal, só existe no domínio religioso. Sem dúvida, também ocorre em outros domínios, por exemplo, na ética, mas não é dela que provém. Esta categoria é complexa: compreende um elemento com uma qualidade absolutamente especial, que escapa a tudo o que chamamos de racional (Otto, 2007, p. 11).

198

A perspectiva permite compreender que a vivência espiritual pode emergir em diferentes contextos da vida humana. Ela não depende exclusivamente de templos ou rituais institucionalizados, podendo manifestar-se na interioridade do sujeito e em momentos de contemplação ou silêncio.

O conceito de numinoso é particularmente relevante para compreender as formas contemporâneas de espiritualidade que emergem em contextos urbanos. O encontro com o sagrado envolve uma dimensão existencial profundamente sentida, marcada por sentimentos de admiração, mistério e reverência diante da realidade. Trata-se de uma experiência que amplia a percepção do indivíduo sobre o mundo e sobre si mesmo.

Nas sociedades urbanas contemporâneas, caracterizadas por ritmos acelerados e constante dispersão da atenção, práticas que favorecem estados de presença e interiorização tornam-se especialmente significativas. Ao interromper momentaneamente a lógica da pressa e da produtividade, tais práticas criam condições para que o sujeito experimente momentos de profundidade existencial, nos quais a dimensão numinosa da experiência humana pode emergir com maior intensidade.

4 Espiritualidade vivida e trajetórias pessoais de fé

A análise da religiosidade contemporânea tem destacado a importância de compreender a experiência religiosa a partir das práticas vividas pelos indivíduos. Em vez de observar apenas estruturas institucionais, torna-se necessário considerar também as trajetórias pessoais por meio das quais os sujeitos constroem seus percursos espirituais.

Carlos Alberto Steil observa que o campo religioso contemporâneo caracteriza-se por intensos processos de circulação simbólica. Nesse cenário, os indivíduos transitam entre diferentes referências espirituais e constroem percursos religiosos próprios. Como afirma o autor, “os sujeitos constroem percursos religiosos próprios, transitando entre diferentes tradições e práticas espirituais” (Steil, 1998, p. 62).



Essa mobilidade espiritual torna-se particularmente visível em ambientes urbanos, onde a diversidade cultural favorece o contato com múltiplas práticas religiosas e espirituais. A fé passa a ser construída como experiência vivida, integrada às trajetórias pessoais e às necessidades existenciais de cada indivíduo.

Assim, a espiritualidade contemporânea frequentemente se manifesta em práticas cotidianas discretas, que não dependem necessariamente de rituais institucionais formais. A religiosidade passa a habitar a interioridade do sujeito, atravessando diferentes momentos da vida cotidiana.

A transformação das trajetórias religiosas também revela um deslocamento significativo no modo como o sagrado é percebido no mundo contemporâneo. Em vez de se apresentar exclusivamente como realidade mediada por instituições ou autoridades religiosas, o sagrado passa a ser experimentado como dimensão da própria existência. A espiritualidade assume, assim, um caráter mais experiencial, no qual o indivíduo busca formas de reconectar sua vida cotidiana com dimensões mais profundas de sentido.

O movimento não significa necessariamente ruptura com as tradições religiosas, mas aponta para uma reconfiguração da maneira como os sujeitos se relacionam com o transcendente. A fé deixa de ser apenas um sistema de crenças compartilhadas e passa a ser vivida também como prática cotidiana de interiorização, na qual momentos de silêncio, contemplação e respiração consciente se tornam formas de reencontro com a própria interioridade.

5 Práticas contemplativas e espiritualidade no cotidiano

Entre as práticas espirituais que têm se difundido nas sociedades contemporâneas, destacam-se diferentes formas de meditação e técnicas de respiração consciente. Essas práticas são frequentemente adotadas por indivíduos que buscam cultivar equilíbrio interior e estados de presença em meio às exigências da vida cotidiana.

Nessa perspectiva, o corpo assume papel central na experiência espiritual. Diferentes tradições contemplativas reconhecem que a respiração constitui uma ponte entre corpo, mente e consciência. Ao tornar-se consciente do próprio ritmo respiratório, o indivíduo passa também a perceber com maior clareza seus estados emocionais e mentais.

Exercícios de respiração e práticas meditativas favorecem processos de interiorização que permitem ao indivíduo interromper momentaneamente o fluxo acelerado da vida cotidiana. Ao criar condições para o silêncio interior e a atenção plena, tais práticas podem abrir espaço para vivências espirituais significativas.



Entre essas práticas encontra-se a Sudarshan Kriya Yoga (SKY), técnica respiratória difundida pela organização Arte de Viver. A prática combina diferentes ritmos respiratórios com momentos de meditação e relaxamento, favorecendo estados de equilíbrio físico, emocional e mental. Embora vinculada a uma tradição espiritual específica, sua difusão em contextos contemporâneos evidencia o modo como técnicas contemplativas podem integrar trajetórias pessoais de espiritualidade vivida.

Como afirma o líder espiritual e humanitário indiano Sri Sri Ravi Shankar, a quem se atribui a sistematização da SKY, “técnicas de respiração, pranayama, meditação e yoga podem ajudar a descarregar toda a tensão e as emoções negativas e a ajudar a viver no presente” (Shankar, 2008, p. 11).

O crescimento dessas práticas nas cidades contemporâneas revela também uma busca por experiências espirituais que possam ser integradas ao cotidiano sem exigir ruptura com a vida urbana. Diferentemente de formas tradicionais de retiro religioso, que muitas vezes pressupõem afastamento do mundo social, práticas meditativas contemporâneas são frequentemente realizadas no interior da própria rotina diária. Essa característica contribui para que a espiritualidade se torne parte da experiência ordinária da vida, aproximando o sagrado do fluxo cotidiano da existência.

Apenas a espiritualidade pode ajudá-lo a se livrar de negatividade e a viver no presente. A oração, quando combinada com o silêncio, pode nos conectar à fonte infinita de poder do fundo do nosso coração. [...] Espiritualidade desprovida de dogmas e acompanhada de compreensão abrangente é a real necessidade do século XXI (Shankar, 2008, p. 19).

Por isso, essas práticas frequentemente são realizadas fora de espaços religiosos tradicionais, sendo incorporadas ao cotidiano de indivíduos que buscam cultivar momentos de interiorização em meio à dinâmica acelerada da vida moderna.

6 Considerações finais

A análise desenvolvida neste artigo permite observar que as transformações da sociedade contemporânea não significam o desaparecimento da religiosidade. Ao contrário, elas contribuem para o surgimento de novas formas de espiritualidade que se desenvolvem no interior da vida cotidiana.

As reflexões de Bauman evidenciam como a modernidade líquida favorece a individualização das experiências religiosas. Otto permite compreender que o sagrado pode manifestar-se na interioridade da experiência humana. Já Steil contribui para interpretar as trajetórias pessoais de espiritualidade que emergem em contextos pluralizados.



DEUS HABITA ESTA CIDADE

Anais Eletrônicos do II Congresso Teológico de Pastoral Urbana | Recife 2026

Nesse cenário, práticas meditativas e técnicas de respiração tornam-se caminhos por meio dos quais indivíduos cultivam vivências espirituais no cotidiano. Ao favorecer momentos de interiorização e presença, tais práticas criam espaços íntimos de espiritualidade no interior da experiência cotidiana.

Nas paisagens urbanas contemporâneas, onde o ritmo acelerado frequentemente dispersa a atenção e fragmenta as relações sociais, a espiritualidade pessoal revela-se como gesto silencioso de recomposição do sentido da existência. O sagrado que habita o sujeito torna-se, assim, uma presença interior que acompanha o cotidiano e transforma a própria maneira de viver no mundo.

201

Referências

BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.

OTTO, Rudolf. **O sagrado**. Petrópolis: Vozes, 2007.

STEIL, Carlos Alberto. **Pluralismo, modernidade e tradição**: transformações do campo religioso. *Religião & Sociedade*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, 1998.

SHANKAR, Sri Sri Ravi. **Sabedoria Para o Novo Milênio**. Rio de Janeiro: Arte de Viver, 2008.

