

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE
CENTRO DE ESTUDOS GERAIS
INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS E FILOSOFIA
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
MESTRADO EM PSICOLOGIA

ÉTICA: CULTIVO DA AÇÃO NÃO CENTRADA

Fábio Hebert da Silva

Orientador: Prof. Dr. André do Eirado

Niterói-RJ

2008

Fabio Hebert da Silva

ÉTICA: CULTIVO DA AÇÃO NÃO CENTRADA

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Departamento de Psicologia da *Universidade Federal Fluminense*, como requisito parcial para a obtenção do título de Mestre em Psicologia.

Orientador: Prof. Dr. André do Eirado e Silva

Niterói-RJ

2008

S586 Silva, Fábio Hebert da.

Ética: cultivo da ação não centrada / Fábio Hebert da Silva. – 2008.

123 f.

Orientador: André do Eirado e Silva.

Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal Fluminense,
Instituto de Ciências Humanas e Filosofia, Departamento de Psicologia,
2008.

Bibliografia: f. 122-123.

1. Ética. 2. Subjetividade. 3. Budismo. I. Silva, André do
Eirado e. II. Universidade Federal Fluminense. Instituto de Ciências
Humanas e Filosofia. III. Título.

CDD 177

Fabio Hebert da Silva

Ética: Cultivo da Ação Não Centrada

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. André do Eirado e Silva
Universidade Federal Fluminense

Prof^a. Dr^a. Maria Elizabeth Barros de Barros
Universidade Federal do Espírito Santo

Prof. Dr. Roberto Novaes de Sá
Universidade Federal Fluminense

AGRADECIMENTOS

Ao amigo André do Eirado, por ensinar-me com tanta generosidade o valor de uma amizade.

A minha família querida, meu pai, minha mãe, a Rita e a Ju, por eles existirem.

A Juliana, meu amor, por me ensinar a sabedoria do respeito mútuo e da alegria diante da vida.

Ao Thiago e a Marina por compartilharem tão atenciosamente o mesmo teto.

A Beth Barros, amiga, mestre, e tantas outras coisas que não caberiam nesse agradecimento.

Ao Roberto Novaes e ao João pelos alegres e bons encontros.

Ao querido Lama Padma Samten e toda a Sangha de Niterói (CEBB), por ensinar-me que o mundo é um espelho do nosso coração.

Ao precioso Lama Tashi Sonam Tulku Rinpoche, meu mestre, que me viu olhando para o reflexo na superfície da água e com sua extrema compaixão me mostrou que a lua estava no céu, não no lago. E a Sangha Buda da Compaixão pelo acolhimento.

Ao Alexandre, pelas aulas de ética através do yoga aplicado à vida cotidiana, pelo método da amizade, da compaixão e da alegria.

Ao Thiago Sandrini, pela parceria de tantos anos.

Ao Rafael pelos textos, contextos e entrelinhas.

A Karin, pela amizade carinhosa indescritível.

A Jana, por tudo.

A Leila, a Cristina, a Beth Aragão, a Aninha, a Soninha pela amizade.

Ao pessoal da turma pelos bons encontros.

Aos professores do programa, sempre tão atenciosos.

Ao Auterives pela acolhida.

A todas as pessoas que não tiveram seus nomes citados, mas nem por isso, menos amadas.

RESUMO

A tese principal deste trabalho é que a ação ética é uma prática no mundo direcionada por princípios que não limitam a experiência cotidiana à existência de um sujeito independente e imutável. Diante do imediatismo de respostas demandadas pelas situações cotidianas, só se conseguirá agir de forma ética se princípios éticos estiverem incorporados aos modos como nos relacionamos com os outros, conosco e com o meio ambiente. De modo contrário, responderemos à variabilidade da vida através dos condicionamentos e limitações dos padrões habituais de ação. Tratar da ética é, no contexto desse trabalho, refletir e agir a partir da noção de um “cuidado” constitutivo de nossas próprias vidas: não há como cuidar de si sem cuidar dos que estão ao nosso redor. Pretendemos a partir do diálogo entre o campo de estudo dos processos de produção de subjetividade (principalmente na leitura de Francisco Varela) e a abordagem budista denominada “*caminho do Bodhisattva*” (ou mahaiana), utilizada por S. S. o Dalai Lama e o Lama Padma Samten, refletir mais profundamente sobre a questão da ação ética e pensar as contribuições desse diálogo para a expansão de nossos padrões habituais de ação; para o estabelecimento de uma ação no mundo menos devastadora e produtora de grande sofrimento. Uma ética que contribua “*para expandir o horizonte do conhecimento*” e da nossa ação no mundo.

Palavras-chave: Ética, Produção de Subjetividade, Budismo.

ABSTRACT

The main thesis of this paper is that ethical action is a practice in the world targeted by principles that do not limit the daily experience to the existence of an independent and immutable subject. Driven by the need of immediate answers, demanded by everyday situations, the only way of ethical acting will be if ethical principles incorporate to the way of how we deal with others, with ourselves and with the environment. On the other hand, we'll answer to the changing of life through the constraints and limitations of the usual action standards. Dealing with ethics is, in the context of this paper, to reflect and to act upon the conception of a "constitutive care" of our own lives: there is no way of taking care of ourselves without taking care of those around us. Based on the dialogue between the study field on subjective production (mainly Francisco Varela) and the Buddhist approach, called "Path of the Bodhisattva" (or Mahaiiana), used by H.H. the Dalai Lama and the Lama Padma Samten, We intend to think deeper about ethical action and the contributions of this dialogue to the increase of our usual action standards, establishing a less devastating and suffering action to the world. An ethic that " helps to increase the knowledge horizon " and of our action in the world.

“(...) nossa necessidade de conhecer não é justamente essa necessidade do conhecido, a vontade de, em meio a tudo o que é estranho, inabitual, duvidoso, descobrir algo que não mais nos inquiete?(...) Eis um filósofo que deu o mundo por “conhecido”, tendo-o remetido à “idéia”: não seria porque a “idéia” lhe era familiar, tão habitual?(...) O familiar é o habitual; e o habitual é o mais difícil de “conhecer”, isto é, de ver como problema, como alheio, distante, “fora de nós”... a grande segurança das ciências naturais, em relação à psicologia e à crítica dos elementos da consciência(...), reside justamente no fato de tomarem o estranho por objeto: enquanto é quase contraditório e absurdo querer tomar por objeto o não-estranho...” Nietzsche

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO

Ética: cultivo da ação não-centrada.....	10
--	----

CAPÍTULO 1 – Experiência Convencional e Budismo: os termos da questão

1.1) Inquietações serenas	14
1.2) Conhecimento e ética.....	18
1.3) O olho que quase tudo vê	22
1.4) Pensar sobre a experiência.....	24
1.5) Experiência convencional e sofrimento	29
1.6) Cognição e percepções ilusórias.....	31
1.7) Mente e classes de fenômenos	34
1.8) Budismo e o olhar-objeto	36
1.9) Experiência convencional e inteligências condicionadas	46

CAPÍTULO 2 – Mente incorporada: o mundo que nasce da ação

2.1) Conhecimento intencional e incorporação	49
2.2) Sobre a competência ética	50
2.3) Conhecer o conhecer	52
2.4) Conhecimento como enação.....	56
2.5) A enação e uma ética.....	59
2.6) Ética: bases para um diálogo	61
2.7) Método e sabedoria.....	64
2.8) Palavras e contextos	66

CAPÍTULO 3 – A Originação Interdependente e a Natureza da Realidade

3.1) Realidade co-emergente: a originação interdependente.....	68
3.2) A noção de identidade e os cinco skandas	70
3.3) Vacuidade.....	73
3.4) Ética e vacuidade	75
3.5) Os doze elos da originação interdependente e as inteligências	78
3.6) Experiência convencional: causas e condições	86
3.7) Os doze elos da originação interdependente e a condição atual.....	93

CAPÍTULO 4 – Implicações Éticas: Cultivo da Ação Não-Centrada

4.1) Ética e felicidade	97
4.2) A ética da contenção	101
4.3) A ética da virtude	106
4.4) Ética e sofrimento	112
4.5) Paz e tempos atuais	114

CONCLUSÃO

Responsabilidade Universal	118
----------------------------------	-----

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	122
---	-----

INTRODUÇÃO

Ética: Cultivo da Ação Não-Centrada

A procura de um fundamento forma o essencial de uma ‘crítica’, que deveria inspirar-nos novas maneiras de pensar(...) enquanto o fundamento for maior que o fundado, esta crítica serve somente para justificar as maneiras de pensar tradicionais.

(DIFERENÇA E REPETIÇÃO, Deleuze)

Este trabalho surge de uma inquietação frente à aparente diferença entre o que se afirma conhecer da experiência cotidiana e as maneiras como efetivamente a vivemos. Principalmente em tempos em que temas relacionados com a questão da ética, permeiam intensamente vários aspectos de nossa vida, como as produções acadêmicas, os diálogos dentro da sociedade civil, as políticas de Estado ou mesmo no âmbito das religiões.

A tese principal deste trabalho é que a ação ética é uma prática no mundo direcionada por princípios que não limitam a experiência cotidiana à existência de um sujeito independente e imutável. Diante do imediatismo de respostas demandadas pelas situações cotidianas, só se conseguirá agir de forma ética se princípios éticos estiverem incorporados aos modos como nos relacionamos com os outros, conosco e com o meio ambiente. De modo contrário, responderemos à variabilidade da vida através dos condicionamentos e limitações dos padrões habituais de ação.

Incorporação esta, que se inicia com o reconhecimento dos benefícios para nossas vidas de uma prática ética e culmina em uma ação no mundo ampliada pelo desenvolvimento da habilidade em estabelecer conexões saudáveis (e positivas) e pela não limitação da experiência a uma identidade independente e condicionada.

Já há algum tempo áreas da filosofia e da psicologia abordam o tema da experiência humana como um produzir incessante de modos de se “estar-no-mundo”. Gerando a noção de que, se há algo que se mantém nesses modos, uma essência, é essa capacidade de criar mundos compartilhados, de experimentar espaços relacionais. A qualidade desta experiência, se vivida como sofrimento e constrangimento ou como potência e liberdade, depende inegavelmente da capacidade de dialogar com o mundo que habitamos e de nos conectar com a dimensão coletiva que nos constitui.

Entretanto, ainda que se tenha clareza e se considere a importância desta capacidade, se trata de um nível de abstração, e não basta para que efetivamente se experimente tal dimensão coletiva em nosso “fazer cotidiano”. Podemos dizer que esta é a limitação tanto das ciências quanto das filosofias: o que embasa a transformação de nossas experiências, o que possibilita o surgimento dos objetos que guiam nossa conduta é a prática recorrente e não idéias ou processos cognitivos. Se aspiramos uma ação mais ética e mais ampla no mundo precisamos de meios e condições para praticá-la.

A ética só surge dentro de certas condições, por exemplo, quando se age somente para satisfazer interesses próprios, a possibilidade de ação no mundo se restringe à satisfação desses interesses.

Nesse sentido pensamos ser de grande valia o estabelecimento de um diálogo com tradições humanas onde as possibilidades de uma ação ética ultrapassem noções abstratas e se concretizassem no âmago das experiências cotidianas.

Reduzir nossas experiências a essa dimensão cognitiva tem dificultado sobremaneira a compreensão das implicações e pertencimentos nas relações que temos estabelecido. Torna-se difícil ajudar ou cuidar quando não há essa “lucidez” em nossas ações, e o máximo que conseguimos fazer é enquadrar os outros dentro de nossos mundos-próprios. Quando assim se faz, não se pode ver além daquilo que se está acostumado a ver, ou seja, nossa cegueira é a incapacidade de ver algo que não sejam os próprios condicionamentos ou automatismos.

Durante o caminho percorrido transitamos por algumas questões como: “O que é uma ação ética?”; “Qual a sua relação com o mundo que percebemos e habitamos?”; “É possível uma ação ética no contexto atual?”; ou ainda, “Há um caminho ou caminhos possíveis para se alcançar a competência (saber-fazer) ética?”.

Pretendemos a partir do diálogo entre o campo de estudo dos processos de produção de subjetividade e a abordagem budista denominada “*caminho do Bodhisattva*” (ou mahaiana), utilizada por S. S. o Dalai Lama e o Lama Padma Samten, refletir mais profundamente sobre estas questões.

As práticas dentro desta abordagem budista tratam do desenvolvimento da uma capacidade de dialogar com o mundo ou de estabelecer relações mais amplas e benéficas para nosso convívio (muito mais do que propriamente encontrar um “ponto-de-vista” coerente ou consensual). O *bodhisattva* é alguém que caminha

rumo ao desenvolvimento de experiências não centradas em uma identidade desconectada do mundo ao seu redor. Portanto, sua ação não fica limitada aos automatismos habituais e binários, e não precisa negar ou ignorar “*que as pessoas operam segundo referenciais limitados.*” E pelo cultivo da prática de agir no mundo expressando qualidades¹ que não centram a ação em um sujeito, eles podem estabelecer relações benéficas com todo o contexto onde estão inseridos. (Padma Samten, 2006a)

Comumente, tratamos nossos problemas cotidianos a partir da visão restrita que uma identidade imutável tem do mundo, como se existisse independente das relações que estabelece. Entretanto, este diálogo nos abre a possibilidade de podermos pensar uma base mais ampla para essas relações e um entendimento mais amplo da natureza da realidade de nossas experiências, resultando em uma ação também mais ampla. A ética é o que direciona o agir do *bodhisattva* no mundo.

Esta direção constitui-se como um *potencial* em nosso agir para estabelecer relações cada vez mais amplas, a partir de uma experiência de mundo não centrada em um sujeito/ identidade. E o cultivo das condições para que este potencial possa ser experimentado, estamos tratando por *ética*.

Para o budismo, ética é considerada como a experiência (o cultivo) de incorporação de qualidades e princípios que não limitam a vida a verdades incondicionais e essenciais, mas antes, revelam um mundo misterioso e inconstante: condição pela qual podemos estabelecer relações positivas com os outros seres. É a aventura de se estar no mundo junto com os outros: parte-se de uma visão estreita sobre a *realidade*, onde se faz um enorme esforço para conviver, vendo toda essa energia transformando-se e revertendo-se contra si mesmo, como sofrimentos e constrangimentos, para caminhar em direção a uma ação mais lúcida que possibilite o estabelecimento de relações mais positivas e benéficas para nós mesmos e para o mundo. A lucidez a que se refere é o descortinar desses mundos mais amplos, onde o estabelecimento de relações positivas torna-se parte do nosso “saber-fazer” cotidiano.

¹ Essas qualidades são tradicionalmente chamadas de “*Quatro Qualidades Incomensuráveis*”, são elas: a compaixão, que é o reconhecimento que operamos comumente de forma limitada pelas identidades, mas essa operação não define nossa existência, que podemos mais que operar segundo uma simples identidade; o amor, capacidade de ajudar os outros a superar os obstáculos limitantes e de gerar felicidade; a alegria é o que surge por não se ter a experiência limitada pelos automatismos e de ser capaz de estabelecer relações positivas com os outros; e a equanimidade, que é a capacidade de agir de maneira não condicionada em todos os contextos e com todos os seres. (Padma Samten, 2006a)

Tratar da ética é, para o budismo, refletir e agir a partir da noção de um “cuidado” constitutivo de nossas próprias vidas: não há como cuidar de si sem cuidar dos que estão ao nosso redor. A qualidade de nossos sentimentos e emoções depende inexoravelmente da qualidade do nosso convívio com os outros seres (que damos nascimento ao nos relacionar) e com o ambiente (que surge da ação) que compartilhamos. A aventura da ética por essa perspectiva é a aventura de tornar preciosa a vida humana.

Essa compreensão da realidade permite-nos ver que a rígida distinção que fazemos entre nós e os outros é em grande parte o resultado de um condicionamento. E ainda assim é possível imaginar que se forme o hábito de uma concepção ampliada do eu em que o indivíduo situa seus interesses dentro do interesse dos outros... Se o eu tivesse identidade intrínseca, seria possível falar de um interesse pessoal isolado do interesse dos outros. Mas como não é assim, como o eu e os outros só podem ser compreendidos como uma relação, vemos que o interesse pessoal e o interesse dos outros estão estreitamente relacionados. (DALAI LAMA, 2000, p. 56)

Como dito, através do tema da ética pensamos ser possível o estabelecimento de um diálogo entre a chamada tradição *Mahaiana* (*caminho do bodhisatva*), através dos ensinamentos de S.S. o Dalai Lama e do Lama Padma Samten e os estudos sobre psicologia e ética dos cientistas Francisco Varela e Humberto Maturana. Pretende-se então, pensar as contribuições desse diálogo para a expansão de nossos padrões habituais de ação, para o estabelecimento de uma ação no mundo menos devastadora e produtora de grande sofrimento. Uma ética que contribua *“para expandir o horizonte do conhecimento e sabedoria humanos.”* (Dalai Lama, 2000a).

CAPÍTULO 1

EXPERIÊNCIA CONVENCIONAL E BUDISMO: OS TERMOS DA QUESTÃO

1.1) Inquietações serenas...

**(...) Não cantes tua cidade, deixa-a em paz.
O canto não é o movimento das máquinas nem o segredo das casas.
Não é música ouvida de passagem; rumor do mar nas ruas juntos à
linha de espuma.
O canto não é a natureza
nem os homens em sociedade.
Para ele, chuva e noite, fadiga e esperança nada significam.
A poesia (não tires poesia das coisas)
elide sujeito e objeto.**

**Não dramatizes, não invoques,
não indagues. Não percas tempo em mentir.
Não te aborreças.
Teu iate de marfim, teu sapato de diamante,
vossas mazurcas e abusões, vossos esqueletos de família
desaparecem na curva do tempo, é algo imprestável.**

**Não recomponhas
tua sepultada e merencória infância.
Não osciles entre o espelho e a
memória em dissipação.
Que se dissipou, não era poesia.
Que se partiu, cristal não era (...).**

(PROCURA DA POESIA, Carlos Drummond de Andrade)

O estudo das implicações éticas e da natureza de nossas experiências convencionais exige uma amplitude de olhar não muito comum e uma mudança de perspectiva frente ao senso comum, principalmente frente às nossas próprias práticas mais simples e habituais. Normalmente, em nossas experiências convencionais “naturalmente” o automatismo de uma ação (hábito) dispensa a reflexão sobre ela mesma - sobre seus pressupostos (ou orientações) e efeitos. Uma das dificuldades deste tipo de estudo é que não é óbvio que, quando algo se torna habitual, fica “transparente” ao olhar, pois o automatismo cotidiano advindo desse hábito dispensa a ponderação sobre a ação. Muitas vezes essa “transparência” dos pressupostos e dos efeitos está presente tanto nos estudos quanto em nossas ações cotidianas. Como uma criança aprendendo a ler passa da solidez de letras soltas no espaço para a transparência dos mundos de sentido das palavras e frases: o sentido brota da recorrência da ação sem que necessariamente o aprendiz se dê conta disso.

Essa mudança de perspectiva implica no estabelecimento de outra qualidade de diálogo com o mundo, uma comunicação muito mais direta, e no mínimo cuidadosa, como se estivéssemos trabalhando em uma terra nova que, se tratada adequadamente, pode se tornar muito fértil.

Pensamos, então, a possibilidade de um entendimento mais amplo dessa experiência convencional, do mundo que se ergue diante de nós enquanto agimos e se efetiva em uma dimensão relacional, tratando das maneiras como temos sustentado e cuidado dessas relações. E por tratar de um engajamento que não se restringe à defesa de certezas acerca da realidade, mas de um entendimento e uma atitude mais “ampla” diante da vida cotidiana, entramos a nosso ver no campo da ética. À medida que se age, um mundo habitável se ergue compondo uma rede viva de relações. E a forma dessas relações, então, depende da natureza das práticas e da extensão desses mundos habitados.

Há, aqui, um incômodo fruto dessa inquietação frente à aparente diferença entre o que se afirma conhecer da experiência cotidiana e as maneiras como efetivamente a vivemos. Quando nos colocamos como sujeito de alguma ação, quando pensamos uma intervenção, quando vamos à padaria comprar pão, quando temos a sensação de um “eu” agindo no mundo, comumente o experimentamos como uma síntese independente da nossa experiência de mundo. A partir desta breve reflexão algumas questões nos sobrevêm: seria possível uma vida em sociedade de sujeitos independentes que se relacionam somente a partir de uma vontade ou de uma liberdade individual? Por que nos cobramos a todo momento projetos pessoais? Sabendo das conseqüências de uma relação estreita com o meio ambiente, por que o devastamos com tanta fúria?

Diante da extensão e prolongamento dos problemas vividos atualmente, pode-se constatar que as estratégias e métodos adotados têm apresentado resultados pouco efetivos. Produzimos nossas condutas aparentemente inequívocas, entretanto, angustiados com seus resultados lutamos meio atordoados, contra tudo e todos que nos parece encarnar a fonte desse sofrimento. E ao lutar contra todos esses sofrimentos presentes em nossa vida cotidiana, não estaríamos lutando contra todo o “mundo”? Como o faz Francisco Varela (1995), se considerarmos que tudo o que chamamos de “mundo” surge de nossas próprias ações, não estaríamos nos esforçando imensamente para lutar contra nós mesmos? Esse sofrimento e suas conseqüências estão separados de nossas maneiras de agir? Se a mudança

faz parte desse mundo habitado, permeando inclusive nossas certezas, não seria muito mais aprazível se não levássemos nossas convicções tão a sério, se não ansiássemos pela “melhor” mudança?

Trataremos ao longo deste trabalho de temas relacionados com estas questões, que em última instância abordam os modos como nos relacionamos e seus efeitos em nossas vidas cotidianas. A partir do reconhecimento da “necessidade” de se refletir de forma mais ampla sobre a experiência convencional (considerando os modos como agimos e percebemos (n)o mundo que habitamos) construiremos um campo referencial, onde o tema da ética será abordado. **Essa reflexão ampliada, em nosso entendimento, permitirá que se avalie os benefícios para nossa vida cotidiana de se cultivar uma ação ética.**

A ação, em geral, será abordada no âmbito das nossas práticas cotidianas, onde a necessidade de respostas imediatas para as situações que atravessamos, impede a ponderação sobre o ato. E não havendo “tempo” para a reflexão sobre a ação, ela se efetivará do modo que nos for mais habitual². Estas respostas são modos como nos relacionamos com o mundo e são aprendidas (ou incorporadas) à medida que nossa história de vida se desenrola. Quando estes modos de relação, cultivados na experiência de mundo, não estiverem limitados à resposta condicionada de uma identidade inerente e independente, diremos que esta ação constitui-se como uma ética.

Abordaremos o tema da reflexão sobre a experiência cotidiana, passando, por um lado, pelos modos como convencionalmente damos surgimento aos fenômenos e pelos processos de incorporação de princípios que apontam para a existência de um sujeito independente (experiência cíclica) e por outro, transitando por modos de cultivo de uma ação ética (ética da contenção e ética da virtude), dentro de uma perspectiva budista (*caminho do bodhisattva*).

A contribuição do budismo para nossa reflexão acerca da natureza de nossas experiências e do que seria uma ação ética, parte neste trabalho da perspectiva do “cultivo” de *qualidades não-centradas em um sujeito ou objeto com existência independente*. Para o budismo (Dalai Lama, 2006a; Padma Samten, 2006a) nossa existência depende irremediavelmente de um existir junto, ou de uma co-existência. Esta dimensão coletiva (co-existência) é a condição para que tudo o mais se

² O hábito aqui, refere-se a uma tendência a relacionarmos com o mundo de forma semelhante, mesmo diante da variabilidade das situações.

desenrole, pois só existimos como sujeitos em nossas relações. E a liberdade de estabelecer relações se expressa fundamentalmente por não mudar sua capacidade de conceber mundos compartilhados.

Uma das especialidades do budismo é a noção de que o mundo que nos circunda é inseparável de nós mesmos. Assim, se fazemos o bem para os demais seres e para o ambiente, estamos cuidando de nosso próprio bem. Se causamos mal aos outros e ao ambiente, estamos causando mal a nós mesmos. Todos estão ligados uns aos outros, todos dependem uns dos outros. O conceito de interdependência budista também sustenta que nós – e tudo o que nos circunda – não temos a solidez que julgamos possuir. Atribuímos identidades e qualidades a tudo e a todos (inclusive a nós mesmos) a partir de uma visão limitada por um padrão binário de gostar e não gostar, querer e não querer. (PADMA SAMTEN, 2006a, p. 13)

A ética, neste contexto, é o que nos permite pensar uma experiência em consonância com a dimensão coletiva que nos constitui. Não somos obrigados (por natureza) a obedecer aos chamados dos automatismos (ações automáticas e irrefletidas) e nem reduzir nossa experiência ao entendimento (racional), tudo o que sentimos, pensamos, fazemos são apenas índices dessa experiência de indiscernibilidade entre “eu” e “outro”, dessa dimensão coletiva.

[...] é possível estabelecer princípios éticos [...] quando tomamos como ponto de partida a constatação de que todos nós desejamos a felicidade e queremos evitar os sofrimentos. Não temos meios de distinguir entre certo e errado se não levamos em conta os sentimentos dos outros, os sofrimentos dos outros... uma das coisas que determinam se uma ação está ou não de acordo com a ética é seu efeito sobre a experiência ou a expectativa de felicidade dos outros. Uma ação que prejudica ou violenta essa experiência ou expectativa de felicidade é potencialmente uma ação antiética. (DALAI LAMA, 2000a³, p. 39-40).

