

O BRAIN ROT SOB A
PERSPECTIVA DA
ANTROPOLOGIA GNÓSTICA
DE SAMAEL AUN WEOR:
UMA ANÁLISE À LUZ DOS
DIREITOS HUMANOS

BRAIN ROT FROM THE PERSPECTIVE OF GNOSTIC ANTHROPOLOGY OF
SAMAEL AUN WEOR: AN ANALYSIS IN LIGHT OF HUMAN RIGHTS

Ciências Humanas • 29/04/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/777427917](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/777427917)

Elmasa Solaun Orwe¹

RESUMO

Este artigo analisou o fenômeno do Brain Rot como expressão contemporânea dos impactos da tecnologia digital sobre a consciência humana, ressaltando o escasso uso da atenção, a superficialidade cognitiva e o esgotamento psíquico produzidos pelo consumo excessivo de estímulos digitais. O objetivo consistiu em compreender de que modo a Antropologia Gnóstica, aqui analisada como ciência latino-americana, e não em seu aspecto teológico, pode interpretar o Brain Rot como manifestação social da degradação da consciência, superando abordagens estritamente neurológicas ou sociológicas, bem como analisar de que forma esse fenômeno pode representar violação a direitos humanos, especialmente no que se refere à proteção da integridade mental. O referencial teórico articulou contribuições da antropologia, da neurociência e, de modo central, da Antropologia Gnóstica com base nos escritos de Samael Aun Weor, segundo o qual o ser humano foi compreendido como unidade integrada de corpo, alma e consciência, sujeito a estados de despertar ou adormecimento da consciência. A pesquisa adotou o método dedutivo, fundamentando-se na análise crítica de obras clássicas e contemporâneas sobre cultura digital, cognição e consciência. Os resultados indicaram que o Brain Rot representa uma forma moderna do chamado sono da consciência, intensificada pela hipnose digital, pela aceleração informacional e pela cultura do prazer imediato, podendo configurar um fator de comprometimento da autonomia psíquica e da integridade mental dos indivíduos, com possíveis reflexos no campo dos Direitos Humanos. Concluiu-se que a superação desse quadro demanda a reeducação da atenção, o cultivo da interioridade e o uso consciente da tecnologia, compreendida não como inimiga, mas como instrumento potencial de ampliação da consciência.

Palavras-chave: Antropologia; Filosofia; Antropologia Gnóstica; Brain Rot; Consciência; Tecnologia; Direitos Humanos.

ABSTRACT

This article analyzed the phenomenon of Brain Rot as a contemporary expression of the impacts of digital technology on human consciousness, highlighting the scarce use of attention, cognitive superficiality, and psychic exhaustion produced by the excessive consumption of digital stimuli. The objective was to understand how Gnostic Anthropology, analyzed here as a Latin American science, and not in its theological aspect, can interpret Brain Rot as a social manifestation of the degradation of consciousness, overcoming strictly neurological or sociological approaches, as well as to analyze how this phenomenon can represent a violation of human rights, especially regarding the protection of mental integrity. The theoretical framework articulated contributions from anthropology, neuroscience, and, centrally, Gnostic Anthropology based on the writings of Samael Aun Weor, according to whom the human being was understood as an integrated unity of body, soul, and consciousness, subject to states of awakening or sleep of consciousness. The research adopted the deductive method, based on the critical analysis of classic and contemporary works on digital culture, cognition, and consciousness. The results indicated that Brain Rot represents a modern form of the so-called sleep of consciousness, intensified by digital hypnosis, informational acceleration, and the culture of immediate pleasure, and may constitute a factor compromising the psychic autonomy and mental integrity of individuals, with possible repercussions in the field of Human Rights. It was concluded that overcoming this situation demands the re-education of attention, the cultivation of interiority, and the conscious use of technology,

understood not as an enemy, but as a potential instrument for expanding consciousness.

Keywords: Anthropology; Philosophy; Gnostic Anthropology; Brain Rot; Consciousness; Technology; Human Rights.

1. INTRODUÇÃO

A tecnologia, sobretudo no campo digital, representa uma das mais profundas transformações da história humana. No entanto, para além de seus avanços, emerge um problema contemporâneo relevante no campo dos Direitos Humanos, especialmente no que se refere à proteção da integridade mental, da autonomia da consciência e do livre desenvolvimento da personalidade diante das novas dinâmicas tecnológicas. Os avanços da era das inteligências artificiais (IA) e das redes de informação trouxeram benefícios indiscutíveis, promovendo saltos no desenvolvimento econômico, científico e comunicacional. Entretanto, a mesma estrutura tecnológica que potencializa a expansão do conhecimento e da conectividade também revela ser um paradoxo: quanto maior a abundância de informações, maior a escassez de conteúdos verdadeiramente informativos e reflexivos.

Esse cenário, marcado pelo consumo massivo de estímulos digitais fragmentados, afeta não apenas o comportamento social, mas também a estrutura cognitiva e a experiência subjetiva do ser humano. O uso excessivo e desregulado das tecnologias digitais, aliado à exposição precoce de crianças e adolescentes, contribui para o surgimento de um fenômeno recentemente nomeado como Brain Rot. Trata-se de uma condição contemporânea que reflete a degradação das capacidades mentais e da atenção, consequência

do uso compulsivo das plataformas digitais e da cultura da rolagem infinita.

Mais do que um problema neurológico ou psicológico, o *Brain Rot* configura-se como um fenômeno antropológico, pois altera profundamente a forma como os indivíduos constroem suas percepções, suas relações e seus modos de significar o mundo. A sociedade globalizada e digitalizada dá origem a um novo tipo de ser humano: conectado, veloz, porém cada vez mais disperso, ansioso e incapaz de sustentar processos que exigem mais de sua capacidade intelectual. A aceleração informacional e a cultura da superficialidade produzem o que Byung-Chul Han denomina de “sociedade do cansaço”, na qual o excesso de estímulos, de desempenho e de dopamina substitui o silêncio e a interioridade necessários à consciência.

Sob o olhar da Antropologia tradicional, esses fenômenos são compreendidos como respostas culturais à modernidade tecnológica, expressões de adaptação social frente às novas estruturas de mediação simbólica. Contudo, para além da visão materialista ou sociológica, é possível compreender o *Brain Rot* como um sintoma mais profundo, um reflexo da perda de integração entre corpo, mente e espírito. É nesse ponto que surge a relevância da Antropologia Gnóstica, proposta por Samael Aun Weor, que entende o ser humano como um microcosmo espiritual em processo de autotransformação e decadência cíclica.

Para a Antropologia Gnóstica, o homem não é apenas produto da cultura, mas também uma expressão da consciência em diferentes graus de evolução. Quando a humanidade se distancia de sua essência e se identifica unicamente com os estímulos externos e

automatizados, entra em um estado que Samael Aun Weor denomina de “sono da consciência”, condição em que a mente perde sua capacidade reflexiva e a vida torna-se mecânica e fragmentada. O *Brain Rot*, sob essa ótica, representa a manifestação moderna desse mesmo adormecimento, potencializado pela hipnose digital e pelo culto à velocidade e ao prazer imediato.

Nesse contexto, o problema de pesquisa que orienta o presente estudo concentra-se na seguinte indagação: Como a Antropologia Gnóstica interpreta o *Brain Rot* como manifestação social de degradação da consciência?

Organizado em três capítulos de desenvolvimento, a presente monografia articula uma análise interdisciplinar do fenômeno do *Brain Rot*, integrando fundamentos da Antropologia Gnóstica, reflexões antropológicas e contribuições da neurociência, com o objetivo de compreender os impactos da tecnologia digital sobre a consciência humana.

No primeiro capítulo, são apresentados os fundamentos teóricos da Antropologia Gnóstica segundo Samael Aun Weor, abordando sua origem, conceitos centrais e a concepção do homem como ser tripartite: corpo, alma e espírito. Discute-se o fenômeno do sono da consciência e da degeneração psíquica, estabelecendo uma comparação crítica entre a antropologia tradicional e a antropologia gnóstica, a fim de evidenciar as diferenças epistemológicas e antropológicas entre essas abordagens.

O segundo capítulo dedica-se à análise do fenômeno do *Brain Rot* no contexto da cultura digital contemporânea. Inicialmente, examina-se a origem e o significado do termo, seguido pela

investigação dos processos de entorpecimento da atenção e do colapso cognitivo associados ao uso excessivo das tecnologias digitais. O capítulo também aborda o papel da dopamina na formação de padrões mentais automáticos, bem como os impactos culturais e antropológicos decorrentes da hiperestimulação, da fragmentação do pensamento e da aceleração da vida contemporânea.

Por fim, o terceiro capítulo apresenta caminhos de superação da crise cognitiva e existencial identificada ao longo do trabalho. A partir da proposta gnóstica, são discutidos a auto-observação e o despertar da consciência como práticas centrais para a reeducação da atenção. O capítulo também aborda a transmutação psíquica, o cultivo do silêncio interior e a possibilidade de ressignificação da tecnologia, compreendendo-a não como inimiga, mas como um potencial ferramenta de iluminação e ampliação da consciência, desde que utilizada com propósito, medida e consciência.

O método de abordagem adotado é o dedutivo, partindo de premissas teóricas gerais para a análise de situações e problemáticas específicas relacionadas ao objeto de estudo. Quanto ao método de procedimento, é utilizado o método monográfico, por meio do exame aprofundado e sistemático do tema proposto, permitindo a compreensão detalhada de seus elementos constitutivos. A técnica de pesquisa empregada é a bibliográfica, baseada na análise de livros, artigos científicos, legislações, documentos oficiais e produções acadêmicas relevantes, nacionais e internacionais, que tratam do tema, com o objetivo de fundamentar teoricamente a pesquisa e sustentar as reflexões desenvolvidas.

2. FUNDAMENTOS DA ANTROPOLOGIA GNÓSTICA SEGUNDO SAMAEEL AUN WEOR

Este capítulo apresentará os fundamentos da Antropologia Gnóstica segundo Samael Aun Weor, compreendendo-a como uma ciência da consciência orientada ao autoconhecimento e à transformação interior do ser humano. Diferentemente da antropologia tradicional, centrada na observação externa das estruturas culturais e sociais, a Antropologia Gnóstica será abordada como uma perspectiva transdisciplinar que integrará ciência, filosofia e espiritualidade, investigando o homem a partir de sua experiência interior e de seus estados de consciência. Serão discutidos os conceitos centrais da Gnose, entendida como conhecimento vivencial e direto da verdade, bem como a crítica ao reducionismo materialista que limita o homem à condição de “animal intelectual”, desconsiderando sua dimensão espiritual e seu nível de ser.

O capítulo também examinará a concepção gnóstica do ser humano como uma realidade tripartida, composta por corpo, alma e espírito, destacando que a desarmonia entre essas dimensões constituirá a base da degeneração psíquica e existencial do homem moderno. Nesse contexto, será analisado o conceito de sono da consciência como estado de automatismo psicológico e alienação interior, estabelecendo-se uma comparação crítica entre a Antropologia Tradicional e a Antropologia Gnóstica quanto aos seus pressupostos epistemológicos, metodológicos e éticos. Ao final, será evidenciado que a proposta gnóstica não se limitará a descrever o homem, mas buscará sua regeneração interior, oferecendo um referencial teórico essencial para a compreensão de fenômenos contemporâneos de alienação, como o Brain Rot, enquanto reflexos de uma desconexão profunda entre consciência, cultura e espiritualidade.

2.1. Origem e Conceito de Antropologia Gnóstica

A Antropologia Gnóstica, formulada e sistematizada por Samael Aun Weor na segunda metade do século XX, representa uma leitura transdisciplinar do ser humano, em que a dimensão espiritual é integrada ao estudo da cultura, da consciência e da psicologia profunda. Mais do que uma disciplina empírica, essa vertente propõe uma verdadeira “ciência da consciência”, capaz de analisar as causas ocultas da conduta humana, da degeneração psíquica e das transformações civilizatórias.

Samael Aun Weor no livro *Antropologia Gnóstica* (1975, p. 12) define a Gnose como “o conhecimento objetivo da Verdade, obtido através da experiência direta da consciência desperta”. Essa definição, segundo o autor, já estabelece a diferença fundamental entre a antropologia convencional, que observa o homem externamente, e a antropologia gnóstica, que busca compreender o homem desde dentro, por meio da auto-observação e da vivência interior.

Em *Psicologia Revolucionária*, Weor enfatiza que o homem atual “não é ainda um ser humano verdadeiro, mas apenas um ‘animal intelectual’” (Weor, 1974, p. 5). Segundo ele, o erro fundamental das ciências modernas está em ignorar a natureza interior do indivíduo, reduzindo-o a um conjunto de comportamentos sociais. Por isso, propõe uma antropologia que investigue não apenas as estruturas culturais, mas também o “nível de ser” de cada pessoa, compreendendo que “todas as coisas que acontecem fora de nós são exclusivamente o reflexo do que interiormente levamos” (Weor, 1974, p. 6).

A Gnose, do grego *gnosis*, significa “conhecimento espiritual” ou “sabedoria vivencial”. E em *A Revolução da Dialética* (1979, p. 33), Samael explica que: “a Gnose é a sabedoria do coração, não do cérebro; é o conhecimento que nasce da experiência interior e da observação consciente”. Nesse contexto, a Antropologia Gnóstica não se opõe ao método científico, mas o amplia, incorporando o método da auto-observação consciente, uma via empírica da alma.

No livro *As Escolas Esotéricas* (1990, p. 4), Weor é preciso e menciona que: “o ‘animal intelectual’, equivocadamente chamado homem, crê que já tem alma, e realmente não a tem. É necessário despertar consciência, despertar o Budhatta e individualizá-lo; isto é o que se chama ‘fabricar alma’.”

Esse trecho revela a base ontológica da Antropologia Gnóstica, ou seja, o homem não é um ser completo, mas um projeto que está em constante evolução. A alma é vista como algo que deve ser “fabricado” mediante disciplina interior e não como um atributo automático. Assim, compreender o homem para a Gnose, é compreender o processo de sua revolução espiritual.

A antropologia clássica, conforme Mircea Eliade (1957), entende o ser humano como um ser simbólico e religioso, cuja natureza está intrinsecamente ligada ao sagrado. Durand (1960) e Jung (1964) também enfatizam que os mitos e arquétipos são expressões universais da psique.

Weor (1974, p. 47) se alinha a essa tradição simbólica, mas acrescenta o elemento vivencial: “a verdadeira antropologia é aquela que nos ensina a descobrir dentro de nós mesmos o homem autêntico, o ser essencial que dorme sob as máscaras do ego”. Ainda afirma que: “O

homem deve aprender a criar dentro de si a luz do Ser; a alma é apenas o meio, não o fim” (Weor, 1974, p. 49).

Assim, a Antropologia Gnóstica pode ser compreendida como uma síntese entre ciência, filosofia e mística, cujo objetivo é investigar o homem em suas múltiplas dimensões, física, psíquica e espiritual, e compreender os mecanismos de sua degeneração e regeneração interior.

No livro “*Consciência Cristo*”, Weor (1967, p. 15) declara que “a nós, gnósticos, o único que nos interessa é o despertar da consciência. Terá que obter o despertar da consciência para conhecer todos os segredos da vida e da morte.”

Essa ênfase que o autor expressa de despertar, constitui o eixo central da Antropologia Gnóstica que reforça que o estudo da humanidade é inseparável do estudo da consciência e de seus estados. Enquanto a antropologia moderna busca o homem histórico, a gnóstica busca o homem eterno; enquanto a ciência estuda a forma, a Gnose estuda a essência.

Por isso, a Gnose é simultaneamente uma ciência e uma prática de libertação. Do ponto de vista metodológico, essa visão antropológica gnóstica propõe a união entre observação externa e introspecção sistemática. O homem é visto como microcosmo, reflexo vivo das leis cósmicas.

Essa ideia é reforçada no livro “*Tratado Esotérico de Teurgia*” (1955, p. 1). No plano metodológico, a Gnose parte de uma antropologia com estados sutis de experiência psíquica e espiritual, cuja investigação requer auto-observação e prática interior .

A Antropologia Gnóstica, portanto, rompe com o reducionismo materialista e oferece uma visão integral do homem como síntese de corpo, alma e espírito, articulando o estudo da consciência individual à dimensão espiritual universal.

Assim, compreender o ser humano, inclusive os fenômenos modernos de alienação tecnológica, como o *Brain Rot*, exigem reconhecer que toda degeneração social reflete uma degeneração interior.

Em síntese, a Antropologia Gnóstica de Samael Aun Weor redefine o próprio escopo das ciências humanas, propondo uma antropologia da alma. Seu objetivo não é apenas descrever o homem, mas transformá-lo, despertando nele o princípio solar de autoconsciência e restaurando a unidade perdida entre ciência e espírito.

2.2. O Homem Tripartido: Corpo, Alma e Espírito

Após definir-se como uma ciência da consciência e do autoconhecimento, a Antropologia Gnóstica volta-se agora ao estudo do seu objeto fundamental: o próprio homem.

Nessa visão, o ser humano é concebido como uma totalidade viva e dinâmica, composta por corpo, alma e espírito, três dimensões interdependentes que refletem a estrutura universal da criação. Essa leitura não é meramente simbólica: trata-se de um modelo ontológico que explica as diferentes manifestações da consciência e o processo evolutivo interior do ser.

Em *Os Mistérios Maiores*, Samael Aun Weor (1956, p. 23) afirma que: “o homem é um triângulo de forças: corpo, alma e espírito. O corpo é o veículo de ação; a alma, o princípio de sensibilidade e consciência; o espírito, a centelha imortal que procede do Absoluto.”

Essa triplicidade representa a arquitetura oculta da existência humana. O corpo, ou soma, é o instrumento de expressão na matéria; a alma, ou psique, atua como mediadora entre o terreno e o divino; e o espírito, ou pneuma, constitui o núcleo essencial e imperecível do Ser.

Para Samael, essa estrutura trina explica por que o homem moderno, desconectado do espírito, vive uma existência fragmentada e mecânica. Em *O Colar de Buddha*, o autor escreve que: “O corpo é a casa da alma, e esta é o templo do Espírito. Mas a alma, enredada nos desejos e paixões, converteu-se em serva do corpo e esqueceu seu Senhor, o Espírito” (Weor, 1977, p. 19).

A inversão dessa ordem, quando a alma se submete ao corpo e esquece o espírito, constitui, segundo a Gnose, a raiz da decadência psicológica e moral da humanidade. O homem atual, absorvido pelo consumo e pelos estímulos da tecnologia, encontra-se identificado com a matéria e com os processos instintivos da mente, o que Samael chama de “mecanicidade da vida”.

Em *Tratado de Psicologia Revolucionária* (1974, p. 12), Weor descreve esse fenômeno com precisão ao mencionar: “O que torna bela e adorável toda criança recém-nascida é sua Essência; esta constitui, em si mesma, sua verdadeira realidade. [...] A Essência, infelizmente, se encontra engarrafada dentro do Ego, e isso é lamentável.”

A Essência é, para a Antropologia Gnóstica, o núcleo puro e divino da alma humana, fragmentado em múltiplos “eus” ou subpersonalidades psicológicas. Enquanto a alma permanece aprisionada nas formas do ego, o espírito, o Ser real, não pode manifestar-se.

O trabalho interior gnóstico consiste em libertar a Essência e restaurar a comunicação entre as três partes do homem, processo descrito como “o despertar da consciência”. Ou seja: o integrar entre corpo, mente e espírito.

Essa estrutura trina também é acompanhada de uma concepção energética e sutil do ser humano. Em *Tratado Esotérico de Teurgia* (1955, p. 1), Samael Aun Weor esclarece que: “O corpo astral é a vestimenta da Alma. Dentro dele estão a mente, a vontade, a consciência e o Espírito.”

Essa compreensão hierárquica e integrada permite compreender o homem como um microcosmo do universo, refletindo em si as mesmas leis que regem o macrocosmo. A alma torna-se, assim, o campo de batalha entre a luz e as trevas, entre a consciência e a mecanicidade.

Quando desequilibrada, ela se converte em terreno fértil para as perturbações mentais e espirituais que hoje se manifestam na cultura tecnológica, entre elas, o *Brain Rot*, expressão moderna da dispersão psíquica e da perda de atenção sustentada.

A Gnose propõe a regeneração humana, que começa pela reintegração dessa tríade. Em *Magnus Opus* (1960, p. 2), Samael descreve o objetivo dessa transformação em termos alquímicos: “A Magna Obra tem por objetivo transmutar, transformar a Lua em Sol. A Lua é a alma; o Sol é o Espírito. [...] Converter-se em Sol é converter-se em um homem verdadeiro.”

Essa metáfora sintetiza o ideal gnóstico: a alma lunar, reflexiva e passiva, deve ser purificada e transmutada até tornar-se solar,

radiante e consciente. O corpo, por sua vez, deve ser instrumento disciplinado; e o espírito, o guia luminoso do processo evolutivo.

Weor adverte que, enquanto essa harmonia não é restabelecida, o homem permanece reduzido à condição de “animal intelectual”. Em *Psicologia Revolucionária* (1974, p. 5), o autor declara: “O animal intelectual, equivocadamente chamado homem, crê que pode desenvolver-se mecanicamente através da cultura, da educação e do tempo, mas enquanto não mudar seu nível de ser, continuará sendo o mesmo bárbaro de outrora.”

Do ponto de vista antropológico, essa análise equivale a uma crítica à alienação moderna: as estruturas sociais, científicas e tecnológicas são, na verdade, projeções externas da desordem interior. O homem perdeu a harmonia entre seus três princípios e, conseqüentemente, rompeu o elo com o sagrado que o habitava.

Em *O Colar de Buddha*, Weor (1977, p. 45) sintetiza o caminho da restauração: “A alma deve aprender a obedecer ao Espírito. Enquanto o corpo mandar e a alma obedecer, o homem será escravo de si mesmo; mas quando a alma obedece ao Espírito, o homem torna-se livre.”

A liberdade, contudo, não é um conceito político, mas um estado de consciência unificada. A Antropologia Gnóstica propõe que o corpo seja purificado pela disciplina e pela conduta ética; a alma, pela meditação e pela morte dos defeitos psicológicos; e o espírito, pela vivência amorosa do Ser. Somente quando essas partes se harmonizam o homem renasce como “imagem viva do Logos interior”.

Essa leitura encontra eco na psicologia simbólica de Carl Gustav Jung, para quem a individuação, processo de integração do *Self*, é a reconciliação entre os opostos internos. Ambas as perspectivas convergem ao afirmar que a totalidade humana só é alcançada quando corpo, alma e espírito se tornam um sistema harmônico, orientado pelo centro consciente do Ser.

A fragmentação dessa unidade, por sua vez, reflete-se em crises contemporâneas como a superficialidade cognitiva e o esvaziamento de sentido que caracterizam o homem moderno.

Assim, a tríade corpo–alma–espírito, reinterpretada pela Antropologia Gnóstica, constitui não apenas um modelo espiritual, mas também uma chave de leitura antropológica: ela revela que a desordem do mundo exterior é espelho da desarmonia interior do homem. Reintegrar essas dimensões é restaurar a dignidade perdida da consciência e, conseqüentemente, superar as formas modernas de alienação e torpor psíquico.

2.3. O Sono da Consciência e a Degeneração Psíquica: Comparação Entre Antropologia Tradicional e Gnóstica

Para a Antropologia Gnóstica, a principal enfermidade da humanidade contemporânea não é biológica nem econômica, mas espiritual: o sono da consciência. Samael Aun Weor define esse estado como a condição de inconsciência psicológica na qual a maioria dos seres humanos vivem, agem e morrem sem jamais perceber o que verdadeiramente é

Em *Psicologia Revolucionária* (1974, p. 18), o autor afirma que o homem se encontra em um profundo sono, ou seja, ele trabalha,

ama, caminha e faz tudo cotidianamente dormindo, e acredita ainda, estar disperso a tudo o que ocorre na sua vida.

Esse “sono” não se refere ao repouso fisiológico, mas a uma inércia da consciência, uma alienação interior que faz o indivíduo identificar-se com seus pensamentos, emoções e impulsos, sem jamais observar o Eu que os experimenta. Segundo Samael, é justamente esse automatismo que perpetua o sofrimento humano e impede o despertar do Ser.

O sono da consciência, sob a ótica gnóstica, é a causa oculta de todas as formas de degeneração psíquica e cultural. Ele se manifesta pela repetição mecânica de hábitos, crenças e desejos, processos que, na era moderna, foram intensificados pelas tecnologias digitais e pelo fluxo incessante de estímulos externos.

O fenômeno contemporâneo conhecido como *Brain Rot* (ou “apodrecimento do cérebro”) é a expressão neurocognitiva desse adormecimento espiritual. Ambos descrevem a mesma perda da capacidade reflexiva, a dispersão da atenção e a dependência de prazeres imediatos. Nesse sentido, Weor (1974, p. 22) alerta que “a humanidade vive em estado de hipnose coletiva, dominada por suas próprias criações mentais e pelos mecanismos da vida mecânica.”

Essa hipnose não é apenas simbólica: ela se manifesta no sistema nervoso e nas funções superiores do cérebro, cuja energia é consumida pela identificação contínua com os impulsos emocionais e sensoriais.

A neurociência moderna reconhece fenômenos análogos, como o excesso de dopamina associado ao uso compulsivo de redes sociais e dispositivos digitais, mecanismo que gera prazer efêmero, mas

reduz progressivamente a capacidade de concentração e memória. Na terminologia gnóstica, isso equivale à dissipação da energia criadora, isto é, à dispersão da força vital que sustenta a consciência.

O homem que desperdiça sua energia vital em estímulos incessantes, sejam eles sensoriais ou digitais, perde gradualmente sua lucidez interior. Em contraste, o homem que disciplina sua energia e sua mente torna-se senhor de si mesmo, desperto e consciente (Weor, 1950, p. 9).

A consciência desperta é, portanto, o oposto do estado de automatismo psicológico. Enquanto o homem comum vive em um ciclo de reações automáticas, o homem desperto observa-se, conhece-se e transcende seus condicionamentos. A Gnose define esse processo como Revolução da Consciência, que implica romper com as estruturas mentais herdadas da cultura, do ego e das paixões.

Esse despertar, porém, exige um profundo processo de autocrítica e dissolução do eu pluralizado. Weor (1974, p. 60) adverte que “enquanto existir em nós o Eu, o Ego, o Mim Mesmo, continuará o sono da consciência. Somente com a morte do Eu é possível o despertar.”

A degeneração psíquica, nesse contexto, é o resultado direto da multiplicação dos “eus” psicológicos, fragmentos da personalidade que disputam a direção da mente.

Cada emoção descontrolada, cada desejo ou impulso inconsciente constitui uma pequena entidade interior que consome a energia da alma. Esse estado de divisão interior produz confusão, ansiedade e perda da identidade essencial, fenômenos que encontram paralelo

nas síndromes cognitivas modernas causadas pela hiperestimulação digital.

Em “*Sim Há Inferno, Sim Há Diabo, Sim Há Karma*” Weor (1956, p. 10) descreve as consequências últimas desse processo, ou seja, “o homem que dorme a consciência desce às regiões inferiores do seu próprio psiquismo. Ali, os elementos inferiores de seu ser o dominam, e ele converte-se em escravo das forças do abismo.”

O “abismo”, aqui, não deve ser interpretado como um lugar físico, mas como um estado psicológico de densidade, ignorância e sofrimento. É o mesmo “inferno simbólico” em que a consciência se perde quando é dominada pelo automatismo e pela dispersão.

Na linguagem contemporânea, isso equivale ao colapso da atenção e à substituição da experiência real por fluxos incessantes de estímulos superficiais, a mente transformada em espelho quebrado.

Dessa forma, a Gnose e a ciência moderna convergem: ambas reconhecem que a degradação da consciência resulta do uso inadequado da energia psíquica e da incapacidade de sustentar estados mentais elevados.

A Antropologia Gnóstica não apenas diagnostica a condição humana, mas propõe um caminho terapêutico baseado no despertar da consciência por meio da auto-observação, da transmutação da energia e da meditação. Em *Psicologia Revolucionária*, Samael Aun Weor (1974, p. 45) afirma que a prática contínua da auto-observação, sem identificação com pensamentos e emoções, constitui o ponto inicial do verdadeiro despertar.

Esse exercício contínuo rompe o ciclo de automatismo e permite que a alma recupere a energia antes dispersa em reações

inconscientes. Do ponto de vista antropológico, o despertar da consciência é, portanto, um processo de reintegração do homem com sua natureza espiritual, a reconquista de sua inteireza ontológica.

A degeneração psíquica moderna, traduzida na cultura da distração, no excesso de estímulos e na alienação digital, confirma a atualidade do pensamento samaeliano. O *Brain Rot* é o retrato neurocientífico do mesmo fenômeno que, há mais de meio século, a Gnose diagnosticou como “sono da consciência”: uma humanidade fascinada por imagens, sons e prazeres, mas ausente de si mesma.

Em síntese, o homem que desperta sua consciência liberta-se do automatismo coletivo e transforma o mundo interior em reflexo da ordem cósmica. Enquanto isso não ocorre, a humanidade seguirá dormindo com os olhos abertos, vivendo, como diz Samael Aun Weor, “num sonho profundo de matéria e desejo, onde a alma esqueceu seu próprio nome”.

A Antropologia, enquanto ciência das origens e manifestações humanas, desenvolveu-se, sobretudo no século XX, como um campo de análise das estruturas culturais, simbólicas e sociais que formam a experiência humana.

Autores como Claude Lévi-Strauss e Mircea Eliade destacaram, cada qual em sua perspectiva, que compreender o homem é compreender os sistemas simbólicos que sustentam o mundo e dão sentido à vida.

Entretanto, a Antropologia Gnóstica, proposta por Samael Aun Weor, amplia esse horizonte, ao afirmar que o homem não pode ser

compreendido apenas por seus símbolos externos, mas também pela experiência interior e pela transformação de sua consciência.

Lévi-Strauss (1962, p. 15), ao fundar a antropologia estrutural, defendeu que o homem deve ser estudado através dos sistemas de significação que produz, mitos, linguagens, ritos, parentesco, pois “as estruturas inconscientes do espírito humano são idênticas em todos os tempos e lugares”. Já Eliade (1957, p. 12), em *O Sagrado e o Profano*, argumentou que o ser humano é essencialmente um homo religiosus, cuja conduta e cultura derivam de uma relação com o sagrado: “Compreender o homem é compreender o sagrado, pois o sagrado é um elemento na estrutura da consciência, não um estágio de sua história.”

Ambas as correntes convergem em reconhecer a dimensão simbólica e espiritual do homem, mas limitam-se ao campo descritivo. A Antropologia Gnóstica, por sua vez, propõe um método vivencial e transformador, em que o observador e o objeto de estudo se unificam pela experiência da consciência desperta.

Em *Antropologia Gnóstica* (1975, p. 3), Samael Aun Weor sintetiza essa proposta: “A verdadeira ciência do homem deve estudar não apenas o que é visível, mas também o que está oculto em sua natureza interior. A ignorância de si mesmo é a raiz de todo sofrimento humano.”

Enquanto a antropologia acadêmica investiga as manifestações exteriores do ser humano, linguagem, mito, comportamento, a antropologia gnóstica investiga o estado interior do homem, isto é, o grau de consciência com que ele vive, sente e pensa. Em *Psicologia Revolucionária* (1974, p. 6), Weor reforça que “todas as coisas que

acontecem fora de nós são exclusivamente o reflexo do que interiormente levamos.”

Essa diferença metodológica é central: a antropologia tradicional observa o homem desde fora, enquanto a antropologia gnóstica o vivência desde dentro. A primeira se apoia na empiria e na comparação cultural; a segunda, na introspecção e na auto-observação.

Ambas são legítimas, mas operam em planos distintos de conhecimento.

Para a Antropologia Tradicional, o mito é uma construção coletiva que explica a origem do mundo e legitima valores sociais. Para a Antropologia Gnóstica, o mito é um espelho interior, uma linguagem simbólica da alma.

Durand (1960, p. 18), em *As Estruturas Antropológicas do Imaginário*, compreende o mito como “projeção simbólica das forças inconscientes do homem”. Samael, porém, complementa essa visão ao afirmar que o mito é, antes de tudo, experiência vivida pela consciência, e não simples produto do inconsciente coletivo.

Em *O Mistério do Áureo Florescer* (1974, p. 47), escreve que: “o mito é real e eterno dentro de nós; é o caminho que conduz a alma ao encontro do Espírito.” Assim, enquanto a antropologia simbólica interpreta o mito, a antropologia gnóstica o vivencia. O antropólogo tradicional analisa as formas; o gnóstico busca as causas. Um estuda os símbolos; o outro desperta o significado que está por trás deles.

Outro ponto de divergência está no propósito epistemológico. A antropologia científica busca explicar o homem; a gnóstica busca transformá-lo. Weor, em *A Revolução da Dialética* (1979, p. 33),

ênfatiza que “a Gnose é a sabedoria do coração, não do cérebro; é o conhecimento que nasce da experiência interior e da observação consciente.” Esse conhecimento interior, *gnosis*, é considerado uma forma superior de compreensão, que não depende do raciocínio discursivo, mas da percepção direta da verdade.

Do ponto de vista metodológico, a antropologia tradicional mantém a distinção entre sujeito e objeto. O pesquisador observa a cultura de fora, em postura analítica. Já a antropologia gnóstica dissolve essa separação, pois o sujeito e o objeto são aspectos de uma mesma consciência em graus distintos de despertar. Esse princípio, denominado por Samael de “dialética da consciência”, é a base epistemológica dessa nova antropologia.

Do ponto de vista ético, também há contraste. A antropologia tradicional limita-se à neutralidade descritiva; a gnóstica é normativa, pois visa à reintegração do homem com o sagrado. Ela propõe que o conhecimento deve conduzir à libertação interior, não apenas à acumulação de dados.

Em *Consciência Cristo* (1967, p. 15), Samael resume que: “a nós, gnósticos, o único que nos interessa é o despertar da consciência. Terá que obter o despertar da consciência para conhecer todos os segredos da vida e da morte.”

Essa postura faz da Antropologia Gnóstica uma antropologia da alma, que busca compreender o homem não apenas em suas culturas, mas em suas possibilidades de autotransformação.

Em síntese, a Antropologia Tradicional explica o homem como produto de fatores históricos e sociais; a Antropologia Gnóstica o

reconhece como expressão da consciência em busca de retorno à sua origem divina.

Ambas, quando articuladas, permitem uma compreensão integral do ser humano: a primeira ilumina o caminho exterior; a segunda, o caminho interior. No contexto deste estudo, essa complementaridade é essencial para compreender o *Brain Rot* não apenas como fenômeno cognitivo e cultural, mas como sintoma da desconexão espiritual, um reflexo moderno do antigo “sono da consciência” que a Gnose se propõe a despertar.

3. O FENÔMENO DO BRAIN ROT NA CULTURA DIGITAL CONTEMPORÂNEA

Este capítulo introduzirá o fenômeno do *Brain Rot* no contexto da cultura digital contemporânea, tratando-o como uma expressão emergente do esgotamento cognitivo e do empobrecimento mental associado ao consumo contínuo de conteúdos triviais, rápidos e altamente estimulantes. Serão apresentados o conceito e a origem histórica do termo, desde seu uso inaugural por Henry David Thoreau, até sua retomada recente para descrever a deterioração do estado mental decorrente da superexposição a materiais pouco desafiadores. A análise também destacará como a lógica do engajamento, especialmente a rolagem infinita e o doomsscrolling, será compreendida como vetor de captura da atenção e de intensificação da dispersão mental.

Na sequência, o capítulo aprofundará os mecanismos pelos quais a hiperestimulação digital entorpece a atenção e favorece o colapso das funções reflexivas, enfatizando o papel da dopamina e dos ciclos de recompensa imediata na formação de padrões automáticos de

comportamento. Serão examinados os impactos culturais e antropológicos desse processo, evidenciando a substituição do pensamento profundo por estímulos fragmentados, a perda da interioridade e o aumento de ansiedade e mecanicidade psíquica. Ao final, o Brain Rot será articulado ao referencial da Antropologia Gnóstica, de modo que se compreenda sua dimensão não apenas neurocognitiva, mas também como sintoma de um adormecimento da consciência na era algorítmica.

3.1. Conceito e Origem do Termo Brain Rot e o Ataque aos Direitos Humanos

Inicialmente, faz-se necessário compreender o termo *Brain Rot*, que, embora recente, tem se tornado cada vez mais recorrente no vocabulário contemporâneo.

Trata-se de uma expressão que vem sendo utilizada para designar os efeitos colaterais do consumo excessivo e desenfreado de conteúdo digital superficial, os quais acarretam dano cognitivo e colapso mental. Dentro dessa gama de conteúdos digitais, destaca-se, segundo Bobinet (2024, p.1), a tecnologia de rolagem infinita (*doomscrolling*), considerada extremamente prejudicial.

A literatura neurocientífica contemporânea evidencia que os impactos da hiperexposição digital não se limitam ao plano comportamental, alcançando a própria estrutura física do cérebro humano. O superestímulo digital, especialmente durante fases críticas do desenvolvimento, atua diretamente sobre a plasticidade sináptica, promovendo alterações na arquitetura cerebral e comprometendo funções executivas essenciais, como atenção sustentada, memória e controle cognitivo.

Os principais resultados revelam que o superestímulo digital altera fisicamente a arquitetura cerebral via plasticidade sináptica, associando-se à redução da substância branca e atrasos linguísticos na infância, bem como à fragmentação atencional e hiperatividade na adolescência. O mecanismo central identificado é a ativação suprafisiológica de dopamina, que enfraquece o monitoramento executivo do córtex cingulado anterior.(PAES, 2026, p. 1)

Tais evidências demonstram que o fenômeno do Brain Rot possui base neurobiológica concreta, afastando a ideia de mera metáfora cultural e revelando um processo de deterioração cognitiva progressiva, diretamente relacionado à dinâmica dos estímulos digitais contemporâneos.

O fenômeno do Brain Rot tem sido compreendido na literatura contemporânea como um reflexo direto do consumo excessivo de conteúdos digitais de baixa complexidade, afetando não apenas a atenção, mas também o desenvolvimento cognitivo e o bem-estar emocional, especialmente entre crianças e adolescentes.

O termo 'brain rot' tornou-se um símbolo contemporâneo das preocupações com os impactos do consumo excessivo de conteúdo digital sobre a saúde mental, especialmente entre crianças e adolescentes. (SANCHES et al., 2025, p. 2)

A pesquisadora Bobinet (2024), explica que:

Nesse modelo, o usuário permanece deslizando a tela indefinidamente, o que estimula repetidamente a liberação de dopamina no cérebro. Essa resposta neurológica é estrategicamente induzida pelas empresas de tecnologia, que projetam seus sistemas com o objetivo de manter o usuário engajado pelo maior tempo possível, mesmo que isso ocorra à custa da saúde mental e da atenção consciente (Bobinet, 2024, p.1).

Nesse contexto, o fenômeno ultrapassa o campo meramente comportamental ou neurológico, alcançando o âmbito jurídico dos Direitos Humanos. Isso porque a exposição contínua a estímulos digitais, associada a mecanismos de retenção atencional, não apenas altera hábitos, mas pode comprometer a própria estrutura cognitiva do indivíduo, afetando memória, atenção e equilíbrio psíquico. Tais impactos, quando reiterados e sistemáticos, passam a atingir a integridade mental da pessoa humana, compreendida como dimensão essencial da dignidade.

A utilização excessiva de tela altera a massa cinzenta e o volume da substância branca do cérebro, além de aumentar o risco de transtornos mentais e lesar a consolidação de memórias e o aprendizado. A superestimulação sensorial crônica, durante o desenvolvimento do cérebro, infla o risco de neurodegeneração acelerada na idade adulta, como amnésia e demência precoce.” (JACINTO et al., 2024, p. 87)

Embora pareça um termo moderno, suas raízes são históricas. Ele foi usado pela primeira vez em 1854, pelo filósofo Henry David Thoreau, no livro *Walden*. Na obra, Thoreau criticava a superficialidade de algumas ideias, comparando-as ao apodrecimento das batatas, um problema que assolava a Inglaterra na época.

Como observa Tamane (2024, p.1):

Apesar de parecer um termo recente, suas raízes são históricas. Ele foi usado pela primeira vez em 1854, pelo filósofo Henry David Thoreau no livro Walden. Na obra, Thoreau fazia uma crítica à superficialidade de algumas ideias e as comparava ao apodrecimento das batatas, um problema que assolava a Inglaterra na época. O paralelo entre a degradação mental e a podridão agrícola permanece relevante, mas o contexto mudou drasticamente (Tamane, 2024, p.1).

Na contemporaneidade, o termo voltou a ser usado para expressar o esgotamento cognitivo e o empobrecimento mental decorrentes da superexposição a conteúdos triviais e de rápida obsolescência.

Segundo a Oxford University Press, *brain rot* é “a suposta deterioração do estado mental ou intelectual de uma pessoa após o consumo excessivo de material considerado trivial ou pouco desafiador” (Scanlan, 2025, p.1). Embora não seja reconhecido clinicamente como uma doença, o conceito tem sido amplamente estudado por neurocientistas, psicólogos e médicos, sendo considerado um fenômeno cultural emergente e antropológico da era digital. Em 2024, inclusive, foi escolhido como “Palavra do Ano” pelo Dicionário Oxford.

Bobinet (2024, p.1) ainda amplia a compreensão do termo, observando que: “É o cerne de quando você sabe que deveria estar fazendo algo, e você faz essa outra coisa em vez disso, como o ‘doom-scrolling’. Sempre que você está evitando algo, você sabe que essa área do cérebro está ligada.”

Essa explicação dialoga diretamente com a análise de Harari (2024, p. 260), que adverte que, devido ao avanço tecnológico e à conectividade constante, as pessoas perderam a capacidade de pausa e contemplação. Em suas palavras descreve que:

Já as redes de computadores podem estar sempre ligadas. Consequentemente, os computadores estão forçando os seres humanos a uma nova forma de existência na qual estamos sempre conectados e somos sempre monitorados [...] Mesmo que a rede seja potencialmente benéfica, o simples fato de estar sempre 'ligada' pode ser danoso para entidades orgânicas como os seres humanos, porque ela nos roubará a oportunidade de desligar e relaxar. Se um organismo nunca teve chance de descansar, uma hora entra em colapso e morre (Harari, 2024, p. 261).

O *Brain Rot*, portanto, traduz-se como um “apodrecimento do cérebro”, metáfora simbólica para o colapso progressivo da atenção, memória e pensamento crítico diante da hiperestimulação digital.

As telas provocam danos estruturais sistêmicos e não apenas comportamentais, consolidando a busca por gratificação imediata. (PAES, 2026, p. 1)

Nessa perspectiva, o chamado “apodrecimento” não deve ser interpretado apenas como metáfora cultural ou crítica social, mas como indicativo de um processo concreto de deterioração das funções cognitivas e emocionais. Quando tais efeitos decorrem de ambientes digitais estruturados para maximizar o tempo de permanência do usuário, ainda que em prejuízo de sua saúde mental, emerge uma problemática que ultrapassa o campo

individual, alcançando o plano da proteção jurídica da pessoa humana.

Os efeitos adversos significativos do uso excessivo de dispositivos eletrônicos na neuroplasticidade infantil ficam evidenciados para danos cerebrais que comprometem áreas fundamentais do desenvolvimento cognitivo e convívio social das crianças, destacando a importância crucial de limitar o tempo de exposição às telas, especialmente nos primeiros anos de vida. (JACINTO et al., 2024, p. 89)

Esse fenômeno, nascido da lógica algorítmica das redes e da busca pelo engajamento, não é apenas um problema neurológico, é também um fenômeno antropológico e gnóstico, pois representa a perda do centro consciente do ser humano, cuja energia mental se dispersa em estímulos incessantes e vazios de significado.

Os estudos analisados apontaram uma associação significativa entre o uso prolongado de dispositivos eletrônicos e o comprometimento cognitivo. Os sintomas relatados variaram desde o Comprometimento Cognitivo Leve (CCL) até características mais graves, como perda de memória, dificuldades de concentração e aumento do risco de doenças demenciais, como a Doença de Alzheimer. (NETO; SILVA, 2024, p. 1)

Além das alterações estruturais, observa-se que o uso excessivo de tecnologias digitais está associado ao comprometimento progressivo das funções cognitivas, podendo evoluir para quadros clínicos semelhantes às doenças neurodegenerativas. Esse processo evidencia que a exposição contínua às telas não apenas reduz a capacidade atencional imediata, mas pode impactar a saúde mental a longo prazo, comprometendo memória, raciocínio e autonomia do indivíduo.

O uso prolongado de telas pode levar a quadros clínicos semelhantes à demência, impactando diretamente a capacidade cognitiva e funcional dos indivíduos. (NETO; SILVA, 2024, p. 1)

Nesse cenário, torna-se necessário reconhecer que os efeitos do Brain Rot não se limitam a uma questão de hábito ou estilo de vida digital, mas podem representar violação à integridade mental do indivíduo, especialmente quando decorrentes de estruturas tecnológicas projetadas para induzir comportamento compulsivo e dependência atencional. A manipulação contínua de estímulos e a interferência nos processos mentais do usuário, ainda que indireta, suscitam preocupações no campo dos Direitos Humanos, exigindo a reflexão sobre os limites éticos do uso da tecnologia.

Se existem potenciais benefícios para a saúde humana, há riscos colaterais emergentes associados ao uso generalizado de neurotecnologia, como o tratamento cerebral malicioso, bem como os usos perigosos da neurotecnologia médica, o que exige alterações no quadro dos direitos humanos, inclusive quanto a direitos neuroespecíficos. Ora, intrusões não autorizadas no bem-estar mental de uma pessoa devem ser rechaçadas, e, para isso, regulamentar o uso das neurotecnologias é medida pertinente neste momento de mudança disruptiva, frisando-se a fundamentalidade da dimensão neurocognitiva da pessoa.” (FERREIRA; FERREIRA; LEAL, 2025, p. 24

Dessa forma, o Brain Rot pode ser compreendido não apenas como um fenômeno cultural ou psicológico, mas como uma manifestação contemporânea de risco à integridade mental em ambientes digitais hiperestimulantes. A partir dessa leitura, o problema deixa de ser exclusivamente individual e passa a exigir análise crítica sob a ótica da proteção da pessoa humana, especialmente diante da crescente incapacidade de delimitar, com precisão, os limites entre uso tecnológico e dano psíquico.

O 'brain rot' deve ser compreendido como um fenômeno multidisciplinar e global, que exige respostas coordenadas entre famílias, escolas e políticas públicas."

(SANCHES et al., 2025, p. 3)

Ao relacionar o conceito às bases da Antropologia Gnóstica, compreende-se que o *Brain Rot* é uma forma moderna do sono da consciência descrito por Samael Aun Weor: uma condição em que o homem se desconecta de sua interioridade e passa a viver identificado com as ilusões exteriores. Assim como o "animal intelectual" que "crê estar desperto, mas dorme profundamente" (Weor, 1974, p.18), o indivíduo moderno, imerso nas telas e distrações digitais, vive adormecido, prisioneiro de um torpor mental que o afasta de seu próprio Ser.

3.2. O Entorpecimento da Atenção e o Colapso Cognitivo

Entre os efeitos mais visíveis do fenômeno *Brain Rot* está o entorpecimento da atenção, um estado de dispersão mental contínua que impede o sujeito de sustentar a concentração e o pensamento profundo. Pesquisas recentes demonstram que a exposição prolongada a estímulos digitais rápidos e fragmentados compromete as funções executivas do cérebro, reduzindo a memória de longo prazo, a capacidade crítica e a elaboração reflexiva.

Conforme explica Bobinet (2024, p.1),

As pessoas têm dificuldade com sua capacidade de atenção. Elas sentem o cérebro nebuloso, têm menos concentração [...] e não conseguem fazer um trabalho profundo”. Tal efeito está diretamente ligado à epidemia de solidão contemporânea, pois a mente incapaz de focar não consegue realmente concentrar-se nem mesmo na construção de relacionamentos (Bobinet, 2024, p.1).

Esse fenômeno é potencializado pelo modelo de estímulos das redes sociais, em que o vídeo curto e o conteúdo fragmentado estimulam respostas dopaminérgicas rápidas.

Esses picos de prazer momentâneo geram um condicionamento neuroquímico, levando o cérebro a buscar estímulos cada vez mais intensos, porém de menor profundidade reflexiva.

Como observa Yousef, et al (2025, p.1), “a ação compulsiva de rolar por conteúdo de baixa qualidade de feeds de mídia social [...] concentra-se em informações negativas ou angustiantes”, fenômeno conhecido como *doomscrolling*. Em consequência, “as pessoas desenvolvem entorpecimento cognitivo e dispersão atencional que resultam em um esvaziamento interior” (Yousef, et al, 2025, p.1), dificultando a elaboração de experiências complexas e a capacidade de foco.

A partir dessa dinâmica, o cérebro humano passa a operar em um estado de recompensa imediata contínua, similar a um ciclo de dependência. Segundo Bobinet (2024, p.1), “nossa massa cerebral

está diminuindo, nossas memórias estão diminuindo e nossa capacidade de atenção está diminuindo”.

Tal constatação é alarmante, pois evidencia que o *Brain Rot* não é apenas uma questão comportamental, mas um colapso neuropsicológico gradual, no qual a mente é reprogramada para responder a estímulos triviais em detrimento da reflexão e da consciência sustentada.

Neste contexto, a Antropologia Gnóstica ensina que a atenção é a porta da consciência. Quando essa faculdade se fragmenta, o homem se desconecta de seu centro espiritual (Weor, 1974, p.49).

Nessa perspectiva, o *Brain Rot* pode ser entendido como um estado de desconexão do indivíduo consigo mesmo, no qual a absorção e saturação de um volume excessivo de conteúdo prejudica sua individualidade. Imerso na hiperconectividade, o indivíduo moderno passa a confundir o estímulo recebido com o ato de pensar, permitindo que o diálogo interior seja substituído pelo fluxo ininterrupto de sons, imagens e notificações.

Trata-se de um estado de hipnose coletiva, imposto pelos dominadores, que conduz os indivíduos a uma existência mecânica. Isso culmina em um colapso cognitivo: a mente perde a capacidade de discernir o essencial do supérfluo e o real do ilusório (Weor, 1974, p. 22).

Do ponto de vista gnóstico, o colapso da atenção equivale à morte temporária da Essência, isto é, da centelha divina que habita o homem. Quando a energia da alma é dispersa em imagens efêmeras, a consciência adormece, e o homem deixa de ser sujeito de sua experiência para tornar-se objeto das máquinas que o

programam.

A cultura digital, portanto, não apenas estimula o corpo e a mente, ela sequestra a consciência.

Em síntese, o *Brain Rot* simboliza o momento histórico em que o ser humano abdica de sua capacidade de atenção consciente, trocando o poder de pensar pela conveniência do entretenimento. Trata-se então, de um fenômeno que ultrapassa o campo clínico e adentra o terreno da Antropologia Gnóstica: uma forma moderna de morte psicológica, em que o homem, afastado de seu centro interior, se converte em “animal intelectual” (Weor, 1974, p.5), reativo, disperso e vazio de significado.

3.3. O Papel da Dopamina e a Mecanicidade Mental: Impactos Culturais e Antropológicos da Era Digital

O *Brain Rot*, como observado anteriormente, está intimamente relacionado ao mecanismo de recompensa dopaminérgica do cérebro humano. A dopamina é um neurotransmissor essencial, responsável pela motivação e pela sensação de prazer, mas, quando liberada de maneira artificial e contínua, gera uma dependência química semelhante à de substâncias psicoativas.

As plataformas digitais modernas exploram esse processo de forma sistemática, convertendo a atenção humana em um recurso de consumo e a dopamina em moeda de engajamento. De acordo com Bobinet (2024, p.1), “essas plataformas foram projetadas para ativar áreas do cérebro responsáveis pela liberação de dopamina, promovendo recompensas fáceis que geram sensação imediata de prazer”.

Assim, o cérebro, acostumado à recompensa instantânea, passa a exigir doses cada vez mais intensas de estímulos, criando um ciclo de engajamento compulsivo e autoperpetuante. Trata-se de um mecanismo que, em linguagem neurocientífica, é denominado loop de reforço dopaminérgico, e que, na leitura gnóstica, corresponde ao movimento descendente da energia criadora, isto é, à sua dispersão em sensações efêmeras e sem finalidade superior.

Em *Tratado de Alquimia Sexual* (1950, p.9), Samael Aun Weor descreve o mesmo processo de forma simbólica e energética: “Quando a energia criadora é mal-empregada, o fogo sagrado desce e o homem cai. Quando é transmutada, o fogo sobe e o homem desperta.”

Essa afirmação expressa a lei da direção da energia: toda força psíquica pode elevar ou degradar a consciência, conforme sua utilização. No contexto do *Brain Rot*, a energia mental é continuamente dissipada em microestímulos digitais, sons, notificações, vídeos curtos, que mantêm a mente excitada, mas sem direção interior. O resultado é o que Weor chamaria de mecanicidade psíquica: a mente funciona por reflexos automáticos, sem a intervenção da consciência desperta.

Segundo Yousef et al, (2025, p.1):

[...] à medida que o engajamento nas plataformas sociais aumenta, também aumenta a necessidade do cérebro por uma dose de dopamina. Isso cria um ciclo de engajamento perpétuo à medida que o cérebro se torna viciado na gratificação passageira que vem de novas informações, curtidas ou comentários.

Esse processo transforma o usuário em dependente do estímulo, e o prazer, outrora associado à realização e à presença, converte-se em padrão de consumo neural, desprovido de propósito consciente.

Sob o prisma neuropsicológico, o *Brain Rot* reflete exatamente essa descida: a dopamina liberada sem propósito reduz os níveis de atenção sustentada, altera o córtex pré-frontal, responsável pelo controle executivo, e enfraquece a capacidade de planejamento e introspecção.

O homem torna-se, então, um ser reativo, cuja conduta é determinada não pela razão nem pela consciência, mas por algoritmos que alimentam seu vício.

Essa condição é semelhante à descrita por Samael em *Psicologia Revolucionária* (1974, p.12), ao afirmar que: “O que torna bela e adorável toda criança recém-nascida é sua Essência; esta constitui, em si mesma, sua verdadeira realidade. [...] A Essência, infelizmente, se encontra engarrafada dentro do Ego, e isso é lamentável.”

A dopamina excessiva age, metaforicamente, como a prisão da Essência dentro do Ego. A consciência, ao buscar constantemente o prazer e a distração, perde contato com o Espírito e reforça a ilusão

de separatividade. A repetição de recompensas imediatas impede o silêncio interior e o contato com o Ser, o que a Gnose identifica como morte da atenção consciente.

Do ponto de vista antropológico, a dopamina tornou-se o novo regulador da cultura do excesso (Lipovetsky, 2020, p.28), refletindo a busca incessante por satisfação e a incapacidade de suportar o vazio.

O filósofo Byung-Chul Han (2015, p.215) descreve esse estado como *infarto da alma*, resultado do excesso de positividade e da saturação de estímulos que transformam o homem em seu próprio tirano. Na mesma direção, Harari (2024, p.261) lembra que o homem, enquanto ser orgânico, não foi criado para viver permanentemente excitado, e que “a rede que nunca se desliga rouba o descanso e conduz ao colapso do organismo”.

Assim, o ciclo dopaminérgico do *Brain Rot* é, em essência, o mesmo ciclo de mecanicidade descrito pela Gnose: a consciência adormece ao identificar-se com o prazer e o movimento incessante.

A dopamina é, portanto, o simbolismo bioquímico da energia criadora degradada. Enquanto a Antropologia Tradicional descreve o homem como produto da cultura, a Antropologia Gnóstica o vê como energia espiritual em processo de ascensão ou queda. No *Brain Rot*, essa energia desce, fragmenta-se e retorna como estímulo sem alma, prazer sem consciência.

Quando elevada a energia no ser, produz lucidez, compaixão e força interior; quando degradada, gera dispersão, vício e mecanicidade. O desafio gnóstico da era digital é, portanto, o mesmo dos antigos alquimistas: transmutar a energia em luz de consciência.

O *Brain Rot*, nesse contexto, não se limita a um fenômeno neurocognitivo; ele expressa uma crise antropológica global, marcada pela perda do silêncio interior, pelo esvaziamento do sentido e pela desintegração da consciência coletiva.

A tecnologia, enquanto ferramenta, foi concebida para servir ao homem.

Entretanto, como advertiu Harari (2024, p.261), a humanidade passou a servir à tecnologia, permitindo que os sistemas digitais ditassem o ritmo da vida orgânica. Em suas palavras:

Mesmo que a rede seja potencialmente benéfica, o simples fato de estar sempre 'ligada' pode ser danoso para entidades orgânicas como os seres humanos, porque ela nos roubará a oportunidade de desligar e relaxar. Se um organismo nunca teve chance de descansar, uma hora entra em colapso e morre (Harari, 2024, p.261).

Essa ausência de pausa, típica da sociedade hiperconectada, conduz a uma forma de esgotamento existencial coletivo. O ser humano contemporâneo vive permanentemente excitado por estímulos, incapaz de desconectar-se de um fluxo contínuo de informações que não promove consciência, mas entorpecimento.

Como assinala Byung-Chul Han (2010, p.215), “a sociedade do cansaço, enquanto uma sociedade ativa, desdobra-se lentamente numa sociedade do doping [...]; o excesso da elevação do desempenho leva a um infarto da alma.” A saturação de estímulos e

a incessante busca por dopamina digital traduzem-se, portanto, em uma morte silenciosa da interioridade, o mesmo que a Antropologia Gnóstica denomina *sono da consciência*.

A neurocientista Kyra Bobinet (2024, p.1) descreve esse estado de forma precisa ao observar que:

As pessoas têm dificuldade com sua capacidade de atenção. Elas sentem o cérebro nebuloso, têm menos concentração [...] e então há também essa epidemia de solidão que tem estado meio que sentada nos calcanhares disso, porque não conseguimos realmente focar em nada, incluindo a construção de relacionamentos (Bobinet, 2024, p.1).

Esse quadro traduz um adoecimento relacional, a mente, incapaz de sustentar a atenção consciente, perde a capacidade de presença. O indivíduo moderno já não vive de forma atenta, ele apenas desperdiça boa parte de seu precioso tempo em telas, consome imagens, mas não experimenta a realidade em profundidade. A cultura da rolagem infinita e da gratificação instantânea torna-se, assim, a metáfora perfeita da era da distração, onde o homem se desconecta de sua própria essência. Como afirmam Zeferino e Filó (2025, p.20):

A atenção, enquanto faculdade mental essencial do ser humano e da consciência, tem sido constantemente atacada pelas tecnologias digitais [...] transformando o tempo em alvo permanente de notificações, vídeos curtos, memes e manchetes sensacionalistas. (Zeferino; Filó, 2025, p.20).

Essa observação coincide com o diagnóstico gnóstico de Samael Aun Weor, para quem o homem contemporâneo vive prisioneiro de sua mecanicidade psíquica, reagindo automaticamente aos impulsos externos.

No livro *Antropologia Gnóstica* (1978, p. 72–73), o autor denuncia que a cultura materialista da modernidade está corrompendo a humanidade, retirando-lhe seus Valores Eternos e lançando-a pelo caminho da involução. Afirma:

Chegou o momento de analisar criteriosamente qual é a cultura materialista que serve de base aos povos e às nações. É necessário buscar a origem de tamanha corrupção e perversidade. [...] Essa escola de materialismo está corrompendo a humanidade, retirando-lhe seus Valores Eternos e precipitando-a pelo caminho da involução (Weor, 1978, p. 72–73, tradução nossa).

Na visão de Weor, toda civilização que se desconecta dos princípios espirituais inevitavelmente entra em processo de degeneração psíquica e moral.

Em *A Revolução da Dialética* (1977, p.71), ele descreve essa decadência com palavras que, décadas depois, se aplicam perfeitamente à civilização digital:

Nossa civilização, aparentemente tão brilhante pela conquista do espaço e pela penetração da matéria, está carcomida pela lepra de uma ética decadente. Esta civilização entrou na etapa involutiva para se liquidar, como ocorreu com outras civilizações (Weor, 1977, p.71).

O que Samael chamou de “lepra psicológica” se manifesta hoje na forma de vazio cultural e dispersão mental. A tecnologia tornou-se a nova religião das massas, e as redes sociais, seus templos. O homem, antes adorador do divino, agora adora sua própria imagem refletida nas telas. Crê-se livre, mas vive escravizado por algoritmos invisíveis que moldam sua percepção da realidade.

Como destacou Lipovetsky (2005, p.27), vivemos em uma “civilização do efêmero”, em que o consumo simbólico substitui a busca por sentido e onde o ser é eclipsado pelo ter. Do ponto de vista antropológico, essa mutação corresponde ao que Mircea Eliade (1957) chamaria de dessacralização do mundo, o esvaziamento da dimensão simbólica da existência.

Para Samael Aun Weor (1978, p. 16), a antropologia materialista incorre em um erro fundamental ao desconsiderar a existência de princípios inteligentes que regem a ordem do universo. Ao negar que a natureza e a própria realidade possuam uma estrutura racional e consciente, essa perspectiva reduz a existência a um produto do acaso, o que, segundo o autor, compromete a compreensão integral do ser humano e contribui para o processo de desagregação cultural e espiritual das civilizações.

Essa reflexão se aplica integralmente à era das inteligências artificiais e algoritmos autônomos: quanto mais o homem acredita controlar suas máquinas, mais se torna controlado por elas.

O *Brain Rot* é, portanto, a consequência direta da inversão antropológica moderna, o domínio do artifício sobre o espírito. Em *Tratado de Psicologia Revolucionária* (1974, p.3), Samael resume com clareza o paradoxo da civilização contemporânea:

Basta ler a história universal para saber que somos os mesmos bárbaros de outrora e que, em vez de melhorar, nos tornamos piores. [...] Este século XX, com toda a sua espetacularidade, guerras, prostituição, degeneração sexual, drogas e perversidade extrema, é o espelho em que nós devemos olhar (Weor, 1974, p.3).

A cultura digital apenas sofisticou o velho ego humano. A barbárie continua, agora revestida de pixels. A civilização tecnológica não

produziu consciência, mas entretenimento; não elevou o espírito, mas acelerou sua queda.

Em síntese, os impactos culturais e antropológicos da era digital podem ser compreendidos sob dois prismas complementares. O primeiro, sociológico e científico, evidencia o colapso da atenção e o esvaziamento da experiência subjetiva, como diagnosticam Harari, Han, Bobinet, Lipovetsky e Zeferino e Filó.

Segundo a antropologia gnóstica de Weor, por trás desse colapso cognitivo há uma queda da consciência, um esquecimento do Ser. A era digital marca, portanto, não apenas uma revolução tecnológica, mas uma involução antropológica, em que o homem, ao perder sua interioridade, converte-se em sombra de si mesmo, fragmento desconectado do Todo.

4. CAMINHOS DE SUPERAÇÃO: A REEDUCAÇÃO DA ATENÇÃO E A REVOLUÇÃO DA CONSCIÊNCIA

Este capítulo apresentará os caminhos de superação do *Brain Rot* a partir da reeducação da atenção e da Revolução da Consciência, propondo uma resposta não apenas clínica ou comportamental, mas essencialmente antropológica e espiritual à crise cognitiva da era digital. Partir-se-á do pressuposto de que, se o *Brain Rot* expressa o adormecimento progressivo da consciência diante da hiperestimulação tecnológica, sua superação exigirá um movimento inverso: o retorno deliberado à presença, ao silêncio interior e ao domínio consciente da própria energia psíquica. Nesse sentido, o capítulo deslocará o foco do diagnóstico para a possibilidade de transformação, compreendendo o ser humano como agente ativo de sua regeneração interior.

A análise será fundamentada na Antropologia Gnóstica de Samael Aun Weor, articulada a contribuições da neurociência, da psicologia e da antropologia simbólica, a fim de demonstrar que o despertar da consciência não ocorre de modo espontâneo, mas por meio de práticas sistemáticas de auto-observação, transmutação psíquica e cultivo do silêncio interior. Serão examinadas a atenção como faculdade central da consciência e a energia como elemento decisivo para a libertação do automatismo mental.

4.1. A Auto-observação e o Despertar da Consciência

Se o *Brain Rot* expressa o adormecimento coletivo da mente, a auto-observação consciente configura o primeiro passo no caminho de retorno. Para a Antropologia Gnóstica, o despertar não ocorre de forma súbita, mas se desenvolve gradualmente como um processo de iluminação interior, no qual o ser humano aprende a reconhecer-se para além dos condicionamentos mentais, emocionais e tecnológicos que o mantém aprisionado.

Segundo Weor (1974, p.33) “a auto-observação íntima é o caminho do despertar da consciência. Aquele que se observa de instante em instante descobre seus defeitos e os dissolve na luz da compreensão. Só assim pode nascer o homem real.”

A auto-observação é, portanto, o primeiro passo da libertação gnóstica, a antítese do automatismo digital. Enquanto o sujeito comum reage mecanicamente aos estímulos das redes, o ser atento cultiva o olhar interior, observando seus próprios pensamentos, emoções e impulsos sem se identificar com eles. Essa prática cria um ponto de silêncio entre o estímulo e a resposta no espaço sagrado onde a consciência desperta.

A neurociência tem confirmado os efeitos dessa prática milenar. Pesquisas sobre atenção plena, conduzidas por Richard Davidson e Antoine Lutz na Universidade de Wisconsin (2020, p.12), demonstram que a meditação auto-observacional “aumenta a conectividade entre o córtex pré-frontal e o córtex cingulado anterior, áreas responsáveis pela consciência metacognitiva e pela regulação emocional”. Esses estudos mostram que o simples ato de observar os próprios pensamentos sem julgá-los fortalece a clareza cognitiva e reduz a impulsividade

Assim como Weor (1977, p.52) ensina que a observação dissolve o ego, a neurociência mostra que a atenção plena desativa os circuitos automáticos do cérebro. No livro “*A Revolução da Dialética*” de Weor (1977, p.52), é reforçado esse princípio: “Quando o homem observa suas reações internas, ele detém o poder do ego. O observado perde força quando é visto. Assim, pouco a pouco, a consciência desperta de seu sono milenar.”

Nesse sentido, a auto-observação constitui um processo de transmutação psíquica no qual a energia anteriormente dissipada em distrações é redirecionada para a atenção consciente e para a vontade do próprio indivíduo. Nesse movimento, o ser humano deixa de reagir passivamente às emoções e passa a posicionar-se como sujeito de sua própria experiência. A consciência, antes fragmentada, gradualmente se reorganiza e se unifica.

Sob a perspectiva antropológica, esse processo aproxima-se do que Mircea Eliade (1957, p. 28) descreve como a reintegração simbólica do homem ao sagrado, isto é, a recuperação de uma dimensão interior capaz de restituir sentido ao tempo e à existência. Diante da alienação produzida pelo excesso de exterioridade, a reconquista da

atenção como ato consciente devolve ao indivíduo o eixo de sua experiência e o orienta novamente para o ser.

Essa sacralização da atenção corresponde ao que a tradição gnóstica denomina recordação de si, um estado de presença ativa no qual o indivíduo não apenas apreende o mundo ao seu redor, mas também reconhece a si mesmo como sujeito da experiência. Ao romper o fluxo hipnótico da mecanicidade cotidiana, a recordação de si restabelece o domínio consciente sobre a própria energia vital e reintegra o homem à sua dimensão interior.

Em *Antropología Gnóstica* (1978, p.91), Samael Aun Weor ensina: “quem recorda a si mesmo não se deixa arrastar pelas circunstâncias. Move-se conscientemente no drama da vida, como ator desperto. Cada instante é uma oportunidade para o Ser manifestar-se.”

A auto-observação, então, é uma disciplina diária que reconcilia o homem com sua alma. Ela implica em um tipo de atenção não fragmentada, uma vigília amorosa sobre o instante presente. Essa vigília é o oposto da dispersão dopamínica que caracteriza o *Brain Rot*. Enquanto o homem comum se dispersa entre múltiplas telas, o gnóstico concentra sua energia na luz interior, transformando o simples ato de respirar, caminhar ou pensar em um exercício de consciência.

O psicólogo humanista Erich Fromm (1976, p.87) já havia percebido que “a capacidade de estar atento é uma forma de amor”. Atentar-se ao instante é, para ele, o primeiro gesto de reconciliação com a própria humanidade. A Gnose concorda: aquele que observa sem

juízo desperta o amor consciente, pois deixa de projetar suas sombras sobre o mundo.

A auto-observação também implica reconhecer as máscaras do ego. Samael ensina que a mente humana é povoada por milhares de eus que disputam o controle da personalidade. Em *Psicologia Revolucionária* (1974, p.36), ele declara: “Cada pensamento, cada emoção, cada desejo é um eu diferente. Observar-se é descobrir o impostor. Conhecer-se é libertar-se.”

Essa multiplicidade interior, quando ignorada, mantém o homem fragmentado e vulnerável à manipulação inclusive digital. Mas quando observada com serenidade, converte-se em sabedoria.

Assim, o ato de observar é também o ato de morrer psicologicamente: cada defeito visto conscientemente começa a dissolver-se.

Do ponto de vista neuropsicológico, isso corresponde à desativação dos padrões automáticos de recompensa, o que reduz a dependência de estímulos externos e restaura a autonomia da atenção. A neuroplasticidade espiritual, como poderíamos chamá-la, é a base da regeneração da mente: o cérebro muda quando a consciência muda.

A auto-observação, portanto, não é apenas técnica de meditação, é um método de libertação interior. Ela substitui o hábito de reagir pelo poder de compreender. Ela silencia o ruído do mundo para que o Ser fale. Como resume Weor em *O Mistério do Áureo Florescer* (1974, p.47): “O despertar da consciência é o milagre de quem aprendeu a olhar para dentro. O que dorme vê o mundo como sonho; o que desperta vê o sonho como mundo.”

4.2. A Transmutação Psíquica e o Silêncio Interior

A auto-observação é o primeiro passo da libertação. Já o segundo é a transmutação psíquica, ou seja, o processo de converter as energias inferiores em força consciente. Para a Antropologia Gnóstica, não basta observar o ego, é preciso transformar a energia que o sustenta. A mente humana, saturada por impressões caóticas e desejos dispersos, precisa ser refinada até tornar-se instrumento do Espírito. Esse refinamento é o que Weor chama de *Magnum Opus*, ou seja, a Grande Obra interior.

Em *Magia das Runas* (1967, p.21), o autor sintetiza o sentido alquímico dessa transformação, mencionando que: “Transmutar é transformar a substância em essência. O que é denso deve tornar-se sutil; o que é mecânico deve converter-se em consciente. O homem que transmuta sua energia, transmuta também sua mente e seu destino.”

A transmutação psíquica é o processo de alquimia interior que atua sobre os três centros fundamentais da natureza humana, intelectual, emocional e motor-instintivo-sexual.

Quando o homem desperta a consciência e direciona suas forças vitais à interiorização, inicia o que Samael chama de *crisificação do psiquismo*: o retorno da energia à sua origem divina.

Em *A Revolução da Dialética* (1977, p.56), ele explica: “Toda emoção inferior deve ser transformada em amor consciente; todo pensamento mecânico, em sabedoria intuitiva; todo instinto, em vontade iluminada. Eis a verdadeira alquimia.”

Do ponto de vista psicológico e antropológico, essa transmutação equivale ao que Carl Jung chamava de *processo de individuação*, a

integração das polaridades internas em torno do Self. Mas na Gnose, esse processo não é apenas simbólico: é energético, vibracional e espiritual. A transformação psíquica requer o domínio das emoções e o redirecionamento da energia sexual, considerada por Weor como o “fogo sagrado da criação interior”.

A energia psíquica, quando dispersa em impulsos automáticos, alimenta o ego; quando transmutada, ilumina a consciência. Esse princípio também é sustentado pela neurociência contemporânea, que demonstra a plasticidade do cérebro diante da atenção concentrada e do controle emocional.

Segundo Lutz e Davidson (2020, p.15), “a meditação profunda reorganiza a atividade neural, reduzindo a reatividade do sistema límbico e ampliando a coerência entre as áreas cognitivas e emocionais do córtex”. Em termos gnósticos, trata-se da *unificação dos centros da alma*, a harmonia entre pensar, sentir e agir.

O silêncio interior é o resultado natural dessa alquimia. Samael ensina que o homem moderno vive escravo da “tagarelice mental”, do ruído incessante dos pensamentos. Em *Tratado de Psicologia Revolucionária* (1974, p.39), ele afirma: “A mente é como um lago agitado; em suas águas turvas, não se reflete o céu. Quando o lago se acalma, o Espírito se manifesta.”

Silenciar a mente é, portanto, a condição para que o Ser fale. Esse silêncio não é ausência de som, mas presença consciente, uma escuta ativa da realidade interior. A neurociência reconhece esse estado como *coerência cerebral*; a Gnose o descreve como *recordação de si em quietude*. Ambas convergem na ideia de que a

mente, quando se aquieta, torna-se meio de percepção transcendental.

A filósofa Simone Weil (2015, p.23) denomina a atenção silenciosa de oração pura: “A atenção absoluta é a mais rara e pura forma de oração. Ela consiste em suspender o pensamento, deixá-lo disponível, vazio e permeável à luz.”

Essa “luz” é o próprio Espírito, que se revela quando cessa o ruído do eu. Assim, a transmutação psíquica é inseparável do silêncio interior, pois só na serenidade a energia se converte em consciência.

O psicólogo Viktor Frankl (2009, p.119), em sua abordagem existencial, afirma que “somente no recolhimento o homem encontra o sentido, e o sentido não se impõe, revela-se”. A revelação, na linguagem gnóstica, é a *gnosis viva*: o conhecimento que surge da experiência direta com o Ser.

A transmutação não é, portanto, mera prática de controle mental, mas o reencontro do homem com seu princípio solar, a centelha divina que o habita. Na antropologia tradicional, Mircea Eliade (1957, p.33) relaciona o silêncio ao retorno simbólico às origens: “Toda prática do silêncio representa um recomeço, uma recriação do mundo. O silêncio é o tempo do sagrado.”

Na Gnose, esse recomeço é interior, ou seja, o silêncio é o útero onde nasce o novo homem. Quando a mente se aquieta e a energia é sublimada, a consciência desperta de modo espontâneo. Em *O Mistério do Áureo Florescer* (1974, p.54), Weor escreve que: “o silêncio da mente é a flauta por onde fala o Espírito. Quando o pensamento cessa, o Verbo ressoa em nós.”

Do ponto de vista neuropsíquico, esse estado de calma desperta o sistema parassimpático, reduz a produção de cortisol e amplia a sensação de integração e bem-estar. A ciência confirma, assim, a verdade milenar da alquimia gnóstica: a quietude é cura. O cérebro se regenera no silêncio; a alma também.

A transmutação psíquica e o silêncio interior são, portanto, complementares. Transmutar é purificar a energia; silenciar é permitir que ela revele o Ser. Ambos os processos constituem o coração da Revolução da Consciência, ou seja, substituir o ruído pela presença, o impulso pela atenção, o desejo pela serenidade.

Como ensina Weor (1978, p.97): “o silêncio interior é o portal do real. Quando o homem se cala, o Ser fala; quando o homem fala, o Ser se oculta.”

O silêncio, nesse contexto, não é fuga do mundo, mas reconciliação com o cosmos. É o ponto de equilíbrio entre o humano e o divino, o espaço onde a consciência se reintegra à sua origem. Ao alcançar essa serenidade, o homem deixa de ser prisioneiro da dopamina e das distrações, tornando-se criador consciente de seu destino.

4.3. A Tecnologia Como Ferramenta de Iluminação Consciente

A tecnologia não é, em si mesma, o inimigo da consciência. Como toda criação humana, ela reflete o estado interior de quem a concebe. Em mãos adormecidas, torna-se instrumento de distração, dependência e alienação; em mãos despertas, pode converter-se em ferramenta de expansão, serviço e iluminação. O que define seu valor não é o circuito eletrônico, mas o nível de ser daquele que a utiliza.

Em *Antropología Gnóstica*, Weor (1978, p.105) adverte que: “As máquinas não são o mal; o mal está no homem que, adormecido, entrega sua alma a elas. O homem desperto pode transformar o ferro em luz e o ruído em sabedoria.”

Essa visão desloca o debate do campo técnico para o espiritual. A crise não está na tecnologia, mas no uso inconsciente que dela fazemos. A humanidade não sofre pela máquina, mas por ter esquecido a alma que a opera. A mesma inteligência que constrói redes digitais é capaz de construir pontes para o divino, se guiada pela consciência desperta.

Do ponto de vista antropológico, a tecnologia é uma extensão simbólica do corpo e da mente humana. Como ensina Mircea Eliade (1957, p.72), toda criação material carrega um sentido religioso implícito, pois “o homem, ao fabricar, repete o ato primordial da criação”.

Assim, os computadores, as redes e as inteligências artificiais são manifestações do antigo impulso humano de imitar o cosmos de refletir a ordem interior no mundo exterior. Quando o homem se esquece de que é cocriador, a técnica degenera em servidão; mas quando se recorda, a técnica torna-se meio de reintegração.

O desafio ético e espiritual do século XXI é justamente esse: re-sacralizar o uso da tecnologia, devolvendo-lhe propósito e consciência. A Gnose ensina que toda energia é neutra; o que define seu valor é a direção que se lhe imprime. Em *A Revolução da Dialética* (1977, p.63), Weor descreve que: “a energia segue o pensamento. Se o pensamento é mecânico, a energia escraviza; se o pensamento é consciente, a energia liberta.”

O mesmo princípio se aplica ao mundo digital. Quando a atenção é dispersa, a tecnologia domina o homem; quando é concentrada e amorosa, a tecnologia se torna um espelho do Espírito. O uso consciente dos meios digitais, voltado ao autoconhecimento, à educação e à transmissão de sabedoria, pode transformar o ciberespaço em um laboratório de iluminação coletiva.

Mesmo Harari (2024, p.264), ao refletir sobre o avanço das inteligências artificiais, reconhece que “a tecnologia pode libertar o homem das tarefas mecânicas, permitindo-lhe dedicar-se à introspecção e à criatividade, se soubermos orientar seu uso para o florescimento humano”. Essa ideia ecoa o propósito gnóstico: libertar a consciência da mecanicidade, não por rejeição ao mundo, mas por domínio sobre ele.

Para Byung-Chul Han (2022, p.81), “a tecnologia só se humaniza quando é atravessada pela contemplação”. A ausência de contemplação, diz ele, é o que transforma a técnica em ruído. Sob a ótica gnóstica, a contemplação é o fio de ouro que liga o homem ao real, o mesmo fio que o digital fragmentou, mas que pode ser restabelecido por meio do uso consciente.

Em *O Mistério do Áureo Florescer* (1974, p.59), Samael Aun Weor declara que: “o iniciado vive no mundo sem ser do mundo. Usa as coisas, mas não se deixa usar por elas. Trabalha com a matéria, mas sua mente permanece no Espírito.”

Esse ensinamento é o cerne da verdadeira relação entre Gnose e tecnologia. Viver “no mundo sem ser do mundo” é participar da modernidade sem perder o eixo interior. O gnóstico não foge das redes: transforma-as em redes de consciência, canais para a

transmissão da luz. Cada mensagem pode ser oração; cada imagem, um símbolo; cada palavra, uma semente do Logos.

A antropologia gnóstica propõe, assim, uma reinterpretação da técnica: vê nela uma nova fase da evolução da consciência. De acordo com Teilhard de Chardin (1959, p.189), “a técnica é o prolongamento da criação divina no homem; é o universo tomando consciência de si”. Essa intuição converge com a visão de Samael, que entende o cosmos como um organismo vivo em processo de auto-realização. A tecnologia, quando usada com sabedoria, pode ser o instrumento da autoconsciência cósmica, integrando mente, matéria e Espírito.

O problema não é o avanço técnico, mas o atraso moral e espiritual. Sem o despertar interior, o homem continuará projetando suas sombras sobre as máquinas, gerando sistemas que reproduzem sua própria inconsciência. Como afirma Simone Weil (2015, p.29), “a desgraça do homem moderno não é o excesso de poder, mas a falta de alma para sustentá-lo”. A única forma de evitar que a inteligência artificial se torne uma extensão do ego é fazê-la refletir a consciência desperta, e não o adormecimento coletivo.

Nesse sentido, o uso gnóstico da tecnologia implica reverter o fluxo da atenção: em vez de entregar-se à máquina, o homem deve utilizá-la como espelho da mente.

Em *Psicologia Revolucionária* (1974, p.41), Weor resume essa pedagogia interior: “Tudo o que existe fora é reflexo do que levamos dentro. O sábio aprende observando-se no espelho do mundo. Assim transforma a vida em escola e o trabalho em oração.”

Essa atitude transforma o cotidiano tecnológico em campo iniciático. O computador torna-se altar, o algoritmo, metáfora da lei de causa e efeito, e a rede imagem da interdependência universal. O que antes escravizava passa a libertar, porque muda o olhar de quem usa.

Em última instância, a tecnologia é parte da Grande Obra: uma expressão da inteligência divina em processo de retorno ao Uno. Quando o homem desperta e orienta suas criações ao serviço do bem e da sabedoria, cumpre o mandamento alquímico de transformar o chumbo em ouro, ou, em linguagem contemporânea, transformar o ruído digital em consciência luminosa.

Assim, a iluminação consciente é o estágio final da antropologia gnóstica: o homem que dominou a técnica exterior porque dominou, antes, a técnica interior.

O verdadeiro progresso, ensina Samael, não é o avanço das máquinas, mas o aperfeiçoamento do Espírito. Em *A Revolução da Dialética* (1977, p.71), ele conclui: “O homem que domina sua mente e sua energia domina a natureza. Aquele que conquista a si mesmo, conquista todos os mundos.”

5. CONCLUSÃO

A presente pesquisa revelou que o fenômeno do *Brain Rot*, mais do que um termo popular da era digital, representa uma das expressões mais evidentes da crise cognitiva e existencial do homem moderno. Através da análise conjunta entre neurociência, antropologia e gnose, compreendeu-se que a problemática ultrapassa os limites da medicina ou da psicologia, atingindo a

própria estrutura da consciência humana e da forma como ela se relaciona com o mundo.

Sob a perspectiva dos Direitos Humanos, os achados apresentados revelam que o fenômeno do Brain Rot ultrapassa a esfera individual e comportamental, configurando um problema estrutural que afeta diretamente a integridade mental do indivíduo. Evidências neurocientíficas demonstram que a exposição excessiva às tecnologias digitais promove alterações físicas na arquitetura cerebral, como a redução da substância branca e a fragmentação atencional, além de estar associada ao comprometimento cognitivo progressivo, incluindo perda de memória, dificuldade de concentração e aumento do risco de doenças neurodegenerativas.

Nesse contexto, a deterioração das funções cognitivas essenciais à autonomia, à tomada de decisão e à própria consciência crítica evidencia uma possível violação à dignidade da pessoa humana, na medida em que compromete a liberdade cognitiva e a capacidade de autodeterminação. Assim, a proteção da saúde mental e da integridade psíquica deve ser compreendida como um desdobramento contemporâneo dos Direitos Humanos, exigindo não apenas respostas individuais, mas também reflexões ético-jurídicas sobre os limites da hiperestimulação digital na sociedade contemporânea.

O avanço da tecnologia, ao mesmo tempo que amplia as capacidades humanas, promove uma transformação radical na percepção, na atenção e na maneira de pensar. A superexposição a estímulos rápidos, a rolagem infinita e o consumo de informações fragmentadas leva ao esvaziamento da inteligência que há no ser e ao predomínio de respostas automáticas e superficiais. Essa

alienação digital instaurou um tipo de hipnose coletiva, na qual o indivíduo se distancia de si mesmo e da experiência do que é a realidade.

Sob a ótica da Antropologia Gnóstica, essa degeneração mental reflete o esquecimento do Ser. A consciência, antes voltada para o autoconhecimento e para a experiência interior, foi substituída por um fluxo contínuo de distrações externas. O homem contemporâneo passou a viver identificado apenas ao que é material e com os desejos imediatos, negligenciando a dimensão espiritual que dá sentido à existência. Assim, a crise tecnológica é também uma crise da alma, um sintoma da separação entre o homem e sua essência.

Do ponto de vista antropológico, observa-se que o *Brain Rot* se insere em um processo histórico mais amplo, ou seja, a substituição do tempo interior pelo tempo das máquinas e da experiência por conteúdos estimulantes. Essa inversão dos valores humanos gera uma nova forma de alienação, a alienação mental, na qual a subjetividade é colonizada pelos algoritmos e o pensamento se reduz à repetição de ideias já prontas. A cultura do desempenho e do consumo transformou o sujeito em produto, e a consciência em mercadoria.

A Antropologia Gnóstica, ao propor uma leitura espiritual e científica do homem, oferece um caminho de superação. Para Samael Aun Weor, a verdadeira transformação humana só pode ocorrer a partir do despertar da consciência, por meio da auto-observação, da morte dos elementos psicológicos inferiores e da vivência interior. Assim, o combate ao *Brain Rot* não se dá apenas no campo das políticas

digitais ou das práticas de saúde mental, mas, sobretudo, na reeducação da atenção e na redescoberta do silêncio interior.

A tecnologia, em si, não é inimiga da humanidade. Ela pode ser instrumento de evolução humana, desde que utilizada com consciência, propósito e medida. O desafio do século XXI consiste em reverter o uso inconsciente das tecnologias, restituindo ao homem sua livre autonomia e sua capacidade de reflexão. O equilíbrio é crucial na contemporaneidade e a sabedoria interior será, inevitavelmente, a chave para o futuro.

Conclui-se, portanto, que a luta contra o *Brain Rot* é, em essência, uma luta pela preservação da consciência. A humanidade, diante de seu próprio reflexo tecnológico, é chamada a escolher entre o adormecimento psíquico e o despertar interior. O caminho da libertação, segundo a perspectiva gnóstica e antropológica aqui proposta, reside no retorno à unidade perdida, na reconciliação entre corpo, mente e espírito, ciência e sabedoria, razão e Ser. Somente assim o homem poderá reencontrar o sentido de sua existência e transformar o poder destrutivo que reside em estar inconsciente perante as tecnologias, em um instrumento de evolução da consciência.

Diante de todo o exposto, verifica-se que o fenômeno do Brain Rot não se limita a uma problemática de ordem comportamental, neurológica ou cultural, mas assume relevância jurídica ao evidenciar potenciais violações à integridade mental do indivíduo. Em um contexto de hiperestimulação digital contínua, no qual estruturas tecnológicas são projetadas para capturar e reter a atenção, a deterioração das capacidades cognitivas deixa de ser apenas um efeito colateral e passa a configurar um risco concreto à

dignidade da pessoa humana. Nesse sentido, a proteção da integridade psíquica emerge como um desafio contemporâneo dos Direitos Humanos, exigindo não apenas reflexão teórica, mas também a construção de limites éticos ao desenvolvimento tecnológico. Assim, o enfrentamento do Brain Rot demanda uma dupla abordagem: de um lado, a reeducação da consciência, conforme propõe a Antropologia Gnóstica; de outro, a necessidade de reconhecimento e tutela jurídica das novas formas de vulnerabilidade mental produzidas na era digital.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BOBINET, Kyra. **Neuroplasticity and Attention Decline in Digital Age**. California: Stanford Health Press, 2024.

BOBINET, Kyra. "The science behind how digital overload affects the brain, from a neuroscientist." **Fox News Digital**, 2024. Disponível em: <https://www.foxnews.com/video/6366018313112>. Acesso em: 5 abr. 2025.

CHARDIN, Teilhard de. **O Fenômeno Humano**. Lisboa: Edições 70, 1959.

DAVIDSON, Richard; LUTZ, Antoine. **Meditation and the Brain: Mechanisms of Awareness**. Wisconsin: Center for Healthy Minds, 2020.

DURAND, Gilbert. **As Estruturas Antropológicas do Imaginário**. Paris: Dunod, 1960.

ELIADE, Mircea. **O Sagrado e o Profano**. São Paulo: Martins Fontes, 1957.

FILÓ, Maurício da C. S.; ZEFERINO, Morgana C. Contribuições da ciência logosófica para o mundo digital. **Revista Direitos Humanos e Democracia**, 2025. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/389076561_Contribuicoes_da_ciencia_logosofica_para_o_mundo_digitalContributions_of_logosophic_science_to_the_digital_world. Acesso em: 6 abr. 2025.

FRANKL, Viktor E. **Em busca de sentido**: um psicólogo no campo de concentração. Trad. Walter O. Schlupp e Annette M. de Lemos. Petrópolis: Vozes, 2009. Disponível em: <https://archive.org/details/18-em-busca-de-sentido-viktor-frankl>. Acesso em: 1 abr. 2025.

FROMM, Erich. *Ter ou Ser*. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.

FERREIRA, Versalhes Enos Nunes; FERREIRA, Vanessa Rocha; LEAL, Pastora do Socorro Teixeira. Neurotecnologias e neurodireitos: a tutela jurídica da mente humana. **Revista de Direitos Humanos e Efetividade**, Florianópolis, v. 10, n. 2, p. 16-39, 2025. DOI: 10.26668/IndexLawJournals/2526-0022/2024.v10i2.10836. Disponível em:

<https://indexlaw.org/index.php/revistadhe/article/view/10836/7486>.

Acesso em: 22 abr. 2026.

HAN, Byung-Chul. **A Sociedade da Transparência**. Lisboa: Relógio D'Água, 2022.

HAN, Byung-Chul. **A Sociedade do Cansaço**. Petrópolis: Vozes, 2015.

HARARI, Yuval Noah. **Homo Deus**: uma breve história do amanhã. São Paulo: Companhia das Letras, 2024.

HARARI, Yuval Noah. **Nexus**: uma breve história das redes de informação, da Idade da Pedra à inteligência artificial. 2. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2024.

JUNG, Carl Gustav. **O Homem e seus Símbolos**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1964.

LÉVI-STRAUSS, Claude. O Pensamento Selvagem. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1962.

JACINTO, Everson Izaquiel; MORAIS, Dannielly Lorena Dias Silva de; MARTINS, Eduardo Felipe; BURJACK, Izabella do Vale; REZENDE, Rayanne Andrade; ARRUDA, Jalsi Tacon. Impactos do uso excessivo de dispositivos eletrônicos associados à neuroplasticidade infantil. **Revista Educação em Saúde**, v. 12, supl. 1, p. 84-90, 2024. Disponível em:

<https://revistas.unievangelica.edu.br/index.php/educacaoemsaude/article/view/7437/5434>. Acesso em: 22 abr. 2026.

NETO, Durval de Brito; SILVA, Adson Justino da. Demência digital: desvendando os efeitos no cérebro humano da geração internet. Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, v. 11, 2024. Disponível em: <https://remunom.ojsbr.com/multidisciplinar/article/view/3185>. Acesso em: 22 abr. 2026.

PAES, Lorryne dos Santos. Uma análise neuropsicológica do impacto das telas da infância à adultidade: modulação do circuito cingulado-dopaminérgico no desenvolvimento humano. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, São Paulo, v. 12, n. 1, jan. 2026. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/23926/15158>. Acesso em: 22 abr. 2026.

LIPOVETSKY, Gilles. **A Era do Vazio**: Ensaios sobre o individualismo contemporâneo. Lisboa: Relógio D'Água, 2005.

LIPOVETSKY, Gilles. **A sociedade da sedução**: democracia e narcisismo na hipermodernidade liberal. São Paulo: Manole, 2020.

SCANLAN, Rebekah. "Warning issued over 'brain rot', the 2024 habit that's 'on the rise'." **News.com.au**, 2024. Disponível em: <https://www.news.com.au/lifestyle/health/health-problems/warning-issued-over-brain-rot-the-2024-habit-thats-on-the-rise/news-story/e1205ce0ddd91c63749c8d2bba47a078>. Acesso em: 5 abr. 2025.

SANCHES, Victor Belga; ANTUNES, Raquel Silva Pereira; SILVA, Fabrício Lima da; CORREA, Rodolfo Dias; OLIVEIRA, Gustavo Borges de; SOUZA, Thalita Castro de; CORRÊA, Thayane Delazari; KRON-RODRIGUES, Meline Rossetto; MARQUES, Gabriela da Silva; RAPAGNÃ, Jaqueline P. de Azeredo; RAPAGNÃ, Luciano C. "Brain rot": uma revisão bibliográfica sobre o conceito, causas, possíveis soluções. **Revista Aracê**, São José dos Pinhais, v. 7, n. 8, p. 1-12, 2025. DOI: 10.56238/arev7n8-302. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/arace/article/view/7814/10001>. Acesso em: 22 abr. 2026.

TAMANE, Liz. "'Brain Rot': expressão do ano é alerta para deterioração mental." **A Voz da Serra**, Nova Friburgo, 4 dez. 2024. Disponível em: <https://avozdaserra.com.br/noticias/brain-rot-expressao-do-ano-e-alerta-para-deterioracao-mental>. Acesso em: 6 abr. 2025.

WEIL, Simone. **A gravidade e a graça**. Trad. José Carlos Bruni. 2. ed. São Paulo: Paulus, 2015.

WEOR, Samael Aun. **Tratado de Alquimia Sexual**. México: AGEAC, 1950.

WEOR, Samael Aun. **Tratado Esotérico de Teurgia**. México: AGEAC, 1955.

WEOR, Samael Aun. **Sim Há Inferno, Sim Há Diabo, Sim Há Karma**. México: AGEAC, 1956.

WEOR, Samael Aun. **Magnus Opus**. México: AGEAC, 1960.

WEOR, Samael Aun. **Consciência Cristo**. México: AGEAC, 1967.

WEOR, Samael Aun. **Magia das Runas**. México: AGEAC, 1967.

WEOR, Samael Aun. **O Mistério do Áureo Florescer**. México: AGEAC, 1974.

WEOR, Samael Aun. **Psicologia Revolucionária**. México: AGEAC, 1974.

WEOR, Samael Aun. **A Revolução da Dialética**. México: AGEAC, 1977.

WEOR, Samael Aun. **Antropología Gnóstica**. Medellín: AGEAC, 1978.

WEOR, Samael Aun. **As Escolas Esotéricas**. São Paulo: Sol Nascente, 1990.

WEOR, Samael Aun. **Gnose: Fase B – A Iniciação e as Provas**. México: AGEAC, 2012.

YOUSEF, A. M. F.; ALSHAMY, A.; TLILI, A.; METWALLY, A. H. S. Desmistificando o novo dilema da podridão cerebral na era digital:

uma revisão. **Brain Sciences**, 2025, 15, 283. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2076-3425/15/3/283#B11-brainsci-15-00283>.

Acesso em: 10 abr. 2025.

¹ Pseudônimo de Diogo Fortunato Melo, Mestre em Direito Constitucional Econômico pela Universidade Alves Faria. Pós-graduado em Antropologia. Pós-graduado em Psicanálise. Pós-graduado em Direito Administrativo Pós-graduado em Direito Civil e Processo Civil. Advogado e Professor Universitário no Centro Universitário UNIVINTE (FUCAP). E-mail: diogofortunato.adv@gmail.com