

# Przedmowa

Które sieci neuronowe w mózgu są najaktywniejsze, gdy żarliwie się modlimy, błagamy Boga, śpiewamy w świątyni, zachwycamy się biblijną historią, brnimy swoich przekonań religijnych lub robimy inne rzeczy związane z naszą wiarą? A które nie wykazują aktywności? Co robi nasz mózg, kiedy zamiast wykonywania czynności związanych z religią doświadczamy mistycznych lub transcendentnych przeżyć? Czy wtedy są aktywne odmienne obszary mózgu? Ta książka jest właśnie o tym, jak to wszystko się dzieje – jak mózg umożliwia ludziom bycie istotami religijnymi i duchowymi.

Na potrzeby tej publikacji rozróżniamy pojęcia *umysł* i *mózg*. Od dawna toczy się intensywna dyskusja, w której przedstawia się argumenty zarówno za, jak i przeciw dychotomii umysł–mózg. Gdybyśmy na stronach tej książki zaangażowali się w tę dysputę, odeszlibyśmy od głównego tematu. Dlatego po prostu zdefiniujemy ludzki mózg jako narząd znajdujący się w czaszce, złożony z komórek nerwowych (neuronów) i komórek gwałowych zapewniających neuronom wsparcie metaboliczne i strukturalne. Nasze mózgi analizują i interpretują przychodzące informacje sensoryczne, płynące z naszych ciał oraz z otaczającego nas świata. Mózg również magazynuje wiedzę i przeprowadza na niej działania, umożliwia planowanie i realizowanie zaprogramowanych zachowań. Umysł natomiast składa się z naszych wspomnień, myśli, pomysłów i uczuć. To jednak mózg magazynuje owe wspomnienia i wykształca myśli oraz uczucia – nawet miłość, którą czujemy „sercem”.

Pojęcie *religia* najczęściej odnosi się do wiary w jedną lub większą liczbę nadprzyrodzonych bytów oraz do podporządkowywania się naukom i zasadom tego bytu (lub bytów). Często takie prawa zostały określone lub zinterpretowane przez wyjątkowych przywódców czy proroków, takich jak Mojżesz, święty Paweł, Mahomet, Siddhartha Gautama i Joseph Smith. Zostały

też spisane w świętych księgach, jak Tora, Nowy Testament, Koran, Księga Mormona i Wedy. Nad definicją religii debatowano i dyskutowano kilka tysiącleci. Pojęcie „religia” może pochodzić z łacińskiego *relegere*, oznaczającego „traktować ostrożnie”. Alternatywnie może pochodzić od słowa *religati*, oznaczającego „związywać”. Z całą pewnością religia obejmuje zwiążanie się z nadprzyrodzonym bytem czy Bogiem oraz z Jego prawami. Poza tym wspólne wierzenia i podążanie tą samą drogą łączą ludzi i wzmacniają poczucie wspólnoty. Dla niektórych oznacza to utożsamianie się nie tylko z Bogiem i ludźmi wyznającymi tę samą wiarę, lecz także z boskim stworzeniem.

Więcej szczegółów zawarto na kolejnych stronach książki. W tym miejscu chcemy jedynie stwierdzić, że traktujemy religijność jako stopień przestrzegania tego, co głosi religia. Traktujemy duchowość czy bycie osobą uduchowioną jako stan uświadomienia sobie boskości, która przekracza świat fizyczny, w tym naszą cielesność i pięć zmysłów.

Od początków znanych nam dziejów aż do terażniejszości duża część ludzkości wierzy w istnienie nadprzyrodzonego bóstwa czy bóstw z nadprzyrodzonymi siłami. Różne grupy ludzi nadają suwerennemu bóstwu różne imiona i przypisują mu rozmaite atrybuty. Niektóre bóstwa są antropomorficzne, inne bardziej abstrakcyjne. W tradycjach mistycznych głównych światowych religii – systemów wierzeń, które uznajemy za duchowe – pojawia się wspólny wątek obecny w odmiennych i zdecydowanie odległych kulturach: idea, że niepoznawalny Bóg jest wszędzie i jest wszystkim, również nami.

Chociaż uważamy, że niektóre z idei wyrażonych w tej książce są nowatorskie, z pewnością nie jest to pierwsza książka zajmująca się badaniem relacji między mózgiem a naszą tęsknotą za boskością. William James (1842–1910), absolwent Harvard Medical School, jest pod wieloma względami ojcem współczesnej psychologii. Wielu psychologów uważa jego książkę *Principles of Psychology* (wyd. Henry Holt, 1890) za „biblię” tej nowej dziedziny. James był jednym z pierwszych współczesnych naukowców badających doświadczenie religijne jako zjawisko psychologiczne. W *Doświadczeniach religijnych* zdefiniował religię jako „uczucia, czyny i doświadczenia odosobnionej jednostki ludzkiej, o których ta jednostka mniema, że odnoszą się one do czegoś, co ona sama uznaje za boskie” (2008, s. 31). James sugerował, że chcąc poznać psychologię religii, należy badać doświadczenia religijne ludzi. To jest coś, na co rzucimy nieco światła na kolejnych stronach.

Psychologia i psychiatria zajmują się badaniem umysłu, a neurologia – mózgu, w zdrowiu i w chorobie. Neuropsychologia to obszar zgłębiający zależności między umysłem a mózgiem – albo zajmujący się pośredniczącą rolą mózgu w zachowaniach, myślach, emocjach i przekonaniach. Naszym celem w tej książce jest przeanalizowanie neuropsychologii religijności i duchowości.

W przedmowie do ogólnowiadowego bestsellera *Bóg urojony* Richard Dawkins definiuje urojenie jako trwałe fałszywe przekonanie, utrzymujące się mimo mocnych dowodów mu zaprzeczających. Następnie cytuje Roberta M. Pirsiga, autora książki *Zen i sztuka obsługi motocykla*, który napisał: „Jeśli jedna osoba ma urojenia, nazywamy to szaleństwem. Jeżeli wiele osób cierpi na to samo urojenie, nazywamy to Religią” (Dawkins, 2006, s. 16). Inaczej niż w książkach Dawkinsa i tych autorstwa Sama Harrisa i Daniela Dennetta promujących ateizm oraz w bardzo wielu książkach opowiadających się za wiarą w nadprzyrodzoną siłę, w *Duchowym życiu mózgu* dążymy do zachowania teologicznej neutralności.

Podjerzewamy, że część bardzo religijnych czytelników zinterpretuje nasze słowa jako propagowanie ateizmu czy agnostycyzmu. Podobnie niektórzy niewierzący uznają ją za pracę promującą religię czy duchowość. Staraliśmy się trzymać środka drogi, by ani nie wspierać, ani nie odrzucać wiary w Boga. Co równie ważne, staraliśmy się zbudować naszą argumentację w sposób niekoniecznie kończący się odpowiedziami, ale zachęcający czytelnika do przemyślenia i refleksji nad możliwościami.

Niektórzy będą twierdzić, że powodem, dla którego mózg może pośredniczyć w zachowaniach związanych z wiarą, jest to, że Bóg tak go właśnie stworzył. Inni, opierając swoją argumentację na zasadach darwinowskich, wskażą, że powodem utrzymywania się ludzkiej wiary w Boga jest to, że zwiększa ona nasze szanse na przeżycie. Trudno to jednak zaakceptować w obliczu faktu, że to właśnie zorganizowana religia odpowiada za niektóre z najpotworniejszych wydarzeń w naszej historii. Być może część z nas zgodzi się z poglądem paleontologa i biologa ewolucyjnego Stephana Jay Goulda, który nazwał religię produktem ubocznym przystosowania (spandrelem): ewolucyjną charakterystyką, która sama w sobie nie ma żadnej przystosowawczej wartości.

W swojej książce *Duchowy mózg. Neuronaukowa argumentacja za istnieniem duszy* Denyse O’Leary i Mario Beauregard omawiają ważne filozoficzne pytanie: czy Bóg stworzył mózg, czy to mózg stworzył Boga? Autorzy nie

przedstawiają żadnych dowodów pozwalających rozstrzygnąć tę kwestię, podobnie zresztą jak my. Nie mamy też pewności, czy na to pytanie w ogóle można znaleźć odpowiedź. Ostatecznie niezależnie od tego, jak każdy z nas na nie odpowie, to mózg pozwala nam na bycie osobą religijną lub duchową.

W artykule „Darwin's God” w *New York Times Magazine* (4 marca 2007), Robin Marantz Henig pisze: „W świecie biologii ewolucyjnej pytanie nie brzmi, czy Bóg istnieje, ale dlaczego w niego wierzymy”. Chociaż zdaniem Heniga wśród naukowców panuje zgoda co do tego, że wiara jest skutkiem budowy mózgu, w artykule nie wskazuje na struktury mózgowie mogące w wierze pośredniczyć. W tej książce postępujemy dokładnie odwrotnie: szczegółowo omawiamy niektóre układy mózgowie, które mogą uczestniczyć w pewnych elementach naszej religijności i duchowości.

Mózg jest najbardziej złożonym narządem naszego ciała i mimo wieloletnich badań wciąż wiele kwestii z nim związanych pozostaje słabo poznanych. Dlatego na temat licznych aspektów religijności i duchowości możemy przedstawić jedynie skromne dane. W ewolucji nauki mnóstwo teorii ostatecznie okazało się błędnych. Mamy więc świadomość, że wiele wyjaśnień, które przedstawiamy na kolejnych stronach książki, zostanie w przyszłości odrzuconych jako fałszywe. Niemniej rozwój wiedzy ma charakter ewolucyjny. Tak samo jak w ewolucji biologicznej każdy krok na drodze do zdobywania wiedzy nie jest idealny, ale przybliża nas do pełniejszego zrozumienia.

Książka, którą trzymasz w ręku, ma dwóch autorów. Ken Heilman jest lekarzem pracującym w klinice uniwersyteckiej i neuronaukowcem. Russ Donda jest popularyzatorem nauki, osobą dostrzegającą wartość w komercjalizacji naukowych odkryć. Nie tylko mamy różne wykształcenie, ale różnimy się także tłem religijnym i kulturowym. Podczas pisania tej książki czasami sprzecaliśmy się o to, które fragmenty włączyć, a które usunąć. Na szczęście zgadzamy się odnośnie do większości tego, co ostatecznie się w tej publikacji pojawiło. W rozdziale 7 jednakowoż znalazły się fragmenty będące wyjątkiem od tej reguły, szczególnie „Tam na zewnątrz grasują wilki”. Russ chciał je usunąć, Ken upierał się przy ich pozostawieniu.

Niemniej staraliśmy się napisać tę książkę tak, aby byli w stanie zrozumieć ją także czytelnicy, którzy nie są ani lekarzami, ani neuronaukowcami. Opisując budowę i funkcje mózgu, sięgaliśmy po wiele fachowych pojęć. Usiłowaliśmy robić to w sposób jak najmniej uciążliwy; ryciny powinny pomóc.

Na stronach książki posługujemy się słowami *my*, *nas*, *nasze* w odniesieniu do ludzkości jako takiej, ale ponieważ jesteśmy jej autorami, wyrażają one również nasze osobiste opinie. Zakładamy, że nie powinno być problemu z określeniem, kiedy *my* oznacza opinię autorów, a kiedy jej nie wyraża. Jeśli nie jest to jednoznaczne, to zapewne nie ma takiej potrzeby. Wtedy zaś, gdy piszemy konkretnie o którymś z nas, używamy imion: Ken lub Russ. Co się tyczy zaimków *on* czy *ona*, uważamy, że płeć nie ma tu większego znaczenia i staramy się posługiwać nimi zamiennie. Czasami czuliśmy potrzebę podkreślenia, że *on* i *ona* powinny być w kontekście książki rozpatrywane równorzędnie i wtedy stosujemy je razem.

Wreszcie, mamy nadzieję, że po przeczytaniu tej książki będziesz lepiej rozumieć mózgowy mechanizm, potencjalnie odpowiadające za naszą religijność i duchowość. I chociaż wiele spraw pozostanie niewyjaśnionych, to jednak jeśli uda nam się wzbogacić twoją wiedzę i zachęcić cię do myślenia, do kwestionowania i do większej ciekawości, to uznamy, że zrobiliśmy kawał dobrej roboty.