As contribuições do budismo apontam para uma não-negação da cognição, mas também para uma não redução da experiência de mundo a ela. Os métodos de análise da experiência (sempre práticos) utilizados pelo budismo são maneiras de eliminar esses automatismos, que cegam e limitam a ação por não permitir nada além da percepção de um “si-mesmo” independente.

A partir do direcionamento adotado nestes primeiros momentos utilizaremos algumas reflexões do Lama Padma Samten e dos cientistas chilenos Humberto Maturana e Francisco Varela para pensar essa experiência como co-emergência e sua relação com a noção de ética. Tentaremos assim, pensar a ética como uma

³ *Uma ética para o novo milênio*

ação não-centrada em um sujeito independente, ou como a efetivação ou atualização de princípios éticos que se incorporam à nossa experiência cotidiana, à medida que se pratica o que o budismo chama de virtude.

1.2) Conhecimento e ética

“Poderia me dizer, por favor, que caminho devo tomar para ir embora daqui?”

“Depende bastante de para onde quer ir”, respondeu o Gato.

“Não me importa muito para onde”, disse Alice.

“Então não importa que caminho tome”, disse o Gato.

“Contanto que eu chegue a algum lugar”, Alice acrescentou à guisa de explicação.

“Oh, isso você certamente vai conseguir”, afirmou o Gato, “desde que ande o bastante.”

(ALICE, Lewis Carroll)

É possível cultivar uma ação imediata que seja constituída pela percepção contextualizada dessa dimensão coletiva? Ou de outra maneira, é possível pensar uma ética dentro dessa perspectiva das ações cotidianas, como “um confronto imediato com os acontecimentos que nos sobrevêm”? (Varela, 1995).

Refletir sobre os efeitos das práticas cotidianas em nossa vida é fundamental para entender essa direção que chamaremos aqui de *ética*. Comumente, criamos mundos-próprios ao atribuímos concretude a nossa experiência, como se esses mundos possuíssem uma existência intrínseca que se mantém independente do contexto. No momento em que agimos, acabamos por estimar a partir de nossa própria experiência tudo o que compõe esse mundo por nós habitado. O valor aponta para uma tendência da ação, não a determina; ganha existência na ação, não possui uma existência em si.

Por exemplo, quando acordamos “mal-humorados”, uma pequena palavra dita por alguém que acreditamos amar, pode gerar um imenso desconforto, as situações incomodam mais, o céu torna-se mais escuro (quando o reparamos). Enfim, ao afirmar que existimos em nossas relações, queremos também dizer, como nos aponta Maturana (1997), que aquilo que chamamos de psíquico ou mental, se constitui exatamente como nossa *“dinâmica de relação como seres humanos no viver cotidiano”*.

(...) o domínio em que vivemos aquilo que na vida cotidiana distinguimos como o psíquico, o mental e o espiritual, é o domínio das relações e interações do organismo. Por isso, o domínio psíquico ou espaço psíquico dos distintos organismos varia com seu modo de viver, e o sistema nervoso de um animal opera de uma maneira ou outra, segundo o espaço psíquico do organismo que integra. (MATURANA, 1997, p. 114)

O que tratamos por mundo (neste trabalho) se atualiza ou nasce em nossas relações, embora em nosso cotidiano tenhamos a sensação que este mundo já esteja dado, que é anterior à experiência. Esse mundo surge na co-extensividade entre uma ação (que acontece sempre num mundo que percebemos) e um conhecimento incorporado (que se revela como capacidade sensório-motora). Dito de outra forma, as ações são guiadas pela forma como se percebe o mundo durante uma situação qualquer, e também percebemos o mundo à medida que agimos. Então, por essa perspectiva o mundo que se conhece deixa de ser predeterminado para ser experimentado na própria rede de relações, na história de vida. Esses mundos criados (fenômenos, acontecimentos, relacionamentos, etc.) só têm existência dentro de uma complexa rede de causas e condições.

Saber que conhecemos o mundo experimentando-o, atuando, implica uma responsabilidade que chega ao ponto de nos “comprometer”. *Estamos comprometidos exatamente, porque, ao sabermos que “nosso mundo é sempre um mundo que construímos juntos”, não há como negá-lo* (Maturana, Varela, 1995). Ao afirmar esse conhecimento, que é experiência, queremos ressaltar seu caráter compartilhado, relacional. Conhecimento então, que resumidamente trata de histórias impessoais/ coletivas e de relações no mundo. Não há um conhecimento que seja anterior à experiência.

O conhecimento não preexiste em qualquer lugar ou sob qualquer forma, mas é atuado em situações particulares – quando um conto popular é contado ou um peixe é nomeado. (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2003, p. 182)

A história é coletiva e impessoal porque compartilhamos os sentidos para o mundo em transformação, e só podemos dizer que existimos nessa fundação compartilhada. A transformação não está colocada em um sentido meramente evolucionista ou progressista, no qual a inevitabilidade dos fatos fragiliza as possibilidades de ação humana; nem em um sentido generalista, constituído por leis universais.

Muitos autores, dentro do âmbito da filosofia e da psicologia, afirmam que experimentamos diretamente os fenômenos, sendo até mesmo a representação uma experiência de mundo, e não algo que ocorre entre a percepção e ação. Por exemplo, Francisco Varela (2003) afirma⁴ que qualquer estrutura cognitiva ou conhecimento do mundo emerge de padrões sensório-motores recorrentes. Ao agirmos conhecemos o mundo. Para ele, todo “fazer” é um conhecimento sobre si na própria experiência, há uma “inseparabilidade” fundamental entre percepção e ação. Agimos sempre no mundo que habitamos, logo, toda ação, é “*ação perceptivamente orientada*”.

Todo fazer leva a um novo fazer: é o círculo cognitivo que caracteriza o nosso ser, num processo cuja realização está imersa no modo de ser autônomo do ser vivo. (MATURANA, VARELA, 1995, p. 259)

Ao focarmos a experiência desta maneira, observamos sua constituição como um desenrolar de práticas sempre fundadas por um “saber-fazer” aprendido ao longo da vida, um “saber lidar” com o mundo que se está inserido, dentro do mundo que se habita. Esse “saber-fazer” não é nem anterior nem posterior à consumação do ato, ele se atualiza na própria experiência como conhecimento e ação no mundo que percebemos. É possível aprender a andar de bicicleta sem que se caia várias vezes, se levante tantas outras e se tente alcançar o equilíbrio coordenado com as pedaladas?

E sempre dependente dessas práticas, vemos emergir acontecimentos, valores, sentimentos, emoções, aversões e gostos em relação à vida. Tudo o que nos acontece, se insere em nossa visão de mundo. As formas como agimos “parecem” se justificar plenamente segundo nossa visão de mundo, nosso mundo-próprio. Mas, enquanto as práticas ocorrem sobre o fundo desses mundos-próprios independentes, portanto limitadas, ainda não estamos falando de ética.

Embora haja esse surgir concomitante, esse co-emergir, agimos como se os objetos mobilizassem em nosso “íntimo” uma energia até então dispersa, uma coisa exercendo poder sobre outra. Não é assim que comumente agimos quando estamos diante de algo que desejamos imensamente? Aprendemos ao longo da vida a utilizar essa energia vital de forma não consciente, automática e com certa destreza:

⁴ Como tantos outros: Bergson (1939:1999), Merleau-Ponty (1945:2006), Piaget (1981), etc...

hábitos. Estamos habituados a experimentar o mundo do ponto de vista de um sujeito independente que manipula o universo dos objetos.

[...] sempre que a repetição de algum ato ou operação particular produz uma propensão de renovar o mesmo ato ou operação sem que sejamos impelidos por qualquer raciocínio ou processo do entendimento, dizemos que essa propensão é um efeito do hábito. (HUME, 1974, p. 145)

Aprendemos a ver um mundo fragmentado e nos habituamos a ele, mas poderíamos nos habituar a viver de outra maneira? O que aconteceria se nos tornássemos críticos de nossos próprios automatismos? Há uma concordância quase hegemônica entre todas as tradições de pensamento no fato que sem a reflexão ficamos cegos e seguimos nossas vidas obedecendo aos automatismos; mas somente com a reflexão, teorizamos e analisamos esses automatismos e não necessariamente conseguimos superá-los. É como se soubéssemos o que fazer, mas não sabemos como fazê-lo, por isso o budismo (assim como outras tradições) propõe a prática de ações específicas com o objetivo de incorporarmos princípios éticos, transformando efetivamente nosso mundo, nossa ação e nossa percepção. Superar os condicionamentos significa nem negá-los e nem se imobilizar frente a eles.

Segundo o filósofo escocês David Hume (1748:1974) é pelo hábito que produzimos e damos consistência ao mundo: aprendemos a ver o mundo do jeito que vemos. A cegueira aqui, não tem nenhuma relação com uma cegueira física, mas se é cego por se enxergar o mundo dessa ou daquela maneira, tudo mais se transforma num enorme ponto cego, como uma formiga sobre um elefante. Enquanto para nós, há formiga e elefante, para a pequena formiga há uma extensa planície e o incurável “dever” de procurar sua rainha. Sendo esse “mundo próprio” produzido tão somente a partir da experiência no mundo, podemos dizer que nossos hábitos e nossas visões de mundo são co-emergentes, surgem no mundo há um só tempo. Há na própria experiência uma realimentação para a atenção, para a forma como vamos “utilizar” de nós mesmos. É como se os hábitos deixassem marcas em nossas existências, a partir daí olhamos para frente e vemos o mundo como homens, ou como formigas, ou como demônios, dito de outra maneira, uma formiga aprende a ser formiga, um homem aprende a ser homem.

1.3) O olho que quase tudo vê

A árvore que não dá frutos
É xingada de estéril. Quem
Examina o solo?
O galho que quebra
É xingado de podre, mas
Não havia neve sobre ele?

(SOBRE A ESTERILIDADE, Bertolt Brecht)

Segundo Maturana e Varela (1995) estamos em demasia acostumados a ver e viver num mundo como um físico do século XIX, como um olho “desincorporado”, como se a lente pela qual observamos o mundo não tivesse qualquer relação com o fenômeno objetivado, ou como se o olhar não tivesse nenhuma relação com aquilo que se vê. Esse olhar a que estamos acostumados revela apenas um mundo já dado, e em vias de ser decodificado pelo desenvolvimento de técnicas e tecnologias. Esse seria um dos extremos que usamos para justificar o mundo que vivemos e as coisas que percebemos. O outro extremo seria o solipsismo, onde a experiência subjetiva ou a maneira como percebemos e agimos no mundo se justifica por uma construção da mente. Segundo eles são duas posições bem comuns: ou se explica a natureza de nossas experiências por um mundo já dado e independente, ou por uma mente que por si só constrói o mundo.

Mas se o mundo já está dado e só representamos sua existência internamente, que mecanismo sustentaria uma operação de representação interna semelhante para pessoas diversas? Seriam os órgãos físicos? E por que o mundo externo seria visto em elementos distintos ao longo da história da humanidade? E ao mesmo tempo, se somente existir o mundo interno, como poderemos entender a experiência de solidez dos objetos externos? Como escapar da cilada da separação mente-corpo?

De um lado, há uma cilada: a impossibilidade de compreender o fenômeno cognitivo se supusermos que o mundo é feito de objetos que nos informam, já que não há um mecanismo que de fato permita tal “informação”. Do outro lado, há outra cilada: o caos e a arbitrariedade da ausência de objetividade, onde tudo parece ser possível. Temos de aprender a seguir o caminho intermediário – a andar sobre o fio da navalha. (MATURANA; VARELA, 1995, p. 162)

Desde o século XVI aproximadamente, com o advento das ciências naturais e de sua metodologia (e pressupostos) de investigação da natureza da realidade, o mundo toma outro contorno, surgindo agora como constituído de leis e regras

universais. Situação que aponta para certa impotência diante dos acontecimentos, pois nada se pode fazer em um mundo orientado e determinado por leis externas à própria experiência. A forma como a relação com o mundo se estabelece e aquilo que se conhece ganha o contorno de necessidade de obediência a uma lei externa. O foco da reflexão sobre a existência humana e as conseqüências das ações passa da experiência religiosa direta (“descobrimo” como a natureza divina se manifesta nos fenômenos) para a observação das ações dentro de um conjunto de regras externas (Maturana, 1997). Mas que implicações essa forma de se conceber o mundo tem com nossa experiência cotidiana?

Quando simplesmente se obedece ao curso dos padrões habituais (de pensamento e de ação) como se tudo pudesse ser resumido em termos de conceitos e idéias preconcebidas e fechadas em si, sem atentar para a análise dos processos de valoração, os referenciais para a ação ficam limitados ao âmbito desses preconceitos. O que se perde aqui é a gênese da noção de identidade e dos pressupostos, pois nesta reflexão parcial eles já estão dados: existe já de antemão um sujeito desincorporado que reflete sobre uma experiência abstrata, como se o ato de refletir e aquele que reflete não fossem em si, uma e só experiência. Este tipo de reflexão parcial (a partir de preconceitos e de natureza teórico-abstrata) é cega exatamente onde se erguem os pressupostos. (Varela, 2003)

A partir de Descartes, a questão fundamental na filosofia ocidental foi quanto a se o corpo e a mente são uma ou duas substâncias distintas [...] e qual a relação ontológica entre elas. [...] Estamos sugerindo que a conclusão de Descartes de que ele era uma coisa pensante foi o produto dessa questão, e essa questão foi um produto de práticas específicas – as da reflexão desincorporada, sem atenção. [...] Embora recentemente tenha se tornado moda criticar ou desconstruir esse ponto de vista do cogito, os filósofos ainda não se afastaram da prática básica responsável por ele. [...] Muitas pessoas reconheceriam a verdade óbvia dessa convicção. A filosofia ocidental não nega essa verdade, mas principalmente a ignora. (VARELA; THOMPSON; ROSCH; 2003, p. 43)

A noção de um “eu” absoluto, de uma existência e de um observador independente pode nos revelar uma enorme contradição na forma como percebemos a operação de nossas próprias vidas, resumindo-as muitas vezes aos conceitos e à manipulação de objetos externos a nós. Ampliar a reflexão sobre a experiência é então, não limitá-la às visões de mundo pré-dadas, possibilitando a oportunidade de ação a partir da noção de que não possuímos uma identidade imutável e jamais existiríamos sem as outras pessoas.

Ser humano, estar vivendo é sempre estar em alguma situação, um contexto, um mundo. Nós não temos experiência de qualquer coisa que seja permanente e independente de alguma situação. Ainda sim, muitos de nós estamos convencidos de nossas identidades: temos uma personalidade, memórias e recordações, e planos e antecipações, que parecem estar agrupados em um ponto de vista coerente, um centro a partir do qual investigamos o mundo, o solo sobre o qual nos encontramos. (VARELA; THOMPSON; ROSCH; 2003, p. 73)

A ampliação da reflexão culmina na noção de *ética*, pois se trata de um caminho para acessar nossa própria condição de existência: *só existimos em uma dimensão coletiva* – dimensão que já está presente e não precisamos “buscá-la” em outro lugar que não seja aqui e agora mesmo. E a ética não parte da limitação de um sujeito desencarnado e independente do mundo, parte sim, de uma experiência sempre contextualizada.

O que estamos sugerindo é uma mudança na natureza da reflexão de uma atividade abstrata desincorporada para uma reflexão incorporada (atenta) aberta. Por incorporada queremos nos referir à reflexão na qual corpo e mente foram unidos. O que essa formulação pretende veicular é que a reflexão não é apenas sobre a experiência, mas ela própria é uma forma de experiência – e a forma reflexiva de experiência pode ser desempenhada com atenção/consciência. Quando a reflexão é feita dessa forma, ela pode interromper a cadeia de padrões de pensamentos habituais e concepções, de forma a ser uma reflexão aberta – aberta a possibilidades diferentes daquelas contidas nas representações comuns que uma pessoa tem do espaço da vida. (VARELA; THOMPSON; ROSCH; 2003, p. 43)

1.4) Pensar sobre a experiência

Que sei eu do que serei, eu que não sei o que sou? Ser o que penso? Mas penso tanta coisa! E há tantos que pensam ser a mesma coisa que não pode haver tantos! Gênio? Neste momento cem mil cérebros se concebem em sonho gênios como eu, E a história não marcará, quem sabe?, nem um, Nem haverá senão estrume de tantas conquistas futuras. Não, não creio em mim. Em todos os manicômios há doidos malucos com tantas certezas! Eu, que não tenho nenhuma certeza, sou mais certo ou menos certo?

(TABACARIA, Fernando Pessoa)

Falamos de ética não com o intuito de confirmar este ou aquele ponto de vista – nem usar a ciência ou a filosofia para justificar o budismo, nem o budismo para legitimar a ciência (e a filosofia). E que não seja também, a opção dos extremismos

de abordagens dualistas, tendo-se em vista que o diálogo – nossa pretensão - não é a busca por uma verdade última.

Nem a psicologia, nem a filosofia, nem o budismo são formas prontas e acabadas de se referir à nossa experiência; são ao contrário, formas relativas e condicionadas de “*sistematizar nosso conhecimento do mundo*” (Padma Samten, 2001). Ainda estamos no campo do entendimento, da cognição que ainda trata de um nível grosseiro em nossas experiências, e nossos automatismos e condicionamentos se desenrolam em um nível mais sutil. É o exemplo do medo, onde mesmo que se saiba que não há motivo para senti-lo, ao nos deparar com algumas situações o coração bate mais rápido, o tremor e o pavor guiam o movimento dos membros e assim por diante. O medo é só um exemplo de como nossa experiência convencional está na maioria das vezes, muito mais próxima de uma resposta automática e afetiva do que de uma ponderação racional ou lógica.

Quando o budismo faz a distinção entre sutil e grosseiro, se refere aos aspectos da experiência que podem ser mais ou menos claros a percepção daquele que experimenta. Em outras palavras, os aspectos sutis são aqueles onde se tem um distanciamento em relação à ação automática, até o ponto de se ter o conhecimento da gênese do automatismo, e os aspectos mais grosseiros são aqueles onde não se tem nem espaço nem tempo diante do que se experimenta como sendo um mundo-próprio. Experimenta-se uma sensação qualquer e acredita-se de corpo e espírito que o mundo se resume a ela, por exemplo, quando sentimos medo comumente não refletimos sobre suas causas, não há tempo para isso. Como se o medo movendo-se pelo corpo se transformasse no próprio mundo, em algo que ultrapassa a linguagem e as ponderações.

Esta questão pode então, ser apresentada como o limite do próprio trabalho aqui proposto (tratar de aspectos da experiência), assim como é com a filosofia, com a ciência e com a filosofia budista: o reconhecimento da natureza de nossa condição humana – nossos automatismos e as possibilidades de liberação destes condicionamentos que acabam por limitar nossa experiência.

Tendemos a viver num mundo de certezas, de uma perceptividade sólida e inquestionável, em que nossas convicções nos dizem que as coisas são da maneira como as vemos e que não pode haver alternativa ao que nos parece certo. Tal é nossa situação cotidiana, nossa condição cultural, nosso modo corrente de sermos humanos. (MATURANA; VARELA, 1995, p. 60-61)

Longe de negar a dimensão cognitiva, pode-se utilizá-la para reorientar as práticas cotidianas, com o intuito de compreender melhor nossa situação atual, e mais especificamente, aquilo que tem dificultado o convívio e a relação com o meio-ambiente nos dias de hoje. Essa dificuldade de compreensão da situação dos outros (ou nosso convívio), acaba por impedir a operação do que é de fundamental importância dentro do campo da psicologia, que é o cuidado. *Torna-se difícil “cuidar” quando não há lucidez em nossas ações, quando não há amplitude no olhar: o máximo que conseguimos fazer é enquadrar os outros dentro de nossos mundos* (Dalai Lama, 2000a). Nossas experiências, sem esse distanciamento crítico (sem que compreendamos a dimensão desse aspecto sutil), tornam-se ações autocentradas limitadas pelos automatismos.

Os automatismos referem-se às respostas incorporadas (presentes e “naturais” em nossa vida) e prontas para as diversas situações que experimentamos, seja em um processo terapêutico ou em um círculo de amizades, e assim por diante. Perdendo-se a gênese desses automatismos a reflexão ampliada sugerida por muitas tradições de pensamento - sobre a natureza de nossas experiências - corremos o risco (e comumente o fazemos) de nos relacionar com um mundo independente de nós, deixando para trás a capacidade de avaliarmos de forma clara e ampla as conseqüências de nossas ações (Varela, 1995).

Entretanto, além desse entendimento convencional, de um observador imparcial e imutável que lida com um objeto concreto e independente, que resume a experiência às reações dos automatismos, temos outras perspectivas onde mente e mundo, ou sujeito e objeto surgem juntos e dependem um do outro para existir.

Estas outras perspectivas, seja no âmbito das ciências ou da filosofia, operam a partir de uma linguagem mais ampla e menos tendenciosa, onde mundos outros são criados e as relações que os sustentam não são limitadas por automatismos e pontos de vistas auto-suficientes.

E toda experiência de certeza é um fenômeno individual, cego ao ato cognitivo do outro, em uma solidão que (...) é transcendida somente no mundo criado com esse outro. (MATURANA; VARELA, 1995, p. 61)

Sabemos o que é paz, o que é o peso de sustentar uma relação que nos faz sofrer, enfim, comumente sabemos o que deve ser feito, só não sabemos “como fazer”, como incorporar tal habilidade ao nosso fazer cotidiano. De certa forma, as

certezas incorporadas (que se expressam como automatismos) tornam nossas relações ou nosso fazer, imunes às idéias e aos conceitos que elaboramos sobre como “deveriam” ser essas mesmas relações. Os referenciais limitados e impermanentes tomados por imutáveis, por certezas irrefutáveis, são nossos pontos cegos. E entendemos que estes pontos cegos se manifestam em nossa vida como relações problemáticas. Ao priorizarmos as perspectivas identitárias autocentradas não estaríamos estabelecendo as bases para uma cultura permeada por relações conflituosas, onde cada um está incumbido de defender seu próprio mundo?

Nossas certezas aplicam qualidades às coisas como se toda a existência dos objetos pudesse ser resumida a um ponto de vista. Nas ilusões de ótica é bastante fácil perceber como isso funciona, dependendo da forma como olhamos muda toda a percepção da figura (sem que a figura mude fisicamente).

Estamos acostumados a pensar que a cor é uma qualidade dos objetos e da luz que refletem. Desse modo, se vejo verde é porque uma luz verde chega a meus olhos, ou seja, uma luz com certo comprimento de onda. Agora, se usarmos um aparelho para medir a composição da luz nessa situação, veremos que não há qualquer predominância de comprimento de ondas chamadas verdes ou azuis na sombra que vemos como azul-esverdeadas, e sim somente a distribuição própria da luz branca. Mas a experiência do verde-azulado é, para cada um de nós, inegável.

(...)Mas o essencial... é entender que a experiência da cor corresponde a uma configuração específica de estados de atividade do sistema nervoso determinados por sua estrutura... aquilo que tomávamos como a simples apreensão de alguma coisa (como espaço ou cor) traz a marca indelével de nossa própria estrutura. (MATURANA; VARELA, 1995, p. 64-65)

Embora vivamos em uma cultura que enfatiza a “necessidade” de assumirmos uma vida repleta de certezas, onde a experiência muitas vezes se limita a uma seqüência de explicações racionais, podemos pensar (mesmo dentro das condições atuais), junto com outras tradições de pensamento, formas de incorporarmos essa reflexão atenta (conhecer como conhecemos).

A situação especial de conhecer como se conhece é tradicionalmente elusiva em nossa cultura ocidental, centrada na ação, e não na reflexão. Assim, geralmente nossa vida pessoal é cega de si mesma. (MATURANA; VARELA, 1995, p. 67)

Este tipo de reflexão aponta para uma relação de inseparabilidade entre a experiência de ser alguma coisa no mundo e a percepção que temos deste mesmo mundo, indicando que “todo ato de conhecer produz um mundo” (Maturana e Varela, 1995). Se eliminarmos pontos cegos, agiremos em um mundo mais amplo, do mesmo modo, se reforçamos nossos pontos cegos, nossa ação no mundo será por eles limitada.

Mas não temos outra alternativa, pois o que fazemos é inseparável de nossa experiência do mundo, com todas as suas regularidades: seus centros comerciais, suas crianças, suas guerras atômicas. Mas podemos tentar (...) nos conscientizar de tudo o que implica essa coincidência contínua de nosso ser, nosso fazer e nosso conhecer, abandonando a atitude cotidiana de estampar sobre nossa experiência um selo de inquestionabilidade, como se refletisse um mundo absoluto. (MATURANA; VARELA, 1995, p. 67)

Se estivermos nós, tanto quem lê quanto quem escreve, tentando conhecer melhor nossa experiência, estamos também construindo outros mundos e nos movendo dentro deles. E é a linguagem que permite tal conexão entre mundos distintos; entretanto esses mundos distintos são experiências de mundo (dimensão afetiva pulsante). Como a reflexão acontece na linguagem, podemos deduzir que uma reflexão atenta e aberta implica uma linguagem também mais ampla, em conexões entre mundos mais inclusivas. Como dito anteriormente, a dimensão cognitiva pode ser limitante da ação quando se “esquece” de sua própria gênese, mas também pode estar associada a uma ação muito mais lúcida no mundo como expressão dessa reflexão atenta e aberta.

O produzir do mundo é o cerne pulsante do conhecimento, e está associado às raízes mais profundas de nosso ser cognitivo, por mais sólida que nos pareça nossa experiência. (...) O fenômeno do conhecer é um todo integrado, e todos os seus aspectos estão fundados sobre a mesma base. (MATURANA; VARELA, 1995, p. 69)

Conhecer é fazer nosso mundo... Se o que conhecemos nos altera, ou melhor, se ao conhecermos nos tornamos diferentes do que éramos, agiremos no mundo de maneira também diferente, a partir de outros referenciais; e agindo diferente, outros mundos são concebidos. Eis a circularidade fundamental: agimos sempre em um mundo que conhecemos e conhecemos sempre agindo, logo toda ação é conhecimento. De algumas coisas temos consciência, de outras não, e se ter

consciência é dar nascimento ao nosso mundo próprio, com seus objetos e seres, quanto mais ampla é essa consciência mais seres e objetos estarão inseridos nestes mundos, de modo que a ação torna-se mais ampla se o conhecimento reflexivo (aquele que temos consciência) também se amplia.

1.5) Experiência convencional e sofrimento

Para agir é, pois, preciso que nos não figuremos com facilidade as personalidades alheias, as suas dores e alegrias. Quem simpatiza pára. O homem de acção considera o mundo externo como composto exclusivamente de matéria inerte – ou inerte em si mesma, como uma pedra sobre que passa ou que afasta do caminho; ou inerte como um ente humano que, porque não lhe pôde resistir, tanto faz que fosse homem como pedra, pois, como à pedra, ou se afastou ou se passou por cima.

(LIVRO DO DESASSOSSEGO, Fernando Pessoa)

A maneira como o budismo analisa a experiência não é de forma alguma óbvia, principalmente porque os hábitos impedem que se veja além de mundos-próprios independentes ou daquilo que se está acostumado a ver. É dito por alguns mestres do budismo que padecemos de uma doença repleta de sintomas e seqüelas, só que comumente acredita-se que este é o funcionamento normal do organismo. Não é possível que se trate uma doença que não se sabe que exista! O mais próximo que se chega das causas da doença é a tentativa de se tratar alguns desses sintomas, mas eles continuam surgindo. Nestes termos, a doença seria o *sofrimento* e a causa nossos referenciais de ação limitados. O cultivo da ética seria o remédio para o budismo, mas trataremos deste tema mais adiante.

Quando tratamos de experiência e ação nos referimos não só ao seu aspecto físico, mas a todas as dimensões da nossa experiência convencional (cotidiana). O budismo de uma forma geral apresenta a questão da experiência convencional como experiência cíclica ou *duka* (*dukkha* em sânscrito). *O mundo que vivemos é comumente estabelecido sobre uma relação sensorial com os objetos e fenômenos, e dessa forma, a experiência passa a ser limitada pelo que se sente como suposto efeito de objetos independentes sobre nós.*

Essa experiência convencional pode ser tratada como uma experiência de nascimento e morte, pois é uma relação com objetos impermanentes (todos os fenômenos que são percebidos têm um início e um fim). Em nossa língua não há

termo que seja correspondente ao que se chama de *duka*, pois está contido aqui o sentido tanto da experiência de sofrimento convencional quanto da busca por uma condição onde uma identidade possa ser mantida (felicidade convencional).

Para o budismo, a experiência convencional comumente, toma como referenciais para a conduta, objetos externos que são tratados como permanentes e anteriores à própria experiência. Esta operação gera uma imensa insatisfação e confusão com relação a nós mesmos e o mundo ao nosso redor. Atribui-se qualidades aos objetos e a nós mesmos como se definíssemos dessa maneira identidades imutáveis e formas estáveis de relação com o mundo. Tem-se como consequência desse processo um fluxo mental desordenado que se expressa como responsividade e automatismo, ou padrões habituais de ação que acabam por direcionar o olhar para os efeitos, ignorando-se a extensão do processo de aprisionamento, “da doença”.

Este nível de sofrimento engloba tanto as alegrias quanto aquilo que chamamos de sofrimento. Por exemplo, podemos acreditar que a nossa felicidade está em um determinado emprego, o tempo passa e começamos a perceber nesse mesmo lugar onde supostamente estaria nossa felicidade, complicações e dificuldades que nos levam a desejar outro trabalho. Ou podemos mesmo, ser demitidos, e pensarmos em nos matar, por não vermos outra saída. Em ambos os casos, podemos constatar que não há um limite bem definido entre uma experiência de felicidade imediata e o sofrimento que advém daí.

Sofremos, não porque nossa experiência seja ilusória e sim porque negamos que seja. Se reconhecermos a natureza ilusória das coisas e encararmos a inevitabilidade da morte, estabeleceremos prioridades e faremos escolhas que trarão felicidade, em vez de sofrimento para nós mesmos e para os outros. (CHAGDUD RINPOCHE, 2003, p. 82)

Nosso sofrimento e nossa felicidade estão, dessa maneira, condicionados à nossa visão de mundo, “o sofrimento provêm não dos fenômenos (...), mas dos seres conferirem realidade a eles” (Chagdud Rinpoche, 2003, p. 109). *Duka* é então, o sofrimento que permeia toda a experiência convencional.

Os estudos tradicionais do budismo desenvolveram maneiras para não limitarmos nossa experiência à *duka*, ao resultado dos automatismos. De forma que a psicologia budista depende do exame direto da natureza de nossa experiência e dos mundos que emergem daí. Pois, os modos como atravessamos as situações se

manifestam como estados da *consciência*, que terminam por afetar nossa saúde e nossa felicidade. Esta investigação sobre a mente trata do exame desses estados e sua repercussão em nossas relações, e também, da forma que podemos atuar em cada um de modo a modificá-los em uma situação mais favorável (Tarthang Tulku, 1995).

Se não entendemos as causas do sofrimento será muito difícil ultrapassá-lo. E normalmente, em nossa cultura, olhamos o sofrimento como algo natural, com o qual não nos identificamos. O que interessa para o budismo é podermos olhar para essa experiência convencional como limitada, e compreendendo-a podermos superá-la. Mais adiante detalharemos a questão da experiência convencional e do sofrimento relacionando-os com o cultivo da ética.

1.6) Cognição e Percepções Ilusórias

[...] Certa vez um homem foi ferido por uma seta envenenada. Os amigos correram a buscar um médico, mas o ferido disse que só consentiria que lhe extraíssem a seta e o tratassem depois de lhe explicarem quem atirou a seta, com que arco ela foi lançada, qual a sua forma, etc. Que terá acontecido a ele? Certamente há de ter morrido antes de ver esclarecidas suas dúvidas.

(OS PROBLEMAS METAFÍSICOS, Buda Sakiamuni)

Ao se tratar do tema da ação ética, introduz-se também a noção de que alguns tipos de conhecimento ou reflexão conduzem a uma abertura na experiência (expandindo as possibilidades de ação no mundo) e outros que conduzem a um fechamento sobre si mesmo (limitando as relações). Na verdade, o que garante a ampliação da reflexão não é propriamente o seu “tipo” ou classificação, mas sua habilidade e potência em estabelecer diálogos e conexões entre mundos. A reflexão não é “ampliadora” em si mesma, é preciso sempre considerar o contexto onde ela se sustenta e atua. E para criar essa “terra comum” o primeiro passo é estabelecer uma “linguagem” ou uma base para o diálogo. A função deste primeiro capítulo tem sido essa, deixar claro de que lugar afirmamos e problematizamos os temas deste trabalho. A partir de quais pontos tentamos estabelecer um diálogo com os estudos da produção de subjetividade? Não para justificar um conjunto de certezas, mas para ampliar nossas perspectivas de convivência.

Dentro deste campo problemático está, por exemplo, a discussão metafísica da existência ou não dos fenômenos. Discussão de grande importância ao se tratar (pelas abordagens utilizadas) do tema da ética: quando se considera que somente

as “próprias” concepções e práticas são válidas, existentes ou verdadeiras não será possível a inclusão de outros em um diálogo transformador.

A resposta budista para isso é que se, uma coisa é comprovável através da experiência ou da percepção em qualquer nível de cognição, esse é um critério para que ela exista. De modo inverso, qualquer evento ou coisa que não seja comprovável por meio da experiência ou percepção não pode ser considerado existente. (DALAI LAMA, 2006c, p. 125)

Para o budismo, então, os termos “existe” e “não-existe” deixam de ser contrários para serem abordados como complementares. Desta forma, tira-se o foco de um crivo externo que determinaria a existência de um objeto como algo dado ou como uma “abstração constituinte de nossa existência”, evitando que se caia no mero julgamento moral dos objetos e fenômenos, voltando a reflexão para a experiência. Se alguém diz ver um unicórnio, esse ser existe nesta experiência de mundo. Negar isso seria estabelecer bases para um diálogo? Este unicórnio existe ou não no mundo que esse alguém percebe?

Pode-se afirmar, neste contexto, que como experiência o unicórnio existe, mas, simultaneamente pode-se também afirmar que, como fenômeno em si, como existência inerente, ele não existe. O unicórnio existe dentro de um universo cognitivo, dependendo de causas, condições e propriedades que lhe dão sustentação, mas não existe como realidade última e estável. Os fenômenos e os objetos são, por essa abordagem, vazios de existência inerente ou de qualidades intrínsecas⁵ (Padma Samten, 2006a).

Mas, segundo S.S. o Dalai Lama (2000a, 2002, 2006a, 2006c) e o Lama Padma Samten (2001), não basta determinar simplesmente se um fenômeno existe ou não, pois a origem da confusão e do sofrimento se encontra exatamente nos equívocos de percepção. O problema propriamente não está em determinar se algo existe ou não, e sim, em como esse algo existe, como o concebemos.

Estes equívocos se referem, por exemplo, à atribuição de qualidades imutáveis e permanentes às experiências convencionais, quando na verdade, jamais alguém experimentou algo que fosse eterno. E essas qualidades, que muitas vezes resumem a existência de um fenômeno ou acontecimento a um ponto de vista, normalmente suscitam em nós, sentimentos com relação a gostar e não gostar, e logo iremos operar no mundo, mobilizando nossa energia para lutar pelas coisas que

⁵ O tema da ausência de existência inerente ou a *vacuidade* dos fenômenos será melhor abordado mais adiante.

gostamos e passamos a desejar, e a nos afastarmos das coisas que não gostamos, daquelas que temos aversão.

Esta análise de validade de um sistema, segundo o budismo, precisa ser criteriosa e ser conduzida de forma apropriada para que revele se há alguma contradição entre a percepção e as inferências diretas (Dalai Lama, 2002). Uma cognição válida de forma geral é aquela não condicionada ou limitada por pontos-de-vista e preconceitos, e que não expressa contradição entre as inferências e a percepção de um fenômeno. Ao contrário de uma cognição válida, em nossa vida cotidiana não atribuímos qualidades aos outros e nos relacionamos com esse outro como se sua existência se limitasse a essas qualidades? Consideramos alguém chato e o evitamos ou nos incomodamos com sua presença, neste caso não estamos nos relacionando como se o outro essencialmente fosse a qualidade “chato”?

Se uma pessoa está com icterícia, ela pode ver em amarelo até mesmo um objeto branco como uma concha [...]. Se uma pessoa vê uma corda em espiral ao cair da noite numa área em que há cobras venenosas, ela pode percebê-la como uma cobra; neste caso, a condição da ilusão é tanto interna (isto é, o medo da pessoa pelas cobras) quanto externa (isto é, na configuração da corda e na baixa luminosidade). (DALAI LAMA, 2006a, p. 167)

Neste contexto, o maior problema relacionado às percepções ilusórias é a crença em um “eu” independente e em uma existência inerente e permanente dos fenômenos (Dalai Lama, 2006a). O conhecimento que advém das percepções equivocadas é conseqüentemente de mesma natureza, ou seja, também equivocado. O modo como nos inserimos no mundo (agindo) depende inexoravelmente da natureza da percepção. Se nos percebemos como independentes e imutáveis limitamos as possibilidades de relação a um ponto de vista restrito.

1.7) Mente e Classes de fenômenos

Criei para mim, fausto de um opróbrio, uma pompa de dor e de apagamento. Não fiz da minha dor um poema, fiz dela, porém, um cortejo. E da janela para mim contemplo, espantado, os ocasos roxos, os crepúsculos vagos de dores sem razão, onde passam, nos cerimoniais do meu descaminho, os perigos, os fardos, os falhanços da minha incompetência nativa para existir [...].

(LIVRO DO DESASSOSSEGO, Fernando Pessoa)

Quando se fala de *mente*, normalmente a tratamos “como um bloco homogêneo” (Dalai Lama, 2006a, p.120), entretanto para o budismo, ela é formada por uma grande quantidade de estados mentais. Existem os estados chamados de cognitivos (como o raciocínio, a atenção, a memória, a crença); os estados chamados de afetivos, que são as emoções e sentimentos experimentados; e há ainda, segundo S.S. o Dalai Lama (2006a), outra categoria que engloba estados mentais que funcionam como se motivassem a ação, tais como medo, ódio, desejo, entre outros.

Mente em tibetano é *lo*, que abrange as noções de consciência e de percepção e, ao mesmo tempo, de sentimento e emoção, o que reflete a compreensão de que emoções e pensamentos não podem vir separados. Em tibetano, até mesmo a percepção de uma característica como a cor tem uma dimensão afetiva. Também não existe uma idéia de pura sensação sem uma experiência cognitiva correspondente. (DALAI LAMA, 2000a, p. 42)

Por que falar de “mente”, quando nosso tema é a ética? Porque a experiência de estados mentais que limitam a percepção de mundo a uma identidade inerente é um grande obstáculo à avaliação das conseqüências de nossas ações em nossa rede de convivência. Se experimentamos um mundo onde prevalecem, por exemplo, emoções e pensamentos auto-centrados em um sujeito independente, dificilmente se conseguirá estabelecer relações que não sejam conflituosas, pois cada um estará mais preocupado em defender o seu mundo-próprio.

Duas características definem a mente como tal: luminosidade (clareza) e conhecimento (cognição).

Clareza aqui se refere à capacidade dos estados mentais de revelar ou refletir. Conhecimento, em contraste, se refere à faculdade dos estados mentais de perceber ou apreender o que aparece. Todos os fenômenos possuidores destas qualidades são contados como mentais. (DALAI LAMA, 2006a, p. 122)

A mente neste sentido “dá nascimento” aos objetos e fenômenos e percebe esses objetos como pertencentes ao mundo habitado. Diz-se então, que a mente “ilumina seus objetos.”

Assim como na luz não existe nenhuma distinção categórica entre a iluminação e aquilo que ilumina, também na consciência não existe nenhuma diferença real entre o processo de conhecer ou cognição e aquilo que conhece ou tem cognição. (DALAI LAMA, 2006a, p. 123)

Clareza e cognição são sempre em relação aos fenômenos. Ter clareza é “fazer surgir”, mas o que surge não necessariamente está em foco, embora o termo possa carregar implicitamente este sentido. Fazemos surgir muitas coisas e não necessariamente estamos cômicos destes fenômenos.

A palavra “mente” refere-se aqui também a percepções sensoriais. De uma forma contínua, sem qualquer interrupção, há sempre algo surgindo. Quando dormimos, são os sonhos que surgem, ou surge a escuridão. Também em um espelho podem surgir coisas; assim, para diferenciar “mente” de “espelho”, devemos adicionar uma palavra, “consciência”. (BERZIN, 1991, p. 42)

Se o aspecto “clareza” faz surgir o objeto, o aspecto “consciência” tem o sentido da relação que se estabelece com esse objeto – pode-se fazer isso vendo, ouvindo, pensando, e assim por diante.

“Consciência” aqui significa lidar com o objeto ou, em certo sentido, fazer algo com o objeto, relacionar-se com ele de alguma forma. E fazer algo com o objeto, lidar com ele é, por exemplo, “ver” o objeto, ou ouvi-lo, ou pensá-lo, ou inferi-lo, ou saber o que ele é, ou não-saber o que ele é, ou compreendê-lo ou não compreendê-lo. (BERZIN, 1991, p. 43)

A mente engloba então, didaticamente, tanto os fenômenos físicos quanto os estados mentais. É a base onde a cognição apreende os objetos percebidos. Quando se percebe qualidades que não correspondem às condições de existência de um determinado fenômeno (como por exemplo, a existência de uma identidade inerente, uma vida independente, etc.), pode-se inferir que a cognição se constitui sobre uma base equivocada. Entretanto, esta inferência ainda é algo conceitual, é necessário então, que se criem condições para que seja incorporada à experiência de mundo.

Estas divisões entre fenômenos mentais ou físicos apontadas por S.S. o Dalai Lama (2006a), não devem ser confundidas com o “dualismo cartesiano”, que afirma a existência de duas substâncias independentes (matéria e mente). Na verdade, esta divisão diz respeito somente a aspectos distintos (mas não separados) do modo como experimentamos o mundo que habitamos.

1.8) Budismo e o olhar-objeto

Temos medido o valor do mundo de acordo com as categorias que se relacionam com um mundo puramente fictício.
(VONTADE DE POTÊNCIA, Nietzsche)

Após tratarmos daquilo que seria uma cognição válida para o budismo (percepção que ultrapassa a limitação de se experimentar os fenômenos como existências inerentes e independentes), abordaremos o tema dos processos cognitivos propriamente ditos. O Lama Padma Samten dedica alguns capítulos de seu livro *A Jóia dos Desejos (2001)*, para analisar os processos cognitivos ou os processos através do qual damos nascimento aos objetos a partir de nossa prática convencional no mundo.

É simples: a prisão se estabelece como um mecanismo que, sem que se perceba, direciona nossa energia interna e assim produz nossas atitudes. Se tememos uma pessoa ou uma situação, não adianta decidir não ter mais medo. O medo vem e não avisa. Vem sem pedir licença. A perda de liberdade se dá em um nível sutil, está além da racionalidade e é automática. (PADMA SAMTEN, 2001, p. 31)

Conta-se na Índia, a história de uma tartaruga que caminhando lentamente por um campo encontrou dois gansos que eram seus amigos de longa data. Os gansos convidaram a tartaruga para conhecer a magnífica caverna em que moravam, no alto do Himalaia. Ela no início negou o convite ironicamente, dizendo que não pode ir andando e que não sabe voar. Um dos gansos teve uma idéia para levar a tartaruga até o alto da imensa montanha, e lhe perguntou se ela conseguiria manter a boca fechada presa em um galho. Ela seria levada segurando-se com a boca, enquanto os gansos prendiam cada ponta do galho em seus bicos. A tartaruga gostou da idéia e concordou em viajar dessa forma. Partiram então, imediatamente. Entretanto, ao sobrevoarem uma grande cidade chamada Benares, foram avistados por um grupo de crianças que brincava alegremente no terraço de uma casa. As

crianças começaram a rir e a gritar que era muito estranho, uma tartaruga ser carregada por dois gansos. Ao ouvir o que as crianças gritavam, a tartaruga se inquietou e logo começou a sentir raiva. Não demorou muito para que a raiva se transformasse em palavras duras contra as crianças. Mas não conseguindo ficar com a boca fechada caiu daquela altura, tendo seu casco partido em muitos pedaços...⁶

Trata-se o automatismo como uma prisão porque se agindo desse modo as respostas já estão prontas, não há escolhas na responsividade, e terminamos por nos fecharmos para aquilo que não temos respostas prontas. Ao agirmos segundo essas tendências ou automatismos somos escravizados por nossa própria visão de mundo, e certamente experimentamos suas conseqüências e quebramos inúmeras vezes nossos cascos.

A prisão se estabelece pela tendência, criada em nível sutil, que determina o curso da imaginação e da visualização. Diferentes pessoas visualizam coisas diversas diante da mesma situação [...]. Observe que o termo “visualização” refere-se não apenas ao sentido associado à visão, mas a emoções e experiências. (PADMA SAMTEN, 2001, p. 32)

Para o budismo a visão que temos do mundo, com os objetos, as formas, as disposições e emoções correspondentes surgem dependentes dos condicionamentos da mente. A mente e o objeto são co-emergentes, e como tal, são um e mesmo fenômeno. “*O mundo externo passa a ser visto como uma experiência inseparável dos aspectos profundos de nossa mente.*” (Padma Samten, 2001, p. 33)

Os automatismos falam, portanto, das emoções e pensamentos que surgem como respostas automáticas às situações e também dos objetos e fenômenos que povoam as experiências.

Esta prisão que é a incapacidade de ver além dos nossos condicionamentos, denomina-se no budismo de “obstrução mental” ou “estruturas cármicas”. Quando os fenômenos surgem nestes mundos condicionados pelos automatismos, surge também um observador que se relaciona com o mundo de forma limitada, pois existe um número finito de objetos independentes (e impermanentes) que ele pode perceber. E é nesse mundo limitado que as identidades ou as qualidades que atribuímos aos fenômenos têm seu nascimento. É importante ressaltar que o nascimento tratado aqui, não se limita ao nascimento de um corpo físico, mas de

⁶ KHAN, Noor Inayat; Contos Jataka. – São Paulo: Odysseus Editora, 2003.

uma identidade inserida no mundo. Segundo Lama Samten (2006b), de um modo geral, perdemos a dimensão de como o processo ocorre porque o automatismo não permite que a mente se volte sobre si mesma. Não há o espaço reflexivo nas experiências convencionais, pois se está imerso em uma atividade incessante e condicionada.

Não obstante, o que na experiência convencional percebemos do mundo se limita aos sentidos físicos, ou melhor, à forma como aprendemos (em todas as atividades cotidianas) a usar os sentidos para estabelecer relações com o mundo. Logo, se o que percebemos é limitado pelos automatismos, e agimos a partir desse mundo condicionado, nossa possibilidade de ação também se torna condicionada.

Os automatismos (ou estruturas cármicas) são um nível de relação com o mundo percebido. Para o budismo, essas predisposições são geradas a partir de experiências passadas, nas quais a mente constrói e tenta sustentar formas estáveis de relação com o mundo (felicidade)⁷. Mas o faz tomando como referencial um ponto de vista que se acredita estável e independente. E se os referenciais considerados são imutáveis qualquer transformação do mundo depende da manipulação ou reorganização de elementos externos. O *carma* é então, esse conjunto de respostas automáticas e recorrentes que se manifestam nas experiências convencionais, como formas limitadas de sustentação da identidade e de relação com o mundo. Diante da recorrência de práticas o mundo ganha solidez, até o ponto onde dizemos: “Eu sou isso!”⁸

As estruturas *cármicas* acabam por direcionar a energia de ação, a forma como vamos nos relacionar com o mundo. Quando surge essa energia nos impulsionando em uma determinada direção, cremos comumente que obedecê-la é exercer nossa liberdade. Confunde-se vontade (ou querer algo) com liberdade.⁹

O que buscamos quando defendemos com tanto afincamento uma identidade fixa? Se a identidade é uma forma de relacionarmos com o mundo e tomamos essa identidade como algo imutável, pode-se deduzir que buscamos formas de relações estáveis, estados que sejam continuamente favoráveis às nossas condições de existência atuais. O budismo entende essa aspiração como uma busca contínua de uma felicidade duradoura e pelo fim do sofrimento. A forma como em nossa

⁷ Trataremos melhor este tema no último capítulo, a partir da afirmação de S.S. o Dalai Lama de que todos os seres buscam a felicidade e se livrar do sofrimento.

⁸ Padma Samten, *Psicologia Budista*, ensinamento proferido em Vitória/ES, 02/11/2005.

⁹ Idem.

experiência convencional buscamos essa felicidade permanente está fadada a um ciclo de nascimento e morte, pois o que tomamos como permanente acaba por se expressar como impermanente, nos perdemos então, em uma operação sem fim. Não é muito incomum que o processo seja permeado por estados de depressão, de insatisfação, de culpabilização, enfim, saltamos de objeto em objeto em busca de uma condição favorável, onde as relações poderão ser vividas de forma estável. Enquanto não encontramos tal condição, o carma é gerado constantemente, e o automatismo gera uma tendência maior à repetição do processo de resposta, como a chuva ao cair em um terreno, vai deixando marcas, de modo que a tendência das próximas chuvas é escorrer pelas marcas deixadas no solo pela anterior. À medida que agimos nos acostumamos, até o momento em que os elementos desse tipo de ação passam a povoar nosso pensamento e emoções.

As ações que reduzem a experiência aos automatismos são denominadas de “*contaminação mental*”. Didaticamente, o Lama Padma Samten (2001), refere-se a essas ações como sendo de três tipos, embora constituam um só e mesmo processo de dar um nascimento concreto e independente aos objetos.

A primeira forma de contaminação ou automatismo ocorre quando tomamos os objetos como dados, com uma realidade preexistente e independente de nós. Quando temos contato com um livro não nos questionamos, por exemplo, se o livro é livro para todos, independente de quem o experimenta, tomamos o objeto como preexistente à nossa experiência. Mas o que é um livro para uma traça a não ser abrigo e comida? E para um índio que nunca teve nenhum tipo de contato com esse objeto?

O segundo tipo de contaminação é a ação de “*atribuir uma realidade concreta, imediata, sem esforço, a objetos abstratos*” (Padma Samten, 2001, p. 40). Quando vamos ao cinema, por exemplo, normalmente quando assistimos a um filme dramático saímos altivos e tristes, se assistimos a um filme de comédia saímos sorridentes, embora saibamos que tudo aquilo não passa de projeção de luz. O “mocinho” não morre de fato no final, mas isso não nos tira o ímpeto de muitas vezes querer salvá-lo. O mesmo acontece quando olhamos fotos antigas e fitamos o rosto das pessoas que temos apreço e que há muito não vemos, logo nos vem a saudade. Ou nos emocionamos quando ouvimos uma música que gostamos ou quando revemos o jogo que sagrou nosso time campeão. Os exemplos são inúmeros de como tomamos abstrações por objetos concretos.

A terceira forma acontece quando atribuímos qualidade às coisas e consideramos sua existência a partir dessa qualidade.

Todas as características que podem ser encontradas em objetos, nomeadas ou classificadas, são o resultado desse tipo de simplificação: a crença em que o objeto pode revelar características próprias. Em nenhum momento consideramos que qualquer característica é apenas uma espécie de interpretação automática de um processo de relação. Essa atitude está na base da linguagem, que só existe na crença da separação entre objeto e observador. É assim que tudo é descrito e pensado. (PADMA SAMTEN, 2001, p. 41)

Quando, por exemplo, dizemos que uma pessoa é tímida, provavelmente nossa relação com ela será embasada nesse “conhecimento prévio” de sua existência. Mas não obstante, podemos nos deparar com essa mesma pessoa se relacionando de forma bem desinibida em outro contexto; e mesmo diante dessa constatação podemos ainda afirmar que a timidez é uma qualidade que pode definir a existência daquela pessoa? A qualidade faz parte da pessoa que a expressa ou de uma determinada situação?

As práticas clínicas ou de diagnóstico, as intervenções político-sociais, as ações cotidianas que se limitam a tratar as qualidades desviantes expressam exatamente este tipo de automatismo. Trata-se a depressão, hiperatividade, agressividade, alcoolismo, conflitos familiares, destruição do meio ambiente, etc., como se as qualidades ou as classificações expressassem a perfeita essência do objeto que teoricamente necessita de intervenção, de outra maneira. Termina-se por limitar a experiência destes fenômenos aos nomes que lhes são atribuídos, como se sua existência não dependesse de outros fenômenos e do contexto onde surge. Esta é a forma mais sutil de automatismo, pois já está implícita em sua efetivação a distinção entre sujeito e objeto. Ao atribuímos características ao objeto e definirmos sua existência por essa característica, dividimos o mundo em “eu” e “outro”, como se tanto um quanto o outro tivessem uma essência inerente e independente.

Esse surgimento da noção de objeto coincide com a maneira como nos relacionamos com o mundo. Neste sentido, literalmente damos nascimento aos objetos e aos outros, compondo assim o mundo no qual agimos e nos relacionamos. Se os objetos por ventura são concebidos de maneira limitada, ou seja, independentes e com essência ou existência inerente, não é difícil imaginar que as relações se darão também de forma limitada. Se os objetos surgem em virtude de

automatismos, relações limitadas também surgirão. Dar nascimento aos objetos é uma forma de nos relacionarmos com o mundo.

Assim, as ações contaminadas constituem (também didaticamente) quatro tipos relações com os objetos:

A primeira forma refere-se à ação de relacionar-se com os objetos como se eles fossem possuidores de uma essência independente do olhar que lhe dá nascimento. O objetivo não é negar a existência daquilo que se experimenta, mas o problema se localiza exatamente no fato de encararmos os objetos como se possuíssem uma existência intrínseca, e não como se dependessem de certas condições. Nesse sentido, o objeto existe, mas dentro de certo contexto, embora comumente o tomemos como dado.

As verdades relativas são todas contextuais: são válidas, inequívocas, úteis, corretas e verificáveis experimentalmente. Mas sempre dentro de limites de validade, sob a defesa dos pressupostos que lhes dão esse sentido de verdade palpável. (PADMA SAMTEN, 2001, p. 43)

A segunda forma de relação ocorre quando lidamos (automaticamente) com uma mudança no ambiente como se fosse uma característica do objeto; com o sol, por exemplo, quando ele está se pondo dizemos que está alaranjado, quando alcança o zênite, dizemos que é amarelo etc. Não foi o sol que mudou sua constituição, mas apenas compõe outro cenário. Assim também, atribuímos qualidades diferentes aos outros, quando muda o contexto da relação. Em uma situação consideramos uma determinada pessoa “carinhosa”, e em outra situação onde queremos, por exemplo, estar sozinho, consideramos essa mesma pessoa “chata”. Acaba-se por tomar uma mudança na relação como uma característica intrínseca à existência desse outro. Esta forma de relação pode ser pensada tanto para as qualidades que atribuímos aos objetos concretos ou abstratos, quanto às pessoas ou situações.

Ao fitarmos um objeto, parece que não tocamos nele. Parece que não há interação, parece que o objeto é independente e que existe por si mesmo. Suas características, no entanto, são relacionais: elas surgem da perturbação que será interpretada por nós, de forma automática, como as características do objeto. (PADMA SAMTEN, 2001, p. 43)

A terceira forma de relação convencional é regida por uma predisposição de encontrar certos objetos dentro de certos contextos. Geralmente reconhecemos o que está dentro de nossos referenciais.

Podemos tocar em um objeto através da predisposição mental consciente ou inconsciente de encontrá-lo. Isso se manifesta especialmente no contexto cognitivo reservado mentalmente e de modo prévio para o objeto ocupar. Operamos sempre com quadros referenciais, e o objeto é discriminado por sua localização dentro do quadro escolhido consciente ou inconscientemente. (PADMA SAMTEN, 2001, p. 44)

A partir desse tipo de referencial nos relacionamos com o mundo ao nosso redor, e nossa conduta, comumente, se dá a partir desses referenciais construídos e provisórios, e acabamos por experimentá-los como se fossem eternamente estáveis. Aprendemos a agir em nossa casa como um pai (mas quantas vezes ser pai não basta?), no trabalho como um profissional (mas quantas vezes não precisamos estar além das descrições funcionais que delimitam uma profissão?), como se essas fossem as únicas formas que temos para nos relacionarmos com os outros naquele determinado contexto, mas não é muito incomum que a própria situação nos exija uma ação que não estava prevista.

A quarta forma se refere à rigidez das relações que acabam por se restringir a um nome, uma qualidade ou um conceito. Quando damos nomes aos objetos (conceitos separativos), transmitimos essa forma de ver (objeto separado e limitado por qualidades) para aqueles que nos ouvem. Se alguém nos diz que uma determinada pessoa que estamos prestes a conhecer tem o hábito de roubar, provavelmente estaremos na presença dessa pessoa com outra atenção, bem diferente daquela que teríamos se não nos tivessem dito nada.

O objetivo de tratar a cognição por estes aspectos não é negá-la, mas analisar formas de utilizá-la, sem que a experiência de mundo seja limitada ao entendimento. A compreensão da natureza da realidade, para o budismo, não é a negação daquilo que já fazemos, mas a afirmação e a lucidez do saber como fazer e quais as conseqüências sobre nossas relações; nem tampouco é a negação de regras externas, mas um olhar amplo que não experimenta essas leis separadas do olho que vê.

Além do mundo objetivo da matéria, que a ciência é mestre em explorar, existe o mundo subjetivo dos sentimentos, emoções, pensamentos e os valores e as aspirações espirituais baseados neles. Se tratarmos este reino

como se não tivesse nenhum papel constitutivo na nossa interpretação da realidade, perderemos a riqueza da nossa própria existência e nossa interpretação ao poder ser abrangente. (DALAI LAMA, 2006a, p. 43)

Os processos cognitivos são modos como a mente dá nascimento aos objetos e as identidades, são conseqüentemente maneiras de nos relacionarmos com o mundo, como afirmamos anteriormente. Este processo de abriremos os olhos e vermos o mundo da forma como vemos e dirigir nossa conduta a partir daquilo que se percebemos, nos é tão natural que dificilmente refletimos sobre como ela se dá. As conseqüências desse tipo de limitação, de se reduzir as relações aos processos cognitivos, como se nossos problemas fossem uma questão de alcançar o entendimento correto, pode gerar efeitos devastadores, segundo o budismo.

O processo cognitivo pelo qual chegamos a dizer que alguma coisa é verdadeira de uma forma bastante simples resulta em convicção, e quantas vezes não nos surpreendemos discutindo avidamente com pessoas com quem convivemos em um embate de convicções? Quantas vezes não achamos que o outro precisa de algum tratamento terapêutico somente por que suas convicções não se assemelham as nossas? E por que haveria uma convicção superior a outra? Estes são alguns questionamentos que este tipo de abordagem pode disparar.

Essa convicção se traduz como uma linearidade da operação mental, de forma que a pessoa que está convicta de algo não vê outras possibilidades de verdades que se componham à sua – vê apenas em uma direção. (PADMA SAMTEN, 2001, p. 47)

Do ponto de vista de nossas convicções terminamos por estabelecer relações limitadas que originam o sofrimento para nós mesmos e para os outros, uma vez que o olhar que limita a ação no mundo, sempre irá operar através do impulso de excluir alguns, incluir outros e ignorar tantos outros. As convicções são as certezas que nos referíamos um pouco atrás.

As convicções são processos mais simples que a racionalidade, pois não consideram os limites de validade de uma atividade mental, não há um distanciamento crítico, ou a verificação da relação entre as inferências que se faz sobre um fenômeno e a percepção direta. Mas não podemos deixar de ressaltar que a racionalidade, por essa perspectiva, é também uma forma de cognição, mas que passa pela justificativa lógica ou pelo fim das dúvidas iniciais através de uma explicação.

A racionalidade é empregada no sentido da prática cognitiva que tem a capacidade de justificar suas próprias conclusões com base em outros elementos cognitivos assumidos como verdadeiros. (PADMA SAMTEN, 2001, p. 47)

De certa forma o processo cognitivo resulta em uma convicção, ou mais elaborada ou mais simples, e nos relacionamos convencionalmente com o mundo tomando-a como referencial para nosso agir. A partir de nossas convicções explicamos nosso agir.

Uma explicação sempre é uma proposição que reformula ou recria as observações de um fenômeno dentro de um sistema de conceitos aceitáveis para um grupo de pessoas que compartilham um critério de validação. (MATURANA; VARELA, 1995, p. 70)

A convicção é *“a consequência final da prática das três contaminações e das quatro formas de relação”* (Padma Samten, 2001, p. 48).

Quando um elemento cognitivo é utilizado para justificar outro, chama-se de convicção racional; quando afirmamos algo como verdadeiro ou falso se constitui uma convicção abstrata; quando temos uma convicção que se embasa na linguagem é chamada de implícita. E embora se faça essa categorização didática, todos os tipos constituem aquilo que o budismo denomina de *avydia (ignorância)*, que na verdade poderíamos relacionar como um quarto tipo, a convicção envolvente. Esta última, *“[...] opera incessantemente, apresentando um mundo que vemos como preexistente, externo e inteiramente independente de nós”* (Padma Samten, 2001, p. 49).

Quando temos convicção sobre algo, não somente os nossos pensamentos são mobilizados, mas nossa energia e nosso corpo. Em nossa experiência convencional agimos sem nos darmos conta do papel dessas convicções funcionando como referenciais - havendo ou não outros elementos cognitivos que justifiquem nosso ponto de vista o processo pelo qual chegamos a operar a partir dessas convicções. Não temos espaço ou distanciamento em nossa ação para compreender o que de fato a guia; o automatismo de certa forma nos cega, e ao vermos de uma maneira convicta, deixamos de ver o que não está no âmbito desta convicção.

Mesmo o processo cognitivo racional, ou seja, o racionalismo, que tem por característica justificar inteiramente suas conclusões, depende da indução para operar. Na indução, adquire-se convicção sobre algo e atribuem-se

significados de forma arbitrária e condicionada. Isso significa que mesmo o pensamento racional está inevitavelmente ligado a etapas escuras indutivas, onde não há visão. Sem essas etapas escuras, o pensamento racional não seria possível. (PADMA SAMTEN, 2001, p. 50)

As convicções se apresentam em nossas vidas cotidianas como dois tipos de “verdade”: uma verdade objetiva que se imagina poder medir, como a ciência muitas vezes o faz; e a verdade que não passa pelo processo de validação através de outros argumentos cognitivos, é algo que se acredita como óbvia e não necessita de qualquer reflexão a respeito.

A partir dessas formas de contaminação e relação afirmamos que algo existe ou não existe, pois ao atribuímos propriedades e qualidades aos objetos lhes damos nascimento em nosso mundo. Por essa razão afirmamos que importa mais nesta análise o que sustenta o “existir” ou o “não-existir” (item anterior) do que propriamente estagnar a discussão nesta constatação. Os objetos concretos ou abstratos referem-se ao universo cognitivo da experiência, assim como acontece com os conceitos, pois todos eles têm sua existência sustentada por características ou qualidades, o que no budismo é nomeado de *discriminação mental*.

Um objeto concreto é algo que existe convencionalmente no âmbito gerador das três contaminações e das quatro formas de relação. Mas, uma vez assumida sua existência, uma vez nomeado, uma vez reconhecido em suas propriedades, descobre-se que o objeto é também não-existente, já que repousa inteiramente nas propriedades que lhe dão existência e, portanto, em um universo cognitivo (em contínua mutação) e não em um universo eternalista, supostamente estável. (PADMA SAMTEN, 2001, p. 51)

1.9) Experiência convencional e inteligências condicionadas

Vivemos com a mesma inconsciência que os animais [...], e se antecipamos a morte, que é de se supor, sem que seja certo, que eles não antecipam, antecipamo-la através de tantos esquecimentos, de tantas distrações e desvios, que mal podemos dizer que pensamos nela. [...] A nossa diferença deles consiste no pormenor puramente externo de falarmos e escrevermos, de termos inteligência abstrata para nos distrairmos de a ter concreta, e de imaginar coisas impossíveis. [...] O falar e escrever nada fazem de novo no nosso instinto primordial de viver sem saber como. A nossa inteligência abstracta não serve senão para fazer sistemas, ou idéias meio-sistemas, do que nos animais é estar ao sol. A nossa imaginação do impossível não é porventura própria, pois já vi gatos olhar para a lua, e não sei se não a quereriam.

(LIVRO DO DESASSOSSEGO, Fernando Pessoa)

O grande problema em nossa vida cotidiana é que qualquer ação se torna condicionada por essas etapas descritas anteriormente. S. S. o Dalai Lama, costuma afirmar que todos os seres aspiram à felicidade e a se livrar do sofrimento, mas na maioria das vezes agimos como se estivéssemos à mercê dos acontecimentos. Ao invés de agir no mundo, não percebemos que apenas reagimos com apego e aversão às situações que atravessamos. A felicidade que perseguimos com tanto afincamento acaba, no entanto, nos conduzindo a experiências de enorme insatisfação, e como o foco de nossa atenção pula de objeto em objeto, nossas emoções oscilam muito. Este contexto constituído por uma visão dual da realidade é chamada de *experiência cíclica*, ou em sânscrito, *samsara*.

Toda distinção entre sujeito e objeto não se mantém por muito tempo, ela nasce, se sustenta por um tempo, entra em decrepitude e morre, o que pode ser constatado nas experiências convencionais, seja na experiência de um objeto externo, de uma emoção, de um sentimento ou de um pensamento.

Foi-nos ensinado que as experiências do cotidiano são reais e verdadeiras, e é isso o que supomos; portanto, quando alguma coisa difícil acontece, nós sofremos. Também foi-nos ensinado que os sonhos são uma ilusão; portanto, tendemos a sofrer menos com nossos pesadelos do que com os acontecimentos da vida cotidiana. O mundo do sonho vem e vai, é claramente impermanente e, portanto, pensamos que não é real. Entretanto, o mesmo é verdade em relação à realidade do nosso cotidiano. Ela, igualmente é impermanente. A única diferença entre eles é o seu tempo de duração. (CHAGDUD RINPOCHE, 2003, p. 35)

Então, segundo o budismo, agimos dentro do *samsara* geridos pelo carma e estabelecendo relações limitadas conosco mesmo, com os outros, com o meio ambiente e com a humanidade.

Conosco mesmo porque nossa ação está limitada pelas estruturas internas de automatismo, e assim, acabamos por fazer coisas que sabemos que são contra nós, por exemplo, sabe-se que fumar traz prejuízos enormes para a saúde, e mesmo assim, fuma-se.

Com relação aos outros, defendendo um ponto de vista, ou uma convicção, criamos grupos de pessoas que se afinam mais ou menos conosco, e agimos de forma diferenciada com cada um desses grupos, alguns “eu gosto”, outros “eu não gosto” e outros “ignoro”.

Com o meio ambiente, por considerarmos que o mundo que nos rodeia existe separado de nós mesmos, tratamos um rio por “recurso hídrico”, um minério como recurso não-renovável, e assim por diante, como se tivéssemos o controle sobre tudo o que é externo a nós, podendo manipular esses elementos de acordo com o nosso único e estreito interesse.

Com a humanidade por tratarmos nossas formas de organização social, como o Estado, por exemplo, como fonte de satisfação de interesses próprios; é inegável que essa dimensão coletiva poderia nos ajudar muito no cuidado de nossas relações se não a utilizássemos da maneira como o fazemos (Padma Samten, 2006b).

Podemos ter em nossas práticas profissionais a incrível habilidade de produzir eloqüentes e extensas análises verbais sobre nossa experiência de mundo e sobre a suposta experiência dos outros, mas quando nos deparamos com os nossos sentimentos e com as emoções que brotam de nossa percepção de mundo é como se estivéssemos tateando objetos desconhecidos em uma sala escura. Por exemplo, fala-se dos efeitos da violência na produção de subjetividade, mas torna-se ao mesmo tempo, extremamente difícil não ser violento com quem possui um ponto de vista diferente do nosso - prontamente nos colocamos a justificar a seqüência e o conteúdo de nossas idéias diante do nosso “opositor”. Nesse sentido, este diálogo com o budismo pode contribuir oferecendo métodos de análise da experiência que não se limitam à análise verbal, mas que intencionam ultrapassar, e não negar, os automatismos e a responsividade diante do mundo percebido.

Em resumo, as formas de relação sustentadas por uma identidade independente do mundo, são limitadas pelos automatismos – e são negativas pois, terminam por excluir do convívio um número incontável de seres, produzindo sofrimento para nós mesmos, para os outros, para a humanidade e para o meio ambiente. No samsara é o carma que dirige nossas ações, mesmo contra nossa

vontade. O carma é o obstáculo ao estabelecimento de relações positivas e lúcidas, e esse obstáculo, segundo o budismo é expresso por doze etapas ou doze elos da originação interdependente (tema que será abordado no terceiro capítulo).

CAPÍTULO 2

A MENTE INCORPORADA: O MUNDO QUE NASCE DA AÇÃO

2.1) Conhecimento intencional e incorporação

Buscava, ainda que de forma errônea, a origem do Mal. E não percebia o mal que havia na própria busca. Obrigava a passar, ante meu espírito, todas as criaturas, tudo o que nelas podemos ver, como a terra, o mar, o ar, as estrelas, as árvores e os animais sujeitos à morte, bem como aquilo que não vemos nela, como o firmamento do céu, todos os anjos e todos os espíritos celestes. Mas, como se estes últimos fossem corpóreos, a minha imaginação colocou-os a uns nuns lugares, a outros noutros.

Fiz da vossa criação uma única e imensa massa, diferenciada em diversos corpos [...]. Eu a supus não com a sua própria grandeza, porque a não podia saber, mas com a que me agradou, porém limitada de todos os lados.

(CONFISSÕES, Santo Agostinho)

Pretendemos apresentar o tema da ética não como uma “teoria” sobre o comportamento humano em sociedade, mas como uma forma operativa de co-gestão da vida no planeta e como possibilidade de estabelecermos diálogos efetivamente transformadores de nossas práticas cotidianas. Perspectiva essa, que em nosso entendimento desloca o foco analítico dos “sujeitos independentes e racionais” - com suas qualidades inerentes - para o âmbito das relações que estabelecemos com os outros (e em última instância com o mundo que criamos ao estabelecermos tais relações) e para a avaliação dos efeitos de nossas práticas cotidianas.

Não obstante, este tipo de problematização só faz sentido se a localizamos nos limites da diferenciação entre um juízo moral e uma ética. Dentro destes limites então, este tipo de deslocamento permitiria, uma operação analítica que escapa do círculo infundável da culpabilização/responsabilização resultante de um juízo moral crítico e impositivo. Ao invés de se trabalhar com uma argumentação especulativa - que se esforça por construir princípios impositivos (definindo abstratamente quais ações são certas, quais são as erradas, o que é justo, o que é injusto, o que é do bem e o que é do mal, etc.) se opera com a possibilidade de uma avaliação contínua das conseqüências de nossas ações *“baseada na co-implicação ativa de uma tradição que identifique o que é o bem”* (Varela, 1995, p.13).

Segundo Varela (1995), muito se confunde juízo moral e ação ética, pois a diferenciação comumente reflete apenas uma perspectiva geral, certo modo de se tratar a questão dentro de um campo problemático da tradição filosófica ocidental - deixando-se de lado a maneira como experimentamos nossa vida cotidiana. De outra forma, podemos apresentar o problema nos seguintes termos: uma ação moral deriva inegavelmente de um juízo, pois é necessário que se considere um “sujeito” *a priori*, já constituído e independente (que na verdade já age ao julgar) que pode julgar entre condutas consideradas como certas e erradas. Já uma ação ética não deriva desses raciocínios que se “antecipariam” à ação propriamente dita, [...] *mas de um confronto imediato*¹⁰ com o que nos sobrevêm. Podemos apenas dizer que realizamos estas ações porque a própria situação as faz emergir do nosso íntimo. (Varela, 1995, p.13). O juízo moral trata, segundo Varela (1995), de uma ponderação ou um julgamento que toma como referência somente regras externas. A ação ética ao contrário, trata de uma destreza da ação (de um “saber-fazer” incorporado) e de uma habilidade em vivenciar princípios mesmo diante da variabilidade das situações experimentadas.

2.2) Sobre a competência ética

[...] Se um povo perece e vai ao fundo, se ele se degenera fisiologicamente, então seguem daí o luxo e o vício (isto é, a necessidade de estímulos cada vez mais intensos e cada vez mais freqüentes, tal como os conhece toda e qualquer natureza extenuada). Este homem jovem empalidece e murcha precocemente. Seus amigos dizem: tal ou tal doença é a causa. Eu digo: o fato de ele ter adoecido, o fato de não ter se oposto à doença, foi justamente o efeito de uma vida empobrecida, de uma extenuação hereditária.

(O CREPÚSCULO DOS ÍDOLOS, Nietzsche)

Varela toma como ponto de partida para seu livro *Sobre a competência ética* (1995) as contribuições de três tradições antigas (não-ocidentais) para se pensar o

¹⁰ Talvez “*confronto imediato*” não seja uma boa tradução para o termo em inglês “*Immediate coping*”, a tradução em espanhol - *respuesta inmediata* – se mostra no caso, mais adequada à problematização do autor, embora ainda não compreenda o amplo sentido proposto. Resposta (*respuesta*) ainda implica ações sequenciais, e como se trata aqui de uma perspectiva que considera a noção de ‘co-emergência’, a ação é a própria atualização de modelos ou princípios de ação. Em todo caso, trataremos aqui, esse “poder com/ enfrentar imediato” por “ação imediata”. Varela enfatiza a noção de “ação imediata” para situações onde a aplicação simples de um repertório acumulado de modelos de ação não se mostra adequada ao contexto. A “ação imediata”, então, significa a habilidade de lidar com situações onde os modelos (externos) de ação não dão conta e o contexto exige uma resposta imediata e pertinente. Os modelos são como veremos mais adiante apenas orientações para a ação, mas não sua única dimensão – a orientação deve estar em consonância com o contexto. A competência ética se refere exatamente a essa habilidade: agir no mundo segundo a razão sem perder de vista nossa constituição coletiva.

que seria uma ação ética (ou nos termos destas tradições o que seria uma ação virtuosa); são elas o confucionismo, o taoísmo e o budismo. Dada a proposta inicial deste trabalho trataremos apenas da última e suas contribuições relativas à experiência ética. Para esta tradição as ações cotidianas atualizam princípios constituídos historicamente, e que podem tratar de um saber sobre nossa convivência ou da possibilidade de sustentação e expansão das relações sociais. Quando se experimenta a efetivação desses princípios diante da transformação constante dos contextos, tem-se então, um comportamento ético. Segue-se daí, segundo Varela (1995), que uma pessoa age eticamente quando ela *“conhece o que é o bem e o põe espontaneamente em prática”* (p.14).

Se, ao caminharmos tranquilamente pela rua, ouvimos o ruído de um acidente, a reação imediata será ver se podemos prestar ajuda. [...] Acções como esta não derivam de juízos ou de raciocínios, mas de um confronto imediato com os acontecimentos que nos sobrevêm. [...] A tendência é contrapor a estes difusos modos de ser éticos situações em que se faz a experiência de um “eu central” como causa de acções deliberadas, voluntárias. Por exemplo, ao ler o jornal e dando-se conta da gravidade da guerra civil da Jugoslávia, recorre-se a um amigo para unir esforços em vista da realização de uma campanha de ajuda às vítimas. [...] Nestes tipos de conduta, sentimos que a acção é “nossa”, que existe um motivo para a levar a cabo, já que esperamos obter um certo resultado. (VARELA, 1995, p.15)

Quando a ação deriva de um juízo ou de uma ponderação desses princípios temos um juízo moral, há neste caso uma hesitação no agir, como se nos situássemos em um terreno desconhecido e tivéssemos tempo para explorá-lo. A afirmação que sustenta o problema é que o comportamento ético se expressa em nosso fazer cotidiano pela atualização de princípios que temos já incorporados à nossa existência e de forma apropriada ao contexto. Em contraponto com outras perspectivas que tomam a questão da ética como um longo exercício reflexivo sobre certo tema e como uma racionalidade que tem como resultado a ação “certa” de um determinado sujeito em qualquer contexto.

Na atualização de um princípio que deriva de uma ponderação, termina-se normalmente, por apoiar a operação em um ponto-de-vista de alguém que pensa e julga, para depois agir - como se houvesse de fato e de direito um “eu” independente que precisa se posicionar antes de agir. Esse “eu” independente age de acordo com

o efeito desta ponderação, ou seja, ele sabe o que “deve ser feito” (*know-what*¹¹), mas falta-lhe a habilidade para experimentá-lo em um mundo impermanente.

Já em uma ação ética, Varela (1995) afirma que há um conhecimento que está “encarnado” ou “incorporado” sobre a forma como se deve agir, uma habilidade em aplicar princípios, mesmo diante da impermanência das experiências. Na verdade este conhecimento e a própria ação não se distinguem nem se separam (por isso a noção de *immediate coping*). A ação ética é a atualização do que coletivamente se conhece como “bem”. O pressuposto da ação pode aqui ser definido como um “cuidado com o outro” advindo de uma inteligência coletiva, de um saber-fazer comum que carrega consigo a noção de que só vive *con-vivendo*. Esse ‘saber como fazer’ (*know-how/ savoir-faire*), ainda é pouco considerado ao se pensar o tema da ética em nosso modo de vida contemporâneo por não derivar de uma reflexão (sobre dado tema), segundo Varela (1995).

O que tento elucidar é que não podemos, e não devemos, deixar de lado a primeira e mais difusa modalidade de comportamento ético só pelo fato de não ser ‘reflexivo’. Por que não começar por aquilo que é mais comum e ver onde tal nos conduz? Estamos assim a sublinhar aqui a diferença entre *know-how* e *know-what*, a diferença entre habilidade ou capacidade de confronto imediato (*savoir-faire*) e conhecimento intencional ou juízos racionais. (VARELA, 1995, p. 16)

2.3) Conhecer o conhecer

Depois que a experiência me ensinou que tudo o que acontece na vida ordinária é vão e fútil, e vi que tudo era para mim objeto ou causa de medo não tinha em si nada de bom nem de mau, a não ser na medida em que nos comove o ânimo, decidi, finalmente, indagar se existia algo que fosse um bem verdadeiro, capaz de comunicar-se, e que, rejeitados todos os outros, fosse o único a afetar a alma (*animus*); algo que, uma vez descoberto e adquirido, me desse para sempre o gozo de contínua e suprema felicidade.

(TRATADO DA REFORMA DA INTELIGÊNCIA, Espinosa)

Uma forma de se pensar o conhecimento muito comum dentro das ciências cognitivas é o modelo computacional, onde o processo é tratado em termos de resolução de problemas: um mundo concreto e externo espera para ser resolvido por uma inteligência ‘desencarnada’ (Varela, 1995). Tal modelo, entretanto, tem encontrado dificuldades consistentes, por exemplo, quando se pensa algumas

¹¹ Know-what: “saber o que”; o termo é aqui empregado diferenciando-se de “saber como” (*know-how*) fazer.

questões dentro do âmbito do desenvolvimento de Inteligências Artificiais. Dificuldades tanto com relação ao limite físico de armazenamento de informações que direcionem as ações quanto em relação à aplicação de um repertório armazenado em situações de grande variabilidade. Ainda se está longe de reproduzir sequer o pequeno repertório comportamental de pequenos insetos.

Varela (1995) aponta também para uma mudança de perspectiva que vem crescendo (principalmente dentro das ciências cognitivas), que aborda o conhecimento não como um modelo de simples representação e solução de “problemas” dados *a priori*, mas com base de ações incorporadas e contextualizadas. Mudanças que podem ser verificadas já há alguns anos, por exemplo, na obra de Jean Piaget, onde os objetos perceptíveis se constituem ao longo da história de nossas experiências de mundo (ontogênese) concomitante com o mundo que nasce de ações sensório-motoras. Por esta e outras perspectivas, que começam a ganhar contornos mais bem definidos, o *mundo experimentado* deixa de ser algo dado, para ser efetivado, atuado e emerge “mediante a manipulação concreta”. Varela trata esse mundo atuado em termos de uma enação¹². A ação é a própria situação vivida.

A manipulação concreta desse mundo habitado implica uma indissociabilidade entre os objetos percebidos e o sujeito que percebe – eles não são dados de antemão, mas surgem na experiência viva de mundo. À medida que se concebe novos elementos a esses mundos habitados, é necessário também que sejam inventados novos modos de manipular esses novos mundos. Agir e perceber implicam criar e ser criado por novos contextos continuamente criação de novos modos de operar transitando de uma situação à outra. Estas transições correspondem ao que Varela (1995) chama de interrupções ou perturbações (*breakdowns*). As perturbações correspondem a uma “necessidade” dentro da experiência comum de se alterar o modo de agir nesse mundo habitado ou de

¹²Enação (*enaction*) é um termo utilizado por Varela, para ressaltar a relação estreita entre a percepção e a ação – abordando-as como uma performance faz contraponto às noções que trabalham com a idéia de um objeto independente de um sujeito que o percebe, ou com uma ação que tem sua fonte em um sujeito abstrato independente do mundo ao seu redor. A percepção é o modo pelo qual “aquele que percebe” consegue guiar suas ações numa situação local; não limitando a percepção ou a ação a um mundo pré-dado ou a um sujeito pré-existente. “Recorrendo ao termo ação, queremos sublinhar [...] que os processos sensoriais e motores, a percepção e a ação são fundamentalmente inseparáveis na cognição vivida. Com efeito, eles não estão associadas nos indivíduos por simples contingência; eles evoluíram juntos. [...] Na medida em que estas situações locais se transformam constantemente devido à atividade do sujeito percebido, o ponto de referência necessário para compreender a percepção não é mais um mundo dado anteriormente, independente do sujeito da percepção, mas a estrutura sensório-motora do sujeito.” (VARELA et al, 2003, p. 234-235)

contextualizar a ação num mundo que se mantém em parte como experiência passada e invenção.

O “saber-fazer” contextualizado é a ação em consonância com tais transições. Por exemplo, quando estamos fazendo uma refeição, usando os talheres e levantase para ir ao escritório, onde é preciso outro modo de operar. Podemos dizer que alguém age de forma contextualizada se ela manipula a caneta do mesmo modo que um garfo? Normalmente usa-se uma caneta de forma diferente de como se usa um garfo (Varela, 1995). Essa transição ocorre sem que tenhamos que parar para refletir sobre ela, “Estou entrando no escritório e aqui vou usar caneta e papel, não um garfo e uma faca”. Assim também, é o caso de uma grande perturbação, por exemplo, quando um grande perigo se manifesta e precisamos operar a partir de outro “repertório” de ações. Estas situações são exemplos de como na transição de um “mundo” para outro nasce uma ação contextualizada – e o conhecimento deixa de ser representação de um “material interno acumulado” para ser a atualização de um processo vivo de co-produção. *“O modo como neles nos manifestamos é, pois, indissociável do modo como as coisas e outros nos aparecem.”* (VARELA, 1995, p. 20). Consideramos também que nos dois exemplos operamos dentro de mundos (ou contextos) que nos são familiares. O que não quer dizer que não se depare com situações onde esses mundos ainda não estejam ‘solidificados’. Varela (1995) sugere o exemplo de uma pessoa que chega a um país estrangeiro e ainda não sabe como conversar ou comer, esses modos de operar devem ser aprendidos.

Em ambos os casos pode-se ressaltar, por essa perspectiva, que as habilidades são constituídas historicamente, a partir de experiências de mundo. Tanto aquele que opera (age) quanto esse mundo-próprio onde se adquirir a capacidade de agir são duas faces da mesma experiência. *“Todavia, o modo de viver mais comum consiste em micromundos já constituídos, que estruturam as nossas identidades.”* (VARELA, 1995, p. 20)

Até mesmo nas ações de um pequeno inseto, há alguma coisa que o modelo computacional (mundo representado/ sujeito independente) não consegue alcançar, como por exemplo, a escolha por um comportamento “adequado” em uma dada situação. Ao que surge uma perturbação, a ação não advém somente de um plano de previsibilidade, mas da possibilidade de conexão de toda uma história de vida com o “mundo” que surge à medida que essa história se desenrola. Em outras palavras, uma ação presente acontece de modo co-extensivo e concomitantemente

ao surgimento do agente cognitivo (aquele que experimenta) sobre uma base histórica e operacional.

“Aquele que experimenta” (o agente) não é dado de antemão, segundo Varela (1995), ele surge como uma “apropriada” invenção em um mundo de sentido comum, situado entre perturbações, nascendo ao mesmo tempo o agente e a forma de agir em uma dada relação.

É uma questão de emergência de sentido comum, de configurações autônomas de uma apropriada tomada de posição, que é estabelecida por toda a história da vida do agente na sua co-implicação. [...] a chave da autonomia é que um sistema vivo encontra em cada instante, o próprio caminho para o seguinte graças à adequada ativação dos seus recursos”. (VARELA, 1995, p. 21)

Esses recursos são necessários quando ocorre uma perturbação na relação (co-extensividade) entre o agente e o mundo que habita. O “mundo em transformação” exige a invenção de novas conexões. Através da co-emergência não há nem a imposição do meio (dado) nem tão pouco uma ação planejada descolada de um contexto. Trata-se da “autonomia” inerente a todo ser vivo, e que não está nem dentro nem fora do agente cognitivo, mas se situa na fronteira entre um “desaprendizado” de um repertório acumulado - e o “aprendizado” de um mundo novo que emerge na (e da) experiência. A autonomia é o pano de fundo onde a cognição viva se inventa inventando o mundo. E é exatamente essa dimensão que o modelo computacional tradicional ou lógico-matemático (input/output) deixa escapar, pois quando surge uma perturbação tenta-se buscar em cálculos (probabilidade) a solução para um problema entre um agente pronto e um mundo acabado. No sistema vivo a perturbação (ou a transição de um contexto para outro) longe de ser a busca por resposta está muito mais próxima da condição de “*nascimento do concreto*”, da construção de um problema (Varela, 1995).

2.4) Conhecimento como enação

Na realidade, o fim do mundo, como o princípio, é o nosso conceito do mundo. É em nós que as paisagens têm paisagem. Por isso, se as imagino, as crio; se as crio, são; se são, vejo-as como às outras. Para quê viajar? Em Madrid, em Berlim, na Pérsia, na China, nos Pólos ambos, onde estaria eu senão em mim mesmo, e no tipo e gênero das minhas sensações? A vida é o que fazemos dela. A viagem são os viajantes. O que vemos, não é o que vemos, senão o que somos.

(LIVRO DO DESASSOSSEGO, Fernando Pessoa)

Por esta abordagem, os processos de aprendizagem operam a partir da materialização ou da incorporação de padrões de ação (a maneira como se tende a enfrentar os problemas que surgem) de modo contextualizado. Neste processo surgem os objetos, os valores são atualizados e gradualmente tomam contornos mais claros. O aprendizado cotidiano é constituído por um emergir constante de objetos pertinentes, e traduz-se por uma ação incorporada e transparente, que se expressa na consideração consigo mesmo, com o outro e com o ambiente. Trata-se da indissociabilidade entre percepção e ação que nos permite criar um mundo de sentidos e agir a partir desse (e nesse) mundo criado. Não é uma identidade fixa ou um mundo acabado que garante nossa inserção no mundo, mas essa condição de “*liberdade*” de criarmos os mundos que habitamos. Se não fosse dessa maneira, jamais poderíamos aprender o que quer que fosse, pois jamais mudaríamos aquilo que acreditamos ser.

Podemos pensar em termos de uma situação comum, por exemplo, o esquecer um objeto: andamos pelo shopping, despreocupados e tranquilos, olhando para as vitrines e para as outras pessoas que passam. Estamos de bom-humor. Entramos em uma loja de roupas para comprar uma blusa. Na hora do pagamento descobrimos que a carteira com o dinheiro e os documentos não está na bolsa, também não está nos bolsos: uma confusão mental nos arrebatou, o ânimo começa a se alterar. Uma simples carteira mobiliza toda a nossa energia, e até mesmo nossa existência. Ao voltarmos pelo mesmo caminho percorrido, agora procurando nas lojas visitadas e no chão, já não nos damos conta das pessoas em volta nem das vitrines a piscar.

Embora tenhamos a sensação de um “si-mesmo” independente que vive uma experiência separada do resto do mundo, todo o contexto aponta para outra direção: para a não solidez de um “eu mal-humorado” essencial, nem de uma carteira perdida anterior ao mal-humor. Na ação se produz “eu” e “mundo”. Um mundo se

ergue diante dos olhos e se age habilmente, o esforço cognitivo surge “naturalmente” na co-emergência, sem a presença de um agente ou um sujeito que seja essencial ou independente (Varela, 1995).

Trata-se da co-emergência do mundo que habitamos e no qual agimos, do nascimento de um “corpo”¹³ com capacidades sensório-motoras dentro de um contexto cultural e biológico mais amplo (Varela, 1995). O conhecimento e a habilidade para agir de forma pertinente, por essa perspectiva não é a acumulação e o processamento de informações advindas de um mundo externo e a reconstrução de um mundo dentro de um ‘si-mesmo’, mas ele se apóia segundo Varela (1995), em dois pontos: 1) a percepção é uma ação perceptivamente guiada; e 2) o conhecimento é tratado como esquemas sensório-motores recorrentes, o que permite que a ação seja perceptivamente guiada.

Aquele que guia suas ações localizadas ou o modo como “aquele que percebe” se conecta (ou incorpora) com estas situações locais determina tanto o ‘agente cognitivo’ e sua possibilidade de ação quanto o mundo no qual ele age.

A preocupação central da visão enactiva contrapõe-se ao ponto de vista comumente aceito, segundo o qual a percepção é substancialmente uma registação de informações ambientais existentes com o fim de reconstruir uma parte da realidade do mundo físico. Na abordagem enactiva, a realidade não é um dado: depende do perceptante, não em virtude de se construir por capricho, mas porque o que conta como mundo relevante é inseparável do que a estrutura do perceptante é. (VARELA, 1995, p. 23)

Varela (1995) cita alguns exemplos de estudos científicos que apontam para um “esquema sensório-motor” recorrente que possibilita uma ação perceptivamente guiada. Não só os casos de percepções ‘simples’, mas também níveis cognitivos mais ‘amplos’ surgem dessa possibilidade de conexão com estruturas sensório-motoras. Tanto o pensamento abstrato quanto os processos mais básicos são compostos por essas ações recorrentes incorporadas. As abordagens que estudam a cognição por esta perspectiva têm o foco principal de sua investigação no surgimento das capacidades cognitivas advindas dessa incorporação de esquemas sensório-motores recorrentes (Varela; Thompson; Rosch; 2003).

¹³ A palavra corpo foi colocada entre aspas, porque não se trata propriamente de algo sólido e independente de um contexto; trata-se antes de uma experiência de corpo, de uma experiência de um corpo que nasce com o mundo que ele habita.

[...] Levou-se tempo a perceber aquilo que hoje corresponde a uma tendência generalizada, pois considerou-se, durante largos anos, que a criança só aprendia o que já está inscrito num mundo exterior organizado e, sobretudo, o que o adulto lhe ensina. Ora as duas grandes lições que a criança nos dá é que o universo só é organizado se ela tiver inventado, passo a passo, essa organização, estruturando os objetos, o espaço, o tempo e a causalidade, constituindo assim uma lógica; e que só se aprende alguma coisa com os mestres se, do mesmo modo, se reconstruir o seu pensamento [...]. (PIAGET, 1981, p. 89)

Talvez o ponto principal até aqui (antes de entrarmos propriamente no tema da ética como incorporação de um princípio) seja a noção de que a percepção não é a organização de informações provenientes de um mundo dado de antemão, mas é antes uma ação em um mundo inseparável das nossas capacidades sensório-motoras. E esse mundo no qual se age não é, segundo Varela, uma percepção que separa interno-externo, mas é efetivada (enacted) na própria experiência, à medida que os contextos se alteram.

[...] o que todos os seres cognitivos vivos parecem ter em comum é que o conhecimento é sempre um saber-fazer modelado sobre as bases do concreto; o que chamamos geral e abstrato são agregados de presteza para a ação. (VARELA, 1995, p. 21)

O conhecimento (intencional ou não) refere-se ao desenvolvimento de habilidades (de um saber-fazer comum, pois refere-se sempre à uma (co)inserção em um mundo compartilhado e dinâmico) que são a bem dizer o próprio ‘trabalho’ de inventar percepções, lógicas, pensamentos e modos de se estabelecer relações com o mundo. Para Varela (1995, 2003), muitos campos da filosofia e das ciências cognitivas têm atentado para a relação de emergência de um mundo de sentido e da ação imediata, sem precisar negar a importância das reflexões e deliberações, ao contrário, considerando sua aplicabilidade e suas especificidades e a diferença entre *“intencional/lógico e contextualização/ imediatidade de conexão”*.

La acción inmediata contrasta con la deliberación y el análisis, pero no es mi intención negar enteramente el papel y la importancia de estos últimos. Se trata de verlos en sus papeles específicos y en su relevancia relativa. En otras palabras, es cuando ocurre el quiebre, cuando ya no somos expertos en nuestro micromundo, que deliberamos y analizamos. Es decir, nos convertimos en principiantes que buscan sentirse a gusto con la tarea que tienen a mano. Bajo este prisma se puede decir que la ciencia cognitiva computacional se ha interesado, sobre todo, por la conducta del principiante y no por la del experto. (VARELA, 1996, p.10)

Varela (1995, 1996, 2003) aponta para uma diferença sutil entre se ter incorporado um direcionamento para a ação e ser inábil diante de um mundo

desconhecido. Quando percebemos/agimos no mundo que habitamos, sabemos como proceder de maneira apropriada, temos a habilidade de nos mover sem precisar ponderar sobre o movimento; já quando esse mundo se configura como “inóspito” ao nosso repertório de ações, tendemos a pensar e analisar a situação para torná-lo “habitável”. Por exemplo, a ação de dirigir um carro, que é simples para um motorista experiente, onde ele não precisa ponderar antes pisar no freio ou passar a marcha, para um iniciante é extremamente complexa a coordenação de todos os movimentos necessários, e neste caso, normalmente pondera-se antes de cada ação específica: primeiro ligar o carro... pisar na embreagem... A habilidade de dirigir ainda não tem uma consistência que lhe permita o desenrolar ‘natural’, não há mestria naquilo que se faz. Podemos pensar agora, como estas questões se sustentam e se aplicam no campo da ética.

2.5) A enação e uma ética

Afirmo ao senhor, do que vivi: o mais difícil não é um ser bom e proceder honesto; dificultoso, mesmo, é um saber definido o que quer, e ter o poder de ir até no rabo da palavra.

(GRANDE SERTÃO VEREDAS, Guimarães Rosa)

Varela (1995, 2003) afirma que uma ação ética é aquela onde estão presentes ou incorporados princípios (direcionamentos compartilhados socialmente para as condutas) de uma tradição cultural. Por exemplo, chega-se a conclusão (a partir de uma história de convivência) que o hábito de matar outra pessoa da comunidade em uma situação qualquer como forma de “resolver” problemas, conduziria a desagregação social, levando os indivíduos a uma condição vulnerável. Então, dentro das circunstâncias sociais daquele grupo, este modelo de conduta (não matar) e a habilidade para aplicá-la sem que se coloque em risco a existência da comunidade passa a integrar o processo circular de aprendizagem dentro de uma cultura, até que não se precise mais ponderar sobre o próprio modelo. Não se está dizendo que isso garanta de alguma forma que não ocorra um assassinato naquele âmbito, mas que este princípio passa a integrar habilmente um mundo compartilhado - e muito menos se está afirmando que este é um processo simples, a incorporação de um princípio ético precisa ultrapassar a tendência das pessoas se conceberem como partes independentes de uma rede de convívio. Dessa forma,

cada membro dessa comunidade compartilha de alguma forma, esse direcionamento no modo de agir/perceber o mundo que se habita. Os membros desta comunidade são, de maneira geral, “peritos” éticos por compartilhar habilmente certos princípios e não precisam ponderá-los ao agir. Grande parte da vida em sociedade de um membro acontece sem que ele pondere sobre o que está fazendo, é como se habitássemos (não mais como iniciantes) comodamente um território conhecido. Nós mesmos pensamos sobre (e antes) tudo o que fazemos? Seja em nossas casas, na rua com amigos, no trabalho ou na “solidão” de nossas obrigações ponderamos sobre nossos hábitos? As formas de conduta de uma tradição tornam-se assim, “transparentes” à medida que se desenrola o crescimento na sociedade (Varela, 1995). Tornam-se transparentes da mesma forma que a seqüência de movimentos para dirigir: a ação é imediata e co-emergente ao mundo que surge (ou habitamos).

A esta luz, então, um especialista ético é apenas, sem tirar nem por, um participante a título inteiro numa comunidade: todos somos peritos enquanto todos pertencemos a uma tradição amplamente articulada, na qual nos movemos com comodidade. Além disso, nas comunidades tradicionais há modelos de competência ética indicados como únicos (os “sábios”). (VARELA, 1995, p. 33)

Não se trata de pólos de atuação, de um lado a escolha de regras (deliberação), e de outro a ação imediata; a noção de competência (como ação imediata e contextualizada), neste caso, ultrapassa a condição de saber “o que fazer”, sem negá-la; de forma que as oposições como sujeito-objeto ou ação-não ação passam a ser transparentes na conduta.

O traço mais importante que distingue o verdadeiro e genuíno comportamento ético é então o facto de que ele não nasce de simples modelos habituais de regras. Pessoas verdadeiramente competentes agem a partir de inclinações alargadas, não de regras aceitas e, por isso, podem superar o facto evidente que as respostas puramente habitudinárias não são assaz estruturadas quanto à infinita variedade de circunstâncias que estamos em condições de enfrentar. (VARELA, 1995, p. 38)

Não há uma contradição “real” e última entre o deliberado e a ação incorporada (imediata), há sim, um caminho onde se adquire suficiente destreza para ultrapassar as limitações do comportamento responsivo, que segue regras e referenciais externos. Trata-se dentro da tradição budista abordada por S.S. o Dalai Lama e pelo Lama Padma Samten do cultivo de uma ação ética. Ética que implica no sentido da

construção de uma destreza para a ação dentro de um domínio (dando-se conta da variabilidade das situações experimentadas) de um “aprendizado”; e em um “desaprendizado”, no sentido da superação de um condicionamento habitual (automatismo), que normalmente limita a experiência de mundo às relações entre sujeitos e objetos independentes e desconectados. Se quisermos pensar nossa relação com o meio-ambiente não precisamos ao mesmo tempo aprender novos modos de nos organizar e pensar o consumo; e desaprender nossos hábitos de desperdício e indiferença ao mundo que nos sustenta?

Varela (1995) trata esta questão como um “aparente paradoxo da não-ação na ação”, uma vez que em termos de competência, o sujeito torna-se a própria ação não-dual. A experiência considerada a partir da “não-dualidade” não está apoiada na existência de existências independentes, mas naquilo que para o budismo refere-se à “vacuidade” dos fenômenos e identidades. O termo “vacuidade”¹⁴ refere-se não a um vazio de substância ou de forma, mas de um vazio de existência inerente e independente. Tanto a ação deliberada quanto a ação imediata só existem uma em relação à outra

Quando se é a ação, não permanece resíduo algum de auto-consciência para observar a ação a partir do exterior. Quando a ação não dual é bem realizada e avança regularmente, o ato experimenta-se como fundado no que não se move e está em repouso. Esquecer-se de si mesmo e tornar-se completamente alguma coisa é também dar-se conta da própria vacuidade, ou seja, da falta de um sólido ponto de referencia. (VARELA, 1995, p. 42)

2.6) Ética: bases para um diálogo

É mais fácil compreender que o estado geral do coração e da mente – ou motivação – de uma pessoa no momento de uma ação é, em geral, a chave para determinar a qualidade ética dessa ação se considerarmos como nossas ações são afetadas quando estamos sob o poder de fortes emoções e pensamentos negativos, como o ódio e a raiva. Nesse momento, nossa mente (lo) e nosso coração estão conturbados, o que nos faz não só perder o senso de percepção e perspectiva, como também não enxergar o provável impacto de nossas ações sobre os outros. (DALAI LAMA, 2000a, p. 43)

Tentamos neste trabalho dialogar com algumas contribuições (principalmente do budismo) que, em nosso entendimento, tem o efeito de estabelecer bases mais

¹⁴ Este tema será abordado no próximo capítulo.

amplas e mais coerentes para nossas relações, portanto, localizada no âmbito do tema da ética.

Afirmar por exemplo, que na destreza em dirigir o sujeito funde-se à ação (ilustrando a ausência de um referencial sólido em uma experiência) e daí, tratar da questão da ética, tem o intuito somente de construirmos uma linha de raciocínio que atravessasse vários níveis de nossa vida cotidiana, não pretendemos de modo algum banalizar as perspectivas trabalhadas até aqui. “[...] *O confronto serve para ilustrar o fato de que o fito dessas tradições de ensinamento não são simples banalidades mistificantes.*” (VARELA, 1995, p. 42)

O almejado não é uma exaltação da nossa experiência cotidiana e comum cujos efeitos, segundo o budismo, terminam se materializando como sofrimento e constrangimento, mas tratar a possibilidade de se produzir outros efeitos para essa experiência. A “novidade” aqui é uma tentativa de se ultrapassar um “real verdadeiro, certo e universal”, que limitando as experiências à existência de um “eu” inerente e independente, termina por ser decisivo na qualidade das relações que estabelecemos com o mundo que habitamos.

La actividad no intencional no significa actividad al azar o puramente espontánea. Es actividad que a través de la extensión y de la atención adecuada se há transformado en conducta encarnada fruto de um largo entrenamiento. (VARELA, 1996, p.16)

O cultivo de uma ação ética, neste contexto, é o alargamento hábil da percepção/ação que expressa certos princípios dentro da variabilidade de situações experimentadas. Para a abordagem budista utilizada as práticas de cultivo de uma ação ética, onde a competência inclui a familiarização com qualidades não-centradas em sujeito, culminam em uma prática cotidiana não dual ou na incorporação da “natureza” vazia ou da existência interdependente dos fenômenos.

Essas ações e esse conhecimento, direcionados e sustentados por princípios éticos (que ressaltam a existência como um “existir-com”) se expressam, pactuando com a proposta de Humberto Maturana e Francisco Varela (1995), como uma preocupação com as conseqüências de nossas ações no mundo.

A ética revela a forma como nos relacionamos e criamos o mundo, e ainda, o valor que atribuímos as nossas ações e suas conseqüências sobre os outros. Não cabe em uma definição, pois atualiza exatamente uma prática de alteridade, de abertura ao outro. Uma postura afirmativa diante das questões com as quais nos

deparamos, de forma que a noção de uma existência dependente (e co-emergente) esteja incorporada ao fazer cotidiano

Estar aberto à alteridade, ao outro, pressupõe sair do conforto e segurança “garantida” pelas certezas científicas e prescrições morais e nos leva a um “deparar-se” incessante com o limite dos nossos saberes e fazeres. A alteridade põe em cheque a pretensão à eternidade de nossa “identidade”, daquilo que acreditamos que somos, fazemos e vivemos, bem como os porquês de sermos, fazermos e vivermos desta ou daquela maneira (Maturana, 1997). Especificamo-nos sempre a partir de relações, que nos dão nascimento. O que implica um diálogo entre mundos. Uma ação ética é basicamente “aceitar o outro como digno de nosso convívio” (Maturana, 1997). Dessa forma, não deve ser tratada como uma “disciplina” tornada ocupação por uns poucos iniciados, mas sim como uma inserção no mundo da convivência, como uma conexão que tende a ampliar nossa perspectiva de ação.

Nosso principal interesse a essa altura, então, é pensar a falta de solidez de um sujeito que age, entendido como um agente cognitivo, para que a compreensão sobre uma ação ética se paute num aspecto impessoal do conhecimento, no nosso saber-fazer cotidiano. E para que levemos a frente essa formulação, partimos da afirmação de que o comportamento ético é construído ao longo de nossa história, como uma incorporação de valores éticos - e chegamos até a compreensão desse processo como uma prática transformativa que aposta na eliminação da *crença* da existência de um “eu” substancial e no estabelecimento de relações que se sustentam na rede formada pela interdependência entre tudo que existe.

A ética, então, trata de outra compreensão do mundo, de um nascimento positivo às identidades. Resumindo, o treino desse comportamento ético se refere ao acesso a um “saber-fazer” que nos é “condição de existência”, que é co-existir (Varela, 1995).

Esse acesso deve levar em conta dois princípios discerníveis, mas inseparáveis: a compreensão ampla e corporificada que qualquer ação tem efeitos em todos os aspectos de nossa vida, como emergência interdependente, como co-emergência, portanto, uma dimensão cognitiva; e o “treino” ético, que trata exatamente de um saber-fazer comum e essencial, de uma dimensão afetiva. Tudo começa por situações simples, e a partir desse ponto, rumamos para uma ação mais ampla, até que se tenha a destreza de agir diante de situações cada vez mais complexas.

Tratamos da habilidade de não limitar a convivência à ilusão de um “si-mesmo” independente. A confusão e a ignorância crescem quando não se é capaz de ver no “si-mesmo” imutável um obstáculo a ser superado. A questão não se limita a existência de um “eu” distinto de outros, e em última instância não podemos avaliar o que seja interdependência ou co-emergência sem que nos diferenciemos. Não posso dizer “eu” sem que o pressuposto da afirmação seja a existência de “outro”.

Ao afirmar que a ética não é um conceito a priori, mas constitui-se essencialmente de valores e práticas direcionadas eticamente, aponta-se conseqüentemente para uma clareza na ação que se embasa na interdependência entre todo fazer. Todo fazer é um fazer junto: essa é sua constituição e potência.

2.7) Método e sabedoria

- Adeus, disse ele...
- Adeus, disse a raposa. Eis o meu segredo. É muito simples: só se vê bem com o coração. O essencial é invisível para os olhos.
- O essencial é invisível para os olhos, repetiu o príncipezinho, a fim de se lembrar.
- Foi o tempo que perdeste com tua rosa que fez tua rosa tão importante.
- Foi o tempo que eu perdi com a minha rosa... repetiu o príncipezinho, a fim de se lembrar.
- Os homens esqueceram essa verdade, disse a raposa. Mas tu não a deves esquecer. Tu te tornas eternamente responsável por aquilo que cativas. Tu és responsável pela rosa...
- Eu sou responsável pela minha rosa... repetiu o príncipezinho, a fim de se lembrar.

(O PEQUENO PRÍNCIPE, Antoine de Saint-Exupéry)

Dentro do âmbito das tradições budistas, tratar de ética aponta para o estabelecimento de relações mais amplas e benéficas no mundo que se habita (e constrói) na convivência. O cultivo da habilidade em se estabelecer estes tipos de relação com o mundo de maneira contextualizada tem sido o foco das práticas dentro do budismo. Tais habilidades são transmitidas através das gerações e praticadas de modo a serem incorporadas como uma espécie de método. A “natureza” dessas relações e o modo para incorporá-las dentro da abordagem budista utilizada chamam-se *método e sabedoria*.

O *método* básico é o exercício da compaixão, ou o desejo de que os outros seres se livrem do sofrimento que permeia a experiência de mundo condicionada. A *sabedoria* é o que surge indissociável do *método* pela prática constante de

incorporação de atitudes não centradas em um sujeito independente. A sabedoria pode ser traduzida por um reconhecimento da *vacuidade*¹⁵ dos fenômenos, ou seja, da ausência de uma qualidade ou existência inerente dos fenômenos (Dalai Lama, 2006b).

Perceber as qualidades como inerentes aos fenômenos, segundo o budismo é uma noção (cognição) inválida e conduz a situações onde “nos tornarmos orgulhosos e nos sentimos superiores aos outros.” (Dalai Lama, 2006b, p. 115) Nem mesmo o método (incluindo seus objetos e sujeitos) possui existência inerente. A *sabedoria* é a contestação prática de tal existência inerente sem que se negue a existência como experiência de mundo.

O fato de os fenômenos nos aparecerem de um modo diferente daquele que observamos quando o analisamos, prova que sua aparência concreta se deve a uma distorção de nossa mente. Depois de compreendermos que esses fenômenos que parecem existir de forma autônoma não existem da maneira como aparecem, perceberemos os fenômenos como ilusões; ou seja, o conhecimento da manifestação fenomênica e a compreensão de que eles não existem do modo como aparecem ocorre simultaneamente. (DALAI LAMA, 2006b, p. 126)

O método então é o modo como o budismo pratica a incorporação daquilo que é definido como “bem”, ou de outra forma no estabelecimento de relações mais amplas e benéficas. A competência (que nos referimos a pouco) ética ou o método de incorporação da sabedoria surge na própria experiência, não é algo que é aprendido primeiro intelectualmente; a destreza em não limitar a experiência a uma identidade independente surge simultaneamente à percepção. A concomitância se mostra em total acordo com os temas e questões tratadas no início deste capítulo: a competência ética surge de uma prática cotidiana de ações que não limitam a experiência de mundo a uma identidade; ultrapassa o reconhecimento intelectual (sem negá-lo), pois se trata de um processo de incorporação (portanto prático) de princípios éticos estabelecidos coletivamente por certa tradição.

A sabedoria conduz ao benefício da não-sujeição aos efeitos da atribuição de qualidades inerentes aos objetos ou as pessoas. O efeito desta não-compreensão é o crescimento de atitudes e emoções auto-centradas. É difícil, por exemplo, uma pessoa sentir raiva de outra, e não ver essa outra como detentora de qualidades intrínsecas. (Dalai Lama, 2006b)

¹⁵ O tema será melhor abordado no próximo capítulo.

Por isso afirmamos, a partir da literatura adotada, que a competência ética surge do reconhecimento das conseqüências das ações autocentradas para a qualidade das experiências - em conjunto com práticas cotidianas de incorporação de uma visão de mundo mais ampla, culminando em uma ação ética transparente e “natural”.

Uma vez estabelecido que a geração desses fenômenos totalmente aflitivos tem como raiz uma consciência incorreta pode-se compreender que quando essa consciência incorreta é removida, as emoções aflitivas geradas como fatores dependentes dela são também removidas; e dessa forma as ações contaminadas geradas como fatores dependentes das emoções aflitivas são também eliminadas. Assim, o nascimento na existência cíclica que é produzido como um fator dependente das ações contaminadas é superado. (DALAI LAMA, 2002, p. 58)

2.8) Palavras e contextos

A terra é um palco muito pequeno em uma imensa arena cósmica. Pensem nos rios de sangue derramados por todos os generais e imperadores para que, na glória do triunfo, pudessem ser os senhores momentâneos de uma fração desse ponto. [...] Nossas atitudes, nossa pretensa importância, a ilusão de que temos uma posição privilegiada no Universo, tudo é posto em dúvida por esse ponto de luz pálida. O nosso planeta é um pontinho solitário na grande escuridão cósmica circundante. Em nossa obscuridade, no meio de toda essa imensidão, não há nenhum indício de que, de algum outro mundo, virá socorro que nos salve de nós mesmos.

(PÁLIDO PONTO AZUL, Carl Sagan)

Segundo o professor Alexander Berzin (1991), pelo fato das primeiras traduções para as línguas ocidentais serem feitas por pessoas de formação cultural *vitoriano-cristã*, muitos termos utilizados pelas tradições orientais geraram uma série de equívocos. Por exemplo, o fato de muitos termos utilizados terem “conotação de julgamento moral” (p.13) carrega o budismo de sentidos que “originalmente” não estavam presentes.

Guiando-nos pelos apontamentos de Berzin (1991) podemos tomar alguns destes termos para esclarecer esta questão: para o budismo uma ação que gera um “potencial negativo” ou destrutivo para a rede de convívio é considerada uma ação “não-virtuosa”, pois acarretará uma série de problemas para a pessoa que a pratica e para o próprio convívio¹⁶. Ao contrário, uma ação “virtuosa” gera um “potencial

¹⁶ Como matar outra pessoa, ou como devastar um ecossistema, por exemplo, pode-se perceber uma série de constrangimentos daí advindos.

positivo” no sentido de proporcionar as condições para um convívio que não seja ele mesmo fonte de sofrimento.

Diz-se que a prática de ações virtuosas conduz ao acúmulo de “méritos” e igualmente este termo (mérito), dentro do âmbito do budismo não tem a conotação de merecimento individual ou possibilidade de recompensa, mas diz respeito simplesmente às situações de convívio geradas pelas ações virtuosas.

De uma forma geral, o budismo é enfático em afirmar a prática de um engajamento muito mais ativo e amplo no mundo que compartilhamos - diferente das classificações que dão contornos pessimistas e de passividade para o budismo. Como parte das tradições orientais mais antigas é um sistema simultaneamente teórico e prático – o seu objetivo é proporcionar condições onde os automatismos e as limitações (da linguagem, das cognições equivocadas, etc.) possam ser superadas, gerando um convívio mais amplo e benéfico para todos os seres.

Assim, a direção [...] é trabalhar [...] eliminando o nervosismo, as contrariedades, a confusão, estamos protegendo a nós mesmos e evitando o envolvimento em problemas e dificuldades na nossa vida. Vê-se, então, que esta é uma abordagem muito ativa [...]. Não se trata de esperar as bênçãos de Buddha para que possamos atingir as metas, como está implícito no conceito de “graça”(divina). A palavra traduzida de forma não-fiel como “benção”, seria mais corretamente traduzida como “inspiração”. (BERZIN, 1991, p. 14-15)

CAPÍTULO 3

A ORIGINAÇÃO INTERDEPENDENTE E A NATUREZA DA REALIDADE

3.1) Realidade co-emergente: a origem interdependente

**Todo começo é involuntário
Deus é o agente.
O herói a si assiste, vário
E inconsciente.**

**À espada em tuas mãos achada
Teu olhar desce.
“Que farei eu com esta espada?”**

Ergueste-a, e fez-se.

(O CONDE D. HENRIQUE, Fernando Pessoa)

Segundo o budismo a origem de muitas infelicidades se situa na lacuna entre o modo como percebemos e a forma como efetivamente os fenômenos surgem em nossas experiências. Quantas vezes não agimos como se fôssemos nosso nome ou nossa profissão e mais nada? Quantas certezas não alimentamos sobre os outros, para descobrir em outras ocasiões que não era bem assim? Criamos expectativas, julgando que acontecerá algo específico, mas ao fim, acaba por acontecer outra coisa.

A estreita ligação entre a percepção que temos de nós mesmos em relação ao mundo que habitamos e o nosso comportamento em função disso mostra que a nossa compreensão dos fenômenos tem um significado decisivo. Se não compreendemos os fenômenos, nos arriscamos a fazer coisas que não só nos prejudicam como os outros. (DALAI LAMA, 2000, p. 46)

A estreita relação entre o que se percebe e o funcionamento efetivo da realidade (operada pelo que se chamou aqui de “inteligência”) determina em última instância o “como” experimentamos os fenômenos. O problema situa-se no fato de se conceber e efetivar um mundo a partir de uma noção dualística da realidade, e não ver isso como um problema. Toma-se uma visão parcial como se ela em si mesma compreendesse todo o espectro da realidade. O que provavelmente aconteceria a uma pessoa cega, mas que não considera sua limitação, e se aventura a dirigir um carro no meio de uma cidade movimentada? Ao não considerar a complexidade do mundo que se habita, limita-se a compreensão da gênese desse próprio mundo.

O problema dos erros de percepção, que, é claro, tem graus variados, costuma surgir por causa da nossa tendência de isolar aspectos particulares de um acontecimento ou experiência e vê-los como se constituíssem uma totalidade. Isso leva a um estreitamento da perspectiva e daí a falsas expectativas. (DALAI LAMA, 2000, p. 47)

O budismo trata a compreensão dessa complexidade em termos de *originação interdependente* ou *origem dependente*, ou seja, qualquer fenômeno surge dependendo de causas e condições específicas (*pratityasamutpada*¹⁷ em sânscrito e *ten del* em tibetano). A noção de originação interdependente situa-se no cerne da compreensão budista da natureza de nossas experiências.

Este tipo de noção não está tão distante assim daquilo que a física quântica vem produzindo ao longo dos seus oitenta anos de existência (o budismo já utiliza essa noção há mais de 2500 anos), onde o que se chama de realidade objetiva depende efetivamente de um observador que lhe atribua esta condição (Dalai Lama, 2006a). Não existe um mundo pré-dado que pode ser apreendido como realidade externa e anterior. Dessa forma é dito, dentro desta abordagem budista que mundo e mente (sujeito) são co-dependentes e co-emergentes. Só existe um objeto para um sujeito e só há um sujeito com relação a um objeto; logo se pode inferir que seu surgimento (relação sujeito-objeto) é co-emergente devido sua natureza co-dependente.

A origem de todo fenômeno se situa em outros fenômenos, depende da interação de causas e condições; assim como as partes possuem uma dependência mútua com o todo. O que pode ser verificado no fato de não haver um todo que não tenha partes e não há partes que não tenham outras partes. Se considerarmos uma bicicleta, por exemplo, que é formada por pneus, aros, quadro, freios, banco, guidom, enfim, se retirarmos cada parte uma a uma o que sobrar? Nenhuma bicicleta. Nenhuma das partes retiradas e isoladas é a bicicleta em si e ao mesmo tempo todas as partes são constituídas de outras partes. Até mesmo um sonho é constituído de inúmeros elementos e nenhum deles isolados é essencialmente o próprio sonho.

A perspectiva da identidade dependente diz que qualquer qualidade ou nome que usamos para nos referir aos fenômenos é mutuamente dependente de outros nomes para que possa ter sentido; como em um dicionário onde todos os

¹⁷ Pratitya – dependência / samutpada – origens diversas.

significados utilizam as palavras que estão ali contidas. Quando se diz esquerda, admite-se implicitamente que há a direita; quando se diz “bem”, que há o mal; só há um filho em relação ao pai, só há o psicólogo em função daquele que é atendido. De outra maneira, quando se procura uma qualidade ou um nome que defina essencialmente o que é um coisa ou acontecimento, depara-se com outros nomes e qualidades definidos por “convenções sociais”. Qualquer qualidade que se atribua a um fenômeno só existe dentro da rede total que tem relação possível com ela. Toda identidade é dependente.

Quando procuramos algo que possa ser definido como sua identidade final verificamos que a própria existência do vaso de barro – e implicitamente, a de todos os outros fenômenos – é, até certo ponto, provisória e determinada pelas convenções. Quando indagamos se sua identidade é determinada por sua forma, sua função, suas partes específicas (ou seja, ser composto de barro, água, etc), constatamos que a palavra “vaso” não passa de uma designação verbal. Não há uma única característica que possa dizer que o identifica... E porque só podemos realmente falar de sua existência em relação a uma rede complexa de causas e condições, se o encaramos segundo esta perspectiva, o vaso não tem de fato nenhuma propriedade que o defina. (DALAI LAMA, 2000a, p. 49-50)

Nenhum fenômeno possui uma essência que o coloque em um estado de existência “em si” ou “por si”, ou seja, não há fenômeno que se origine independente de outros fenômenos, dizemos então, que são “co-emergentes”.

E o mundo é formado por uma rede de complexas inter-relações. Não podemos falar da realidade de uma entidade discreta fora do contexto de sua gama de inter-relações com o seu meio ambiente e outros fenômenos, inclusive a linguagem, os conceitos e outras convenções. Consequentemente, não existem sujeitos sem os objetos pelos quais eles são definidos, não existem objetos sem os sujeitos para apreendê-los, não existem fazedores sem as coisas feitas. (DALAI LAMA, 2006a, p. 67)

3.2) A noção de identidade e os cinco skandas

[...] Nuns lugares, encostando o ouvido no chão, se escuta barulho de fortes águas, que vão rolando debaixo da terra. O senhor dorme em sobre um rio?

(GRANDE SERTAO VEREDAS, Guimarães Rosa)

Segundo o Lama Padma Samten (2006b), o nascimento de uma pessoa se dá em termos do nascimento de uma identidade inserida no mundo. E essa identidade ganha consistência à medida que opera no mundo de modo a “garantir” a permanência de uma determinada situação, limitando a experiência de mundo a um si-mesmo independente.

O budismo (Varela; Thompson; Rosch, 2003) de uma forma geral, trata a noção de uma ação autocentrada (ou egocentrada) como sendo fundamentada por compostos psicológicos, ou seja, por atributos de (suposta) solidez e independência de condições impermanentes. Estes compostos são chamados de cinco agregados, ou cinco *skandas*: forma, sensação, percepção, formações mentais e consciência.

A *forma* ou *rūpa*, reúne as qualidades dos corpos e do ambiente físico e aquelas relativas aos seis órgãos dos sentidos (visão, audição, paladar, tato, olfato e a mente relacionada aos outros cinco sentidos) e aos seus objetos correspondentes (aparência, som, gosto, tato, cheiro e objetos mentais). Entretanto, a *forma* não possui uma essência inerente que se mantenha e que possamos reduzir nossa existência a ela. Há a pressuposição de uma existência separada, uma “divisão” entre sujeito e objeto, e para que possamos afirmá-la é necessário que se esteja “consciente” de um mundo externo e outro interno.

Tão logo o “mundo externo” seja identificado, reage-se a ele, e temos então a experiência de mundo dividida por *sensações/sentimentos (vedana)*. As sensações podem ser divididas em agradável, desagradável e neutra; e é uma maneira muito comum de limitarmos a experiência. Empenhamo-nos com grande disposição em buscar o que é prazeroso e em evitar o que causa desprazer dos sentidos físicos. Nossos modos de vida tem se valido sobremaneira das sensações para justificar suas compulsões e consumo desenfreado ao mesmo tempo em que fazemo-nos anestesiados, inábeis para apreciar verdadeiramente tais sensações. Não obstante as sensações podem ser satisfeitas por um tempo, mas depois precisam ser “realimentadas”, elas mudam constantemente, por isso não podem ser a essência da experiência.

Daí surge uma disposição para agir de uma maneira determinada (indo em direção as coisas agradáveis, fugindo das coisas desagradáveis e indiferentes às que não se percebe). Tratamos agora do terceiro skanda, que é a *percepção* ou o *impulso (samjnā)* para agir. Para o budismo a percepção é indissociada da ação, por isso ela pode ser chamada também de impulso; esses impulsos são de três tipos e são chamados de três venenos: paixão/desejo (objetos desejáveis), agressão/ raiva (objetos indesejáveis) e ilusão/ indiferença (objetos neutros). Comumente, acreditamos que nossa vida se resume a atingir um objetivo, ou a fazer um esforço enorme em um sentido; e agindo limitados pelo que “desejamos”, nos contrapomos e excluímos (ou pelo menos tentamos) aquilo que não desejamos e ficamos cegos

para aquilo que não percebemos. E não obstante, esses objetivos mudam com o passar do tempo e com a transformação das identidades anteriores, e todo o esforço já não faz mais o mínimo de sentido. Qual dessas coisas a serem atingidas ou qual esforço para atingi-las poderia verdadeiramente nos definir?

Quando agimos movidos pelos objetos (independentes) repetidamente costumamos afirmar “Eu sou isso”, criamos então, um conceito sobre quem somos nós. Este conceito passa agora a revestir todos os âmbitos de nossa atividade cotidiana e de certa forma limita a percepção que temos do mundo. Passamos a atribuir às *formações disposicionais* (samskāra) nossa existência independente. As formações são os padrões habituais de pensamento e ação (traços de “personalidade”), com os quais comumente nos identificamos. A resposta emocional proveniente desta identificação, sendo aflitiva ou harmoniosa, indica a solidez e independência que atribuímos à nossa experiência.

Esse crer que se é algo independente e imutável passa a se relacionar com o mundo através das possibilidades de conexão dessa identidade limitada. Trata-se da experiência que dá “nascimento” ao mundo a partir do que a identidade (ou aquilo que se acredita ser) objetiva, sente, percebe, pensa e faz.

Como dito anteriormente, “o modo de dar surgimento aos objetos” em tibetano significa literalmente *consciência* (*namshe* em tibetano¹⁸). Essa consciência fala do nosso modo de conhecer o mundo de maneira dualística e se apresenta como uma relação de três partes: um sujeito da experiência, um objeto experienciado por esse sujeito e uma relação que serve de base.

Pelos skandas o “eu” se torna um todo em si mesmo e o mundo ao redor passa a ser um mundo limitado aos automatismos. Esses automatismos não passam a bem dizer de um conjunto ou um composto de causas e condições provisórias.

Passaremos então, a tratar do surgimento dessas limitações como co-emergentes ao mundo que habitamos.

¹⁸ *Vijnana* em sânscrito.

3.3) Vacuidade

Eu vos ensinarei o Dharma. Se isto existe, aquilo vem à existência; do surgir disto, surge aquilo; se isto não existe, aquilo não vem à existência; da cessação disto, aquilo cessa.

(MAJJIMA-NIKAYA 2:32, Buda Sakiamuni)

A noção de “vacuidade” é uma das concepções mais importantes no âmbito da abordagem budista que utilizamos e está sobretudo contida em um conjunto de ensinamentos denominado *Sutra Prajnaparamita*.

A vacuidade pode ser tratada como um profundo reconhecimento (ou experiência direta) de que os fenômenos físicos ou mentais não possuem uma existência independente e eterna.

De acordo com a teoria da vacuidade, qualquer crença numa realidade objetiva, fundamentada na pressuposição de existência intrínseca independente, é indefensável. Todas as coisas e eventos, sejam conceitos materiais, mentais ou mesmo abstratos como o tempo, são destituídos de existência objetiva, independente. Tal existência independente, intrínseca, implicaria que as coisas e os eventos são de alguma forma completos em si próprios e, portanto, estão inteiramente autocontidos. Isto significaria que nada tem a capacidade de interagir com e exercer influência sobre os outros fenômenos. (DALAI LAMA, 2006a, p. 48-49)

A pouco quando tratamos da questão do “dar nascimento” aos fenômenos afirmamos que as qualidades são atribuídas na relação – um fenômeno que é percebido de um modo agora, com o passar do tempo será percebido de outro. Esta impermanência constitutiva dos fenômenos pode ser considerada, segundo o Lama Padma Samten (2006a) como um primeiro sinal da vacuidade das formas e dos outros agregados, que chamamos de *skandas*.

Vamos pegar fotografias como um exemplo da impermanência da forma. Se abrimos nosso álbum de fotos e contemplarmos principalmente as mais antigas, veremos que elas mudaram. Reconhecemos que as fotos mudaram com o tempo; mas como isto se dá? As fotos mudam porque nós mudamos. As fotos brotam junto conosco; na medida que mudamos, aquilo que vemos muda também. Isso é impermanência. (PADMA SAMTEN, 2006a, P. 89)

Então, diz-se que nessa abordagem a natureza dos fenômenos físicos ou mentais são vazios, no sentido de não possuírem uma essência permanente ou uma existência intrínseca. A questão aqui não é mais, se os fenômenos existem ou não, mas que à medida que se altera o modo de percebê-los, os próprios fenômenos

alteram-se. Do ponto de vista de quem experimenta um fenômeno não há dúvidas de que ele existe e o intuito não é negar certas experiências de mundo para afirmar outras a partir desta negação.

[...] Os sinais continuam iguais, mas as aparências mudam; por quê? Porque todas as nossas experiências dependem das estruturas que utilizamos para olhá-las. Há o que se chama de co-emergência: quando surgimos, junto surge a experiência do mundo, inseparável de nós e de nossas concepções e estruturas de linguagem e emocionais. (PADMA SAMTEN, 2006a, P. 90)

Embora possamos tratar desta compreensão intelectual (da existência dependente dos fenômenos) temos em nossas experiências cotidianas (Dalai Lama, 2006a) o profundo hábito de experimentar as situações como se elas possuíssem uma condição de realidade intrínseca permanente.

Esta visão do mundo feito de objetos sólidos e propriedades inerentes é ainda mais reforçada pela nossa linguagem de sujeitos e predicados, que está estruturada com substantivos e adjetivos de um lado e, do outro, com verbos ativos. Mas tudo é constituído por partes – uma pessoa é tanto corpo quanto mente. Além do mais, a própria identidade das coisas é dependente de muitos fatores, como os nomes que lhes damos, suas funções e os conceitos que temos sobre elas. (DALAI LAMA, 2006a, p. 50)

Um dos pontos mais importantes, na visão do Lama Padma Samten, desse tipo de abordagem, não é propriamente a negação da realidade como tal, mas a *“descoberta do processo pelo qual a experiência adquire a aparência que vemos, bem como do processo que pode nos levar a acabar presos a essa aparência.”* (Padma Samten, 2006a, p. 91)

Essa postura é de fundamental importância para que seja evitada uma atitude meramente niilista, que nega a realidade (existência) das coisas e não vai além da negação. Que benefícios poderia haver para as relações que estabelecemos adotando-se tal niilismo? O que se pode diante de um mundo que é pura ilusão ou que não existe?

A questão poderia ser colocada da seguinte forma: como incorporar a dimensão da vacuidade dos fenômenos aos nossos modos de vida, observando o “princípio ativo” que opera esses modos, sem se deixar aprisionar por ele? Trata-se do aprendizado de uma destreza que se expressa como uma liberdade frente à realidade sem precisar negá-la.

Quando reconhecemos a vacuidade, não somos obrigados a responder às aparências de mundo condicionado. Se não reconhecemos a vacuidade, damos solidez à aparência das formas, não há como agir diferente. Ao compreender a vacuidade, mesmo que a forma apareça, podemos nos movimentar com liberdade. (PADMA SAMTEN, 2006a, P. 93)

Esta compreensão atravessa, segundo a abordagem trabalhada, não só as “formas”, mas todos os outros aspectos de nossa experiência (sensações, percepções, formações mentais e consciência).

Exemplificando: a pessoa não precisa deixar de torcer por seu time de futebol. Torcer ou deixar de torcer não é o ponto. Ela precisa é saber o que significa torcer, mantendo assim um nível de liberdade. É possível mover-se pelo mundo e seus significados e emoções sem ficar preso. (PADMA SAMTEN, 2006a, P. 92)

3.4) Ética e Vacuidade

Todos estão loucos, neste mundo? Porque a cabeça da gente é uma só, e as coisas que há e que estão para haver são demais de muitas, muito maiores diferentes, e a gente tem de necessitar de aumentar a cabeça, para o total. Todos os sucedidos acontecendo, o sentir forte da gente – o que produz os ventos. Só se pode viver perto do outro, e conhecer outra pessoa, sem perigo de ódio, se a gente tem amor. Qualquer amor já é um pouquinho de saúde, um descanso na loucura.
(GRANDE SERTÃO VEREDAS, Guimarães Rosa)

Haveria história ou ciência em um mundo de fenômenos independentes? Seria possível estabelecer relações se a vida fosse realmente do modo como normalmente a experimentamos?

S.S. o Dalai Lama (2006a), comenta tais questões trazendo as contribuições do filósofo indiano Nagarjuna (séc. II D.C aproximadamente). A argumentação de Nagarjuna caminha na direção das implicações psicológicas e éticas da crença de essências inerentes e intrínsecas – que não se resumem à mera “compreensão conceitual da realidade”, mas se expande na direção do modo como o nosso compromisso com o mundo e com os outros se dá, ou seja, o modo ou as bases sobre as quais estabelecemos nossas relações.

Ao concordarmos com as propriedades intrínsecas da atratividade, reagimos a determinados objetos e eventos com um apego ilusório, ao passo que, a outros, com os quais concordamos sobre as propriedades intrínsecas da não-atratividade, reagimos com aversão ilusória. Em outras palavras, Nagarjuna argumenta que aceitar avidamente a existência independente das coisas leva à aflição, que por sua vez, dá origem a uma

cadeia de ações, reações e sofrimentos destrutivos. (DALAI LAMA, 2006a, p. 52-53)

Normalmente, deparamo-nos com uma tendência em nossa sociedade em dividir e classificar “partes” de acordo com interesses próprios ou de um grupo específico: noções de ideologia, classe, fundamentalismo, entre outros são exemplos desta tendência. Esta seria a origem tanto dos sofrimentos individuais como dos conflitos sociais, onde se acredita ser alguma identidade imutável e independente ou ser detentor de uma verdade incontestável sobre o mundo. Daí a importância de se trazer o tema da “vacuidade” para pensarmos seus desdobramentos éticos e psicológicos.

A ação convencional acontece dentro de um mundo completamente justificável para aquele que age, em outras palavras, tudo o que se percebe, se sente, se faz e se pensa depende de uma complexa rede de causas e condições que são experimentadas como permanentes e independentes. As contribuições de Nagarjuna apontam exatamente para a não concretude da noção de identidade independente, embora a vivamos (normalmente) como se ela fosse sólida e definisse nossa existência.

Então, através da interação causal dessas condições, ocorre um acontecimento cognitivo a que chamamos de percepção de uma flor. Agora vamos examinar em que consiste exatamente esse acontecimento. Seria apenas o funcionamento da faculdade sensorial? Seria apenas a interação entre essa faculdade sensorial e a própria flor? Ou seria outra coisa? Vemos que, no final, não conseguimos compreender o conceito de percepção a não ser dentro do contexto de uma intrincada e imprecisa série de causas e condições. . (DALAI LAMA, 2000a, p. 50)

Começamos a situar todas as ações (sendo reativas ou não) dentro de uma complexa rede de interações, onde nossa própria vida depende irremediavelmente da condição de nossas relações. Apontando para uma intensa rede existencial, constituída não somente pelas outras pessoas, mas também pelo ambiente que criamos e estamos inseridos.

[...] Quando encaramos a realidade em termos de origem dependente, deixamos de lado nossa tendência habitual para ver as coisas e os acontecimentos como entidades uniformes, independentes e distintas. Isso é muito proveitoso porque é essa tendência que nos faz exagerar uns poucos aspectos de nossa experiência, tornando-os representativos da realidade completa de uma determinada situação e ignorando sua complexidade mais ampla. (DALAI LAMA, 2000a, p. 52)

Considerando os fenômenos (inclusive seus pressupostos) como dependentes uns dos outros, evitamos limitar a análise de nossa experiência cotidiana ao resumo de um ponto de vista, que conduziria inevitavelmente a uma reflexão parcial.

Na verdade, se investigamos analiticamente a identidade do eu, verificamos que sua aparente solidez dissolve-se ainda mais depressa do que a do vaso de barro ou a do momento presente. Pois, enquanto um vaso de barro é algo concreto que podemos realmente tocar, o eu é mais elusivo: sua identidade como *constructo* – uma síntese mental que surge de uma gama de acontecimentos complexos – logo se torna evidente. E descobrimos que a nítida distinção que fazemos habitualmente entre “eu” e “os outros” é um exagero. (DALAI LAMA, 2000a, p. 53)

E mesmo a noção da existência de uma identidade só faz sentido dentro de uma rede de relações. Sempre que digo “eu...” é em relação a outro ser; qualquer estado mental é referente ao mundo que nos circunda. O budismo não trata da negação do “eu”, o que a bem dizer seria uma incoerência, pois em nossa experiência cotidiana vivemos efetivamente esse “eu”. Ao contrário trata-se da afirmação desse “eu” como uma forma de relacionarmos com o mundo e não como uma “entidade” independente e inflexível. O “eu” não passa em última instância de uma convenção, cuja solidez aumenta com o hábito, sendo completamente compatível com nossa experiência convencional e ao mesmo tempo com a noção de originação dependente.

Pode-se dizer que as convenções são válidas quando não contradizem um conhecimento adquirido e quando servem de fundamento para um discurso comum no qual situamos noções como falso e verdadeiro. Isso não nos impede de aceitar que, embora perfeitamente satisfatório como mais uma convenção, o eu, como todos os outros fenômenos, exista condicionado aos rótulos e conceitos que aplicamos ao termo. (DALAI LAMA, 2000a, p. 55)

Esta convenção se refere às qualidades que momentaneamente usamos para nos designar, mas o problema é que ao não considerar a originação interdependente, vivemos uma dessas características (ou qualidades) como se definisse de maneira última nossa própria existência. Esta operação baseada na solidez que atribuímos a uma convenção termina por se refletir em nossas relações: se vivemos embasados em identidades limitadas e sólidas, as relações que estabelecemos a partir daí, serão igualmente limitadas e de difícil transformação (Dalai Lama, 2000a). Mas se a realidade correspondesse a essa “qualidade eleita”,

se realmente fôssemos essa qualidade, como ser agressivo, por exemplo, o dia em que demonstrássemos um comportamento antagônico à agressividade, deixaríamos de ser quem somos. Entretanto, não é isso que podemos constatar, ao abandonarmos certa condição ou ao morrer em nós um desses “eus” nossa condição de alguém que experimenta o mundo não morre.

Essa compreensão da realidade permite-nos ver que a rígida distinção que fazemos entre nós e os outros é um grande parte o resultado de um condicionamento. E ainda assim é possível imaginar que se forme o hábito de uma concepção ampliada do eu em que o indivíduo situa seus interesses dentro dos interesses dos outros. (DALAI LAMA, 2000a, p. 56)

A incorporação da noção de originação interdependente é um modo através do qual podemos atentar para o estabelecimento de relações com o mundo de uma perspectiva muito mais ampla e em um sentido muito mais profundo – e sem que precisemos negar o mundo que já habitamos. Começamos então, a fundamentar uma noção de ética que permite exatamente a inclusão ou a construção de conexões entre mundos de forma positiva.

(...) o conceito de origem dependente obriga-nos a considerar a realidade de causa e efeito com extrema seriedade. Quero dizer com isto que determinadas causas levam a determinados efeitos e que certas ações levam ao sofrimento, enquanto outras levam à felicidade e evitar o que leva ao sofrimento. Entretanto... pelo fato de nossos interesses estarem inextricavelmente ligados somos impelidos a aceitar a ética como uma interface indispensável entre o meu desejo de ser feliz e o seu. (DALAI LAMA, 2000a, p. 57)

3.5) Os doze elos da originação interdependente e as inteligências

Reparei que, num recinto apertado, até os pensamentos sentem-se apertados.

(RECORDAÇÃO DA CASA DOS MORTOS, Dostoievsky)

Ao concebemos o mundo em um único sentido, do ponto de vista de um observador imparcial, sem nos atermos à questão de quem é esse observador, de como ele nasce e se constitui temos a dificuldade de pensar mundos que operam paralelamente e terminamos por reduzir uma experiência de mundo à outra. E presos às imagens que brotam dos sentidos não percebemos uma estrutura

cognitiva que filtra e dá significado ao mundo. O Lama Padma Samten (2005¹⁹) dá o exemplo de uma escultura: “Como alguém pode olhar para uma pedra e ver uma pessoa?” – podemos dizer que este processo se localiza na pedra? É bem provável que não, com isso então se pode introduzir o papel de um observador que comumente não percebe que há este observador. A esta operação de uma mente que se divide em objeto e observador chama-se de *ignorância*.

Nossa mente então, para esta abordagem, possui esta capacidade de dividir-se em duas partes: observador e objeto. Podemos, segundo Padma Samten (2005), criar uma esfera luminosa no meio de uma sala vazia e contemplá-la; ou olharmos para um bloco de madeira e tirar ali de dentro uma imagem de Cristo ou de Buda; ou mesmo como faz a física quântica tentarmos conhecer a velocidade de um elétron e tornamos sua localização desconhecida, se tentarmos conhecer sua localização, escapa-nos sua velocidade (o que se vê depende do que se procura). Mas onde realmente se encontra a esfera luminosa, ou a escultura, ou a posição do elétron, a não ser no próprio olhar?

Normalmente olhamos para o mundo e vemos nele os objetos dispostos, sem que tenhamos a noção que nós aprendemos a construir o mundo da forma como o percebemos. Cada experiência é a vida em si mesma: abundância e co-existência, possibilidade de criação e de relação. A cada momento somos plenamente o que podemos ser no mundo. Mesmo que não consideremos este fato em nossa vida cotidiana, os mundos que criamos são expressão de uma liberdade básica, que nos permite existir criando esses mundos compartilhados.

A perspectiva dos Doze Elos da Originação Interdependente (Padma Samten, 2005)²⁰ trata exatamente da compreensão desse processo de construção de mundos em nossa experiência convencional, sem que, no entanto precisemos nos limitar simplesmente aos efeitos dessa operação.

Como dito anteriormente, comumente operamos como se os objetos estivessem dispostos em um mundo pronto e acabado, então, um estímulo externo, algum fenômeno que se percebe gera uma divisão: interno/ externo, eu/ outro, sujeito/ objeto, etc. E a partir desta abstração, fazemos o julgamento do objeto, atribuímos qualidades e fixidez. Tais qualidades suscitam em nós, sentimentos com relação a gostar e não gostar, e logo iremos operar no mundo, mobilizando nossa

¹⁹ Padma Samten, Psicologia Budista, ensinamento proferido em Vitória/ES, 02/11/2005.

²⁰ Idem.

energia para lutar pelas coisas que gostamos, que passamos a desejar, e a nos afastarmos das coisas que não gostamos, daquelas que temos aversão. O grande problema é que a ação cotidiana se torna, com o passar do tempo, condicionada por essas etapas (Padma Samten, 2005)²¹. Ao invés de agir no mundo, não percebemos que apenas reagimos com apego e aversão às situações que atravessamos. A felicidade que perseguimos com tanto afincos, acaba, no entanto, nos conduzindo a experiências de enorme insatisfação, e como o foco de nossa atenção pula de objeto em objeto, as emoções que surgem com esses objetos (seja fruto do apego ou da aversão) oscilam muito.

Os Doze Elos da Originação Interdependente (*pratitya samutpada*) constituem a base dos estudos budistas sobre nossa experiência convencional. Muitas vezes é traduzido como “causa e efeito”, mas segundo o mestre vietnamita Thich Nhat Hanh (2001), esta tradução pode ser fonte de equívocos, pois se pode acreditar que se está afirmando que uma única causa origina um único efeito.

De acordo com o ensinamento da Origem Interdependente, a causa e o efeito surgem juntos (*samutpada* e tudo o que existe é resultado de múltiplas causas e condições. O ovo está na galinha, e a galinha está no ovo. Galinha e ovo surgem em dependência mútua. Nenhum dos dois é independente. A Origem Interdependente vai além do nosso conceito de tempo e espaço. “Um contém todos.” ... Uma causa nunca é suficiente para produzir um efeito, mas ela precisa também, ao mesmo tempo, ser um efeito, e cada efeito precisa ser a causa de algo mais. A causa e o efeito existem de forma interdependente. A idéia de uma primeira ou única causa, algo que não necessita de uma causa, não se aplica (THICH NHAT HANH, 2001, p. 260-261)

A perspectiva dos Doze Elos, ao contrário de reduzir as experiências de mundo a uma visão mecanicista, aponta para a complexa constituição de nossa experiência convencional, buscando nessa compreensão a origem do sofrimento e das relações limitadas. Para o budismo, nossa experiência comum de mundo opera a partir de sentidos físicos, o que termina por resumir a experiência de mundo aos termos de gosto ou de aversão (e as indiferentes). Pelo hábito, tal operação ganha solidez até o ponto de dizermos “Eu sou isso!”, a partir desse ponto limitamos ao esforço de tentar manter esta condição. Ficamos então, “presos” dentro daquela estrutura de mundo que surgiu do gostar e do não gostar. A virtualidade deste mundo surge e se mantém pelos sentidos físicos e cognitivos, até o ponto onde não é possível mais se

²¹ Idem.

experimentar o mundo daquela forma determinada (por sua constituição impermanente), tudo se dissolve e “renascemos” sob a égide de outra identidade (Padma Samten, 2006b).

Quando nasce uma identidade, na experiência convencional, surgem também algumas formas padronizadas de operar nossa vida cotidiana. Geramos uma inteligência e passamos a operar nossa vida a partir dessa inteligência. Quando se está em um jogo de futebol, por exemplo, se opera segundo as regras criadas, a inteligência que opera o faz dentro de quatro linhas; ou quando estamos dirigindo o carro, pensamos e operamos a partir de quatro rodas (Padma Samten, 2006b). Por isso, essas identificações são chamadas dentro do budismo de veículo, quando a identidade ou o veículo muda, muda também a inteligência que vai operar esse novo veículo.

Por exemplo, quando estamos dentro de um automóvel, raciocinamos a partir de quatro rodas e u motor e, de modo geral, só podemos ir aonde o automóvel vai, caso a gente continue sentado dentro dele. Ou seja, nós pensamos em termos de ruas, estradas, pavimentação. Tudo isso começa a importar, o tráfego começa a importar. (...) Passamos a experimentar a vida humana a partir de um automóvel – nós temos não só duas pernas como também quatro rodas, geramos um corpo diferente. Surge uma inteligência específica que passa a analisar as possibilidades, os tempos, o que é possível e o que não é. Tudo a partir daquele outro corpo, o carro.(PADMA SAMTEN, 2006b, p. 14-15)

Se não entendemos nossas ações, ou a operação dessas inteligências funcionando na gênese do sofrimento dificilmente conseguiremos ultrapassá-lo. De certa forma, por tratar o sofrimento como algo natural, não nos damos conta de como esse processo que dá solidez às experiências se instala. Mas onde de fato está a solidez de um hábito? O que produz essa aparência sólida e fixa da realidade?

É exatamente disso que trata os Doze Elos, e a abordagem utilizada pelo Lama Padma Samten (2005)²² analisa estes temas a partir da noção de “vacuidade” dos fenômenos. Vacuidade não como vazio, mas como princípio ativo que produz a solidez dos fenômenos: a natureza luminosa da mente, como dito anteriormente.

As experiências convencionais de mundo de uma maneira geral operam determinadas “versões” da realidade, denominadas de “reinos”. As inteligências operam dentro dos reinos através de respostas automáticas que se materializam

²² DVD *Os Doze Elos da Cadeia da Originação Interdependente*

como pensamentos, emoções, ações, explicações, etc. os reinos são mundos que habitamos. Tais mundos são completos de um ponto de vista de uma justificativa para nossas existências. Vive-se uma vida particular ou um mundo individual como se as ações só tivessem relação com o que está “fora” pela manipulação de objetos externos (também) independentes dentro de contextos limitados. Para o budismo esses padrões habituais dividem-se em seis reinos: dos deuses, semideuses, humanos, animais, seres famintos, e por fim, o reino dos demônios, ou dos infernos (Padma Samten, 2005)²³.

Embora esses reinos pareçam mundos completos do ponto de vista de quem os vive, claramente, dependem de certas condições, não passando então, de experiências limitadas e autocentradas; sempre circunscritas aos contornos de paisagens (Padma Samten, 2006b). Mudando-se as condições alteram-se também os modos de relacionar-se com o mundo e passa-se a habitar outro reino – esta é a experiência cíclica ou *samsara*.

O reino dos deuses é permeado pelo “orgulho”, que implica uma fixação no “si-mesmo”. Esta fixação é vivida como um grande prazer no sentido da manutenção dos contextos, uma vez que as condições favorecem interesses pessoais. O sofrimento dentro deste reino advém do reconhecimento de que tais condições não são eternas. E quando as condições se alteram todas as relações são experimentadas com grande desapontamento (Chögyam Trungpa, 1995).

O reino dos semideuses (titãs) é o reino onde a emoção que limita a experiência a um sujeito independente é a “inveja”. Este tipo de emoção transforma as experiências em competições e comparações. É um grande sofrimento neste reino não ter a paz de se relacionar com o mundo sem ser através da disputa e da luta, é necessário um esforço incessante para se defender um território que se considera pessoal e próprio. Há uma desconfiança que permeia as relações e fixa a atenção em pontos muito restritos das ações dos outros.

O reino dos humanos é marcado pelo trabalho incessante em busca dos objetos de apego, pois se acredita que um estado de felicidade permanente existe quando se possui tais objetos. É comum que se esforce por algum “ideal” ou por algo que se acredite faltar. O sofrimento dos seres se relaciona com a grande decepção em não encontrar a felicidade duradoura onde se acreditava existir. “No

²³ Padma Samten, Psicologia Budista, ensinamento proferido em Vitória/ES, 02/11/2005.

reino humano há uma constante procura por situações novas ou tentativas para melhorar determinadas situações” (Chögyam Trungpa, 1995, p. 47)

A estupidez e o torpor expressam uma mente que opera no reino animal. Aqui as ações estão limitadas a objetivos bem restritos e predeterminados. “[...] Não enxergamos o ambiente que nos rodeia, vemos tão-somente nosso objetivo e os meios para atingi-lo” (p.48). O sofrimento básico deste reino vem da obtusidade mental, que a bem dizer é a ausência da habilidade em refletir sobre as conseqüências das ações e a insistência em se provar que sempre se está fazendo a coisa certa. A estupidez pode conduzir a uma relação de subserviência ou de um agir extremamente grosseiro. Quantas vezes não baixamos a cabeça para o que acontece ao nosso redor e simplesmente seguimos adiante?

O reino dos seres famintos é permeado pelo sentimento de carência e de falta constante. Os seres demandam grande esforço para conseguir aquilo que desejam e quando conseguem se satisfazer, logo surge a impaciência e a procura por novas coisas para serem consumidas. Há grande sofrimento de um lado por ser impossível satisfazer tudo o que se acredita ser uma necessidade premente, o que causa um sentimento de grande tristeza, e por outro, a compulsão e o medo da falta levam aos excessos e conseqüentemente a perda de sensibilidade e a incapacidade de se mover no mundo. A dor surge do reconhecimento de que é impossível de satisfazer a ação compulsiva, tanto no sentido da relação com as outras pessoas, com os objetos ou com o meio-ambiente. Haveria alguma relação desse tipo de inteligência com as formas de consumo e os sofrimentos que experimentamos atualmente? As doenças mais freqüentes, como a depressão ou os transtornos obsessivos, não são aquelas que nos imobiliza diante da vida?

É doloroso estar preso a um desejo não realizado, incessantemente buscando satisfação. Todavia, mesmo que consigamos nosso objetivo, restará o desapontamento de estarmos saciados, tão empanturrados que estaremos insensíveis a outros estímulos. [...] Satisfazendo um desejo ou permanecendo nele e nos esforçando para realizá-lo, de todo modo estaremos atraindo a frustração. (CHÖGYAM TRUNGPA, 1995, p. 51)

No reino dos demônios as relações são bastante agressivas. O ódio que rege a mente dá a sensação que todos são inimigos em potencial e que em todas as situações há uma hostilidade contra si. Os contextos tornam-se muito confusos, pois não há em quem confiar e a única maneira concebível de se agir passa a ser a

agressividade. Mas ao contrario do que se imagina a agressividade não resolve a confusão e se reverte contra a própria pessoa. O próprio ambiente se torna agressivo. Se tudo que se percebe é uma terra infernal (ambiente hostil) a ação será então uma resposta ao contexto. O sofrimento neste reino poderia ser representado por alguém que devora a si-mesmo e ao final se depara com sua própria agressividade. Quanto mais tenta diferenciar a si como algo que precisa ser preservado e defendido (portanto, independente) a qualquer custo, mais a atmosfera se torna hostil, o que significaria um aumento da agressividade para se dar conta do que o contexto “exige”, de modo interminável.

O Lama Padma Samten (2006a) cita alguns exemplos de reações possíveis de uma pessoa ao saber que outra recebeu um convite para ir à Índia ouvir os ensinamentos de S.S. o Dalai Lama, que talvez sejam interessantes para ilustrar o tema dos seis reinos. Alguns que habitam o reino dos deuses poderiam dizer, *“Isso é maravilhoso! Realmente fantástico!”*; enquanto a inteligência que opera o reino dos semideuses diria, *“quando ela retornar, vai se achar muito importante, acima dos outros...”*; outros que habitam o reino dos humanos diriam, *“Muito bom, mas durante esses dois meses que você vai passar lá, como ficarão suas coisas aqui? E a sua família? Seu trabalho? Seu dinheiro? Como é que vai ficar o seu cotidiano? E as plantas de sua casa? E o seu cachorro?”*; outro operando no reino dos animais afirmaria: *“Isso é muito trabalhoso, muito cansativo. Prefiro ficar na minha casa, tranqüilo, dormindo. Se eu quiser ouvir o Dalai Lama, há tantas fitas, tantos textos gravados! Por que tenho que ir até lá e fazer esse esforço enorme? Oh não, prefiro ficar aqui em minha casa, quieto, onde descanso a hora que quero, sigo o meu ritmo, sem perturbações.”*; os que operam no reino dos seres famintos dirão, *“Se eu fosse para lá, onde é que eu dormiria? O que comeria? Será que teria água limpa? [...] Se eu precisar de dinheiro? Se eu precisar disso, daquilo, como é que eu faço?”*; e os seres do reino dos infernos dirão: *“Não, isso é um perigo verdadeiro. A começar pelo avião, com esses raios cósmicos, comida repleta de conservantes, lugares apertados. Sem falar nos ataques terroristas, tão freqüentes hoje em dia. E você conhece a Índia? Lugar sujo, comida contaminada, pessoas estranhas e mendigos por todos os lados. Você vai buscar o que lá? Mesmo na presença do Dalai Lama haverá mais de cem mil pessoas!”* (p. 30)

O mundo real, concreto, como dito, faz todo sentido para a pessoa que o vive, entretanto essa realidade estará limitada ao tipo de inteligência que opera, o mundo

habitado é co-emergente às inteligências que estiverem operando. Pode-se dizer que a inteligência é como um tipo de luz, que revela um mundo completo em suas composições. Se, por exemplo, definíssemos nossa identidade, faríamos de uma maneira, mas amanhã, o faríamos com algumas diferenças, daqui há dez anos provavelmente faríamos de forma ainda mais diversa, bem como, quando nos definíamos há dez anos atrás, bem diferente de como fazemos agora. A análise crítica de nossas experiências pode revelar um “eu” co-emergente às paisagens, e mais ainda, pode revelar uma liberdade primeira, no simples fato de podermos operar no mundo com várias inteligências ou visões de mundo. Nem a Ciência, nem a Filosofia, e nem o Budismo são a liberdade, são na verdade expressões dessa liberdade, de consciência e clareza.

A direção apontada por este tipo de abordagem caminha para um exercício dessas liberdades, já presentes em nossa vida cotidiana, mas de forma confusa e esporádica (não sabemos, por exemplo, utilizar a ciência apropriadamente para o benefício de nossas relações, construímos bombas, produzimos fome, devastamos o meio ambiente...), por isso não podem ser utilizadas como instrumentos que auxiliariam na superação das limitações em nossas relações.

As identidades e os reinos não são sólidos no sentido de conterem em si uma essência imutável e independente. Entretanto, o fato de não ter solidez não quer dizer que não operem. A seguir trataremos dos Doze Elos da originação interdependente. Do segundo ao quinto elo trataremos de forma resumida, pois é a partir do sexto elo que começamos propriamente operar com uma inteligência dentro de um corpo físico, que é o que nos interessa para este trabalho.

3.6) Experiência convencional: causas e condições

Assim ouvi. Certa ocasião o Abençoado estava entre os Kurus em uma cidade denominada Kammasadhamma, então o Venerável Ananda foi até o Abençoado e depois de cumprimentá-lo sentou a um lado e disse:

“É maravilhoso e admirável, venerável senhor, que essa origem dependente seja tão profunda e difícil de ser vista, no entanto para mim ela parece tão simples, clara como a luz do dia.”

“Não diga isso, Ananda! Não diga isso, Ananda! Esta origem dependente é um ensinamento profundo, difícil de ser visto. É por não entender, não compreender e não penetrar de forma completa este ensinamento que os seres ficam confusos como um novelo embaraçado, como uma corda embolada cheia de nós, como juncos enredados, e não conseguem escapar da transmigração, dos planos de miséria, dos destinos ruins, dos mundos inferiores.

(Mahanidana Sutta - O Grande Discurso da Causação)²⁴

A abordagem dos Doze Elos (Lama Padma Samten, 2005²⁵, 2006) aqui utilizada, trata do modo como o mundo experimentado de forma limitada dentro dos seis reinos é construído e termina por se tornar a própria causa do nosso sofrimento. Dentro desse processo de construção de mundos se é capaz de argumentar, aspirar coisas e ter emoções em função dos acontecimentos. Ao se encarnar uma identidade permanente e independente, co-emerge todo um contexto que dará sustentação a esse mundo condicionado. Toda essa construção, essa concretude confere àquilo que rodeia um estatuto de realidade última, de substância separada. A partir daí, muito esforço será necessário para que se mantenha tal configuração, até que a constituição impermanente das experiências convencionais surja como mudança e sofrimento (Padma Samten, 2005)²⁶.

Há várias perspectivas de entendimento para os Doze Elos dentro do budismo, segundo o Lama Padma Samten (2005)²⁷, entretanto este trabalho se situa dentro dos ensinamentos denominados de *visão da vacuidade*, onde a característica principal é a ênfase na não-solidez dos elos e no modo como mesmo possuindo uma natureza livre (e coletiva) não é possível expressá-la dentro da experiência condicionada.

O primeiro dos doze elos chama-se *avydiā* ou ignorância. A experiência cíclica tem sua base em um desconhecimento da liberdade que é a própria natureza da *mente*. Embora não possamos achar uma condição permanente em nossas

²⁴ <http://www.acessoaoinsight.net/sutta/DN15.php>

²⁵ Padma Samten, Doze Elos e Seis Reinos na Vida Cotidiana, ensinamento proferido em Recife/PE, 23/06/2005.

²⁶ Padma Samten, Psicologia Budista, ensinamento proferido em Vitória/ES, 02/11/2005.

²⁷ Padma Samten, Doze Elos e Seis Reinos na Vida Cotidiana, ensinamento proferido em Recife/PE, 23/06/2005.

experiências convencionais, agimos como se houvesse um tal referencial. Nossas ações criam os objetos de nossos mundos, a partir daí, nossa conduta será referenciada pela disposição desses objetos. É como se os padrões habituais de ação, formadas ao longo de nossa vida nos impedisse de perceber que nós mesmos criamos os objetos, que sujeito e objeto nascem juntos. Temos uma clareza que justifica o mundo habitado, que, corresponde ao mundo no qual operamos. Esses padrões habituais de ação solidificam com o passar do tempo, certas estruturas internas que acabam por direcionar nossa energia de ação (estruturas cármicas).

A linguagem da energia tem um raciocínio; há uma mente que acompanha todo o processo. Essa mente opera de modo muito simples, como se fosse uma mente binária, no sentido de que queremos o que gostamos e não queremos o que não gostamos. Quando a energia nos impulsiona, dizemos: “Eu gosto!” Quando a energia se opõe, dizemos: “Eu não gosto!” (PADMA SAMTEN, 2006b, p. 42)

A ignorância (*avidya*) é para o budismo o maior obstáculo à ação clara e lúcida. Como dito anteriormente, é entendida como uma fixação num determinado ponto de vista, uma sujeição aos padrões habituais de ação. O que ocorre aqui, não passa de uma reação aos acontecimentos. A ignorância seria então, este estreitamento da visão que nem sequer se imagina cega; é tomar o mundo por dado. Nossa cultura global, embora não seja uma característica somente dela, não possui um processo “pedagógico” que permita uma orientação ética na construção de uma interioridade, que permita-nos refletir sobre as relações que constituem o si mesmo e o mundo. Nosso próprio sistema de ensino está repleto de pressupostos para nossa ação no mundo, impedindo um conhecimento de si como relação em meio à impermanência.

O segundo elo é chamado de *samskara*, que são as chamadas marcas sutis ou formações mentais, que direcionam a ação volitiva, ou a ação com base em um “eu” independente. Quando se age de modo autocentrado, a partir da ignorância, limita-se a experiência de mundo a existência de um ser isolado. As ações de “ser isolado” estarão direcionadas à manipulação de elementos “externos” que à princípio sustentariam o contexto. O tipo de ação daí advinda torna-se recorrente gerando as mais diversas propensões e hábitos que se materializarão em novas ações limitadas.

[...] O segundo elo refere-se a potencialidades, tendências e hábitos que são constituídos pela prática de intensos comportamentos impulsivos, sejam

positivos ou negativos, mas ainda influenciados pela confusão do primeiro elo, nos lançando em um ciclo de tentativas de se sustentar uma existência inerente. (BERZIN, 1991, p. 50)

O terceiro elo é a consciência (*vijnana*) e fala de uma sensibilidade dualística em geral. Toda ação deixa marcas em nossa experiência, que permanecerá como uma semente em nossa vida; são portanto formas de automatismo mais sutis e arraigados. Este elo é composto pelas limitações potenciais na visão de mundo: ao se agir de modo autocentrado, cria-se uma tendência para que este tipo de ação ocorra novamente. É o início da vida consciente, e se é introduzido nesse estado pelos elos anteriores.

O quarto elo é *nama-rupa*, que é a formação de um complexo psicofísico. Seria a união entre o corpo e a mente, ou a forma pela qual nos tornamos objetos para nossa consciência.

O quinto elo (*shadayatana*) são os seis órgãos dos sentidos e seus respectivos objetos: olhos, ouvidos, nariz, língua, corpo e mente; e seus objetos, formas, sons, gostos, tato e objetos da mente. O corpo e a mente implicam nos seis sentidos, os elos subseqüentes estão aqui presentes. Não é possível no processo de aprendizagem musical, por exemplo, localizar neste contexto o surgimento de “um ouvido” para as notas, para as seqüências e intervalos que ignorávamos antes? Da mesma forma o processo de se tornar hábil em alguma coisa não é também aprender a perceber determinados objetos e ao mesmo tempo desenvolver um “órgão” para percebê-los? Neste elo surge o corpo humano propriamente dito ou o veículo a partir do qual a “inteligência” se instala.

O sexto elo é o contato (*spasha*). Cada um dos órgãos dos sentidos é capaz de captar seus objetos específicos, o contato é, portanto, a união entre o sentido e seu objeto, entre o corpo e o mundo externo. Começamos a operar propriamente com uma inteligência humana, a representação deste elo na Roda da Vida é o de uma mãe com um bebê no colo, apontando para uma relação sensorial com o mundo. O mundo deste bebê está limitado pelo que ele sente, assim como nossa experiência cotidiana está limitada pelo que sentimos.

Esse elo é crucial no entendimento da construção de uma identidade, pois normalmente, nossa mente ao raciocinar opera a partir dos elementos dos sentidos físicos. Como os seis sentidos comumente estão limitados a perceber uma quantidade restrita de fenômenos, terminamos por operar uma mente ou uma

inteligência também limitada. Essa limitação se dá quase sempre em termos de uma descrição de mundo – o mundo percebido corresponde exatamente aos objetos que brotam dos sentidos: se não percebemos algo, afirmamos que não existe. A inteligência fica limitada então, a linguagem.

São seis janelas – cinco janelas físicas e uma abstrata, que é a janela da mente. Porém, nem sempre percebemos que, mesmo quando sonhamos, nós sonhamos com os objetos dos olhos, dos ouvidos, do nariz, da língua, do tato e da mente. A nossa própria mente quando raciocina está presa aos objetos dos olhos, ouvidos, nariz, língua e tato. (...) Efetivamente, nós não só temos cinco sentidos físicos limitados, como o sexto, que é a mente, fica limitado aos cinco também. Os cinco geram um universo de objetos, conceitos, idéias e temas que são geridos pelo sexto, que é a mente abstrata. (PADMA SAMTEN, 2006, p. 15-16)²⁸

Por exemplo, quando se olha para algo, normalmente não nos damos conta que não vemos todas as luzes, não vemos que não vemos. E conseqüentemente a cognição se limita ao que o olho enxerga, de forma que o que não é visto não existe em nosso mundo. Existe também a restrição do sexto sentido (o sentido da abstração, processos mentais), de forma que a realidade material muda à medida que muda o processo mental: o que vemos diante de nós depende das concepções da mente. Como uma mosca batendo em um vidro transparente até morrer exaurida por não conceber o vidro como existente, como obstáculo. (Lama Padma Samten, 2005²⁹).

De modo geral, na experiência convencional não percebemos esse tipo de limitação, não se tem essa habilidade ou competência.

O sétimo elo são as sensações (*vedana*) que surgem do contato do sentido com o objeto. As sensações podem ser agradáveis, desagradáveis, neutras ou indiferentes. Neste ponto a ação está limitada ao gostar, não gostar e ser indiferente. A indiferença diz respeito às coisas que não são vistas, quando poderiam ser, por exemplo, se focamos um ponto específico seu entorno nos foge. Tornamo-nos cegos pelo que vemos. Aqui, o desenho que representa este elo é o de um homem introduzindo uma flecha dentro do próprio olho.

Os sentidos acabam por filtrar as percepções que brotam como uma inteligência que começa a operar no mundo a partir dos impulsos de *gostar/ não*

²⁸ Relações e conflitos

²⁹ Padma Samten, Doze Elos e Seis Reinos na Vida Cotidiana, ensinamento proferido em Recife/PE, 23/06/2005.

gostar/ e ser indiferente, e em função disso toma-se as decisões que irão gerar o elo seguinte.

No sexto elo se desenvolveu uma cegueira conceitual e um mundo também conceitual. Agora, a esta cegueira, se adiciona o fato de que começamos a filtrar tudo, de uma maneira muito simples, através do “gostar” ou “não gostar”. Passamos a ver apenas estes elementos que nos atraem e prendem. Este sentido de “gostar” ou “não gostar” vamos tomar como se fosse a direção segura da nossa vida, a base da nossa inteligência, o que aponta o sentido maior da nossa existência. Esta é a cegueira adicional do sétimo elo. (PADMA SAMTEN, 2006b, p. 17-18)

O oitavo elo é o desejo (*trishna*), que se constitui como uma reação automática ao elo anterior: apego pelo que agrada, aversão pelo que desagrada e indiferença pelo que não se percebe. Compomos aqui, segundo a abordagem utilizada, nosso mundo próprio com os elementos do elo anterior. Ao fazermos a pergunta, “Como fazer para ter uma experiência continuada do que gosto e interromper aquilo que não gosto?”, atualizamos o próximo elo.

O nono elo é o apego (*upadana*) ou ligação, que é a atualização do elo anterior. É a busca pelo que desejamos e a tentativa de distanciamento daquilo que temos aversão. Geramos uma habilidade para lutar pelas coisas que nos agradam (e eventualmente até conseguimos) e a fugir das coisas que nos desagradam (também eventualmente conseguimos). Aprende-se a obter certos resultados a partir do apego.

A partir da nossa decisão, que tem o apego como referencial, colhemos os frutos correspondentes. Encontramos muitas coisas que queremos e conseguimos evitar muitas que não queremos. Isto origina o nono elo. (PADMA SAMTEN, 2006b, p. 18)

O décimo elo é *bhava* (ser/ existir). Aqui a identidade propriamente dita nasce. O apego gera novos padrões que persistirão em situações vindouras. Como se uma situação se repetisse e a partir daí dizemos, “Eu sou isso”. A gente se descreve como uma identidade a partir do momento que acreditamos ter a habilidade de filtrar o mundo de determinado jeito. É como se nossas estruturas se consolidassem ao nascermos no mundo - e ao mesmo tempo nasce o mundo para nós. Trata-se da “autoconsciência” que se é uma identidade.

No décimo elo nós surgimos. A gente diz: “Agora eu realmente sei”. Nos sentimos completos como um pássaro emplumado. Ele está pronto e agora vai voar. Quando o pássaro voa, isto equivale a um nascimento no mundo,

o décimo primeiro elo. Neste momento nós estamos no mundo. (PADMA SAMTEN, 2006b, p. 18-19)

O décimo primeiro elo é o nascimento (*jati*) de uma identidade dentro de um mundo específico, onde os novos padrões de ação direcionam o que fazer. Quando dizemos “Eu sou isso”, é necessário que se faça uma série de esforços para que a identidade seja mantida. Agimos, por essa abordagem, conforme percebemos o mundo, então, precisamos de um esforço para sustentar esse mundo de acordo com nossas convicções. Desde o momento em que nasce uma identidade na Roda da Vida temos que fazer esforços para viver, mesmo um animal precisa fazer esforço; eles precisam comer, dormir... (Lama Padma Samten, 2005³⁰). De acordo com cada aptidão se leva a vida de um modo específico.

Aqui a identidade além de estar “pronta” e ter aprendido a colher os frutos, se move no mundo estabelecendo relações. Para a identidade, o mundo que habita faz pleno sentido e ela possui justificativas para tudo que acontece sem se dar conta de que suas limitações são exatamente essas justificativas; até que progressivamente a energia empregada para sustentar essa experiência se desgasta. Constantemente se busca uma condição estável de felicidade, que nunca é obtida por estar sempre na dependência de referenciais impermanentes.

Quando o pássaro estava pronto, saiu do ninho e voou. Quando ele voa, ele está no mundo. Quando ele estava no ninho, a mãe pássaro trazia comida, agora ele voou e terá que encontrar comida. Ele vai ter que se movimentar de uma forma inteligente no mundo. (PADMA SAMTEN, 2006b, p. 19)

O décimo segundo elo é a decadência e a morte (*janamarana*). Tudo que surge se dissolve, e é a precondição causal para o surgimento do próximo momento. Não conseguimos fazer esforços interminavelmente, nossa vitalidade aos poucos (ou de uma só vez) vai se consumindo até que morremos. E essa morte não precisa ser física, aliás, já morremos inúmeras vezes em diferentes identidades: trocamos de emprego ou profissão, de companheiro, éramos crianças, enfim transitamos por vários mundos distintos.

O décimo primeiro elo é seguido pelo décimo segundo. É quando este processo termina porque se esgota o período de vida – vida física ou de alguma das várias identidades ilusórias no mundo. (PADMA SAMTEN, 2006, p. 19)

³⁰ Padma Samten, Doze Elos e Seis Reinos na Vida Cotidiana, ensinamento proferido em Recife/PE, 23/06/2005.

O samsara é esse ciclo da existência humana condicionada pelo hábito. Um grande obstáculo a nossa ação mais ampla e efetiva é que só percebemos a situação do ponto de vista ético (das conseqüências de nossas ações), no momento em que podemos fazer muito pouco, que é quando nascemos dentro de nossos mundos-próprios repletos de problemas.

Muitos afirmam que nossas respostas não precisam ser reações às condições externas. O desejo, por exemplo, não precisa ser fonte de apego. Podemos também nos habituar a não responder automaticamente aos nossos condicionamentos, e ao longo do tempo vamos desconstruindo nossos automatismos. E essa interrupção acaba por gerar uma tranqüilidade ou mais espaço para a próxima ação, aumentando a lucidez do agir (Varela; Thompson, Rosch, 2003). O teor dos ensinamentos budistas, de uma forma geral, trata dos modos como se ultrapassar essas experiências convencionais sem lucidez. O cultivo das virtudes (que será abordado no próximo capítulo) é uma forma de se desenvolver uma ação não-responsiva e não centrada em padrões habituais de identidade.

A sensação do “eu” surge da repetição de ações habituais, das ações conjuntas dos Doze Elos. A ação é conjunta, pois cada elo depende da existência do elo anterior, ou cada elo está presente nos demais: um não existe sem o outro, eles co-emergem, como o ovo e a galinha. O hábito mesmo não existe em si, mas da “co-operação” de todos os elos; eles jamais dependem somente de si mesmo, mas de todos os outros.

Esta é a nossa presente situação. De modo geral, não entendemos isto. Como temos uma definição sobre o que queremos e não queremos, do que gostamos e não gostamos, tudo para nós se resume a isso. Vamos dizer: “Ainda não consegui o que quero, depois vou conseguir, agora estou pagando as prestações, depois quando eu receber aí sim vou estar feliz”. Nós olhamos a nossa vida deste modo condicionado, buscando controlar o mundo externo e obter felicidade através disso. (PADMA SAMTEN, 2006b, p. 19 - 20)

3.7) Os doze elos da originação interdependente e a condição atual

Sabemos que o homem branco não compreende nossos costumes. Uma porção da terra, para ele, tem o mesmo significado que qualquer outra, pois é um forasteiro que vem à noite e extrai da terra aquilo de que necessita. A terra não é sua irmã, mas sua inimiga, e quando ele a conquista, prossegue seu caminho. Deixa para trás os túmulos de seus antepassados e não se incomoda. Rapta da terra aquilo que seria de seus filhos e não se importa. A sepultura de seu pai e os direitos de seus filhos são esquecidos. Trata sua mãe, a terra, e seu irmão, o céu, como coisas que possam ser compradas, saqueadas, vendidas como carneiros ou enfeites coloridos. Seu apetite devorará a terra, deixando somente um deserto.

(Carta resposta do chefe Seattle ao presidente dos Estados Unidos, de 1854)³¹

É próprio da *ignorância*, guiar o pensamento de objeto em objeto, ativar um fluxo de pensamento, que se movimenta pulando de uma idéia a outra. Essa visão de mundo parte do preconceito da independência (as ações são guiadas pela dupla operação eu-mundo), uma forma de encadeamento de idéias que vai aos poucos, transformando-se em realidade sólida, em preconceitos e modelos de conduta. Estes processos artificiais de produção de mundos são de uma maneira geral, tendências para ação e padrões habituais de conduta, são nossas maneiras de “estar-no-mundo”.

O sofrimento se expressa em nossas vidas como estados mentais e físicos, como efeito de relacionamentos que estabelecemos com os outros, com a humanidade, com o meio ambiente e conosco. Formas estas, que no transcorrer das situações vão deixando marcas mais ou menos profundas em nossa existência. Na vida comum, marcada pelas experiências de apego e aversão, não se percebe a interdependência entre sujeito e objeto por causa da visão limitada pelos condicionamentos. O que limita conseqüentemente nossa possibilidade de ação no mundo que se habita. O condicionamento se torna a lente através da qual passamos a perceber tudo como dualidade inerente. Se há um sujeito independente o que lhe resta fazer é manipular os objetos externos de modo que se alinhem à nossa perspectiva de mundo, de modo que a configuração externa continue a fornecer condições para a experiência atual (Dalai Lama, 2000a).

Nessa dependência da manipulação do mundo externo tornamos nossas ações uma busca incessante pelo poder de manipulação, como se pudéssemos encontrar

³¹ <http://www.caminhodomeio.org/Espiritualidade/seattle.htm>

nossa felicidade nesta operação. Atribuímos nossa possibilidade de felicidade à busca de poder.

Temos a sensação de que, se temos poder, podemos torcer o mundo externo de tal forma que ele sorria para nós e nos faça feliz. É simples. Desta forma, é natural que o veículo da felicidade se torne dependente de uma estrutura de poder. Se temos esta estrutura de poder ao nosso dispor, vamos sentir que podemos ser felizes, que podemos manipular circunstâncias externas e obter o que verdadeiramente aspiramos. Não nos damos conta de que esta é uma estrutura problemática. (PADMA SAMTEN, 2006b, p. 21)

Tem-se a crença então, segundo o budismo, que manipulando o mundo externo conseguiremos alcançar algum estado próximo de uma felicidade duradoura e estável. Não buscamos o poder pelo poder, mas pela possibilidade ilusória de alcançar a felicidade.

Quando tratamos do décimo primeiro elo (nascimento) afirmamos que ao dizer “Eu sou isso”, necessitaremos de incluir em nosso fazer cotidiano uma série de esforços para sustentar a identidade nascida. Neste ponto, descobrimos as estruturas de poder como uma suposta possibilidade de alcançar uma condição estável. Então, porque temos a impressão que manipulando o mundo externo poderemos sustentar a identidade que nasceu atribuímos grande importância ao poder. E em nossos tempos atuais a forma mais comum que encontramos de manipular o poder chama-se: economia (Padma Samten, 2006b).

Associado ao poder, descobrimos a economia, que é uma forma de manipular o poder. Nos tempos de agora, porque aspiramos ao poder, ficamos sob o domínio do veículo que aparentemente nos possibilita o poder, a economia. (PADMA SAMTEN, 2006b, p. 22)

Independente de classe social pensa-se que a vida vai melhorar ou caminhar para uma situação mais estável se ganharmos mais dinheiro. E pensamos comumente dessa maneira em quase todos os aspectos e atividades de nossa vida cotidiana, como em programas sociais, em nossa vida familiar, em nossas reivindicações trabalhistas, etc., enfim em quase tudo o dinheiro se apresenta para nós como único caminho viável.

Pensamos que tudo vai se resolver mais ou menos de modo econômico. Se encontramos, por exemplo, ao redor da cidade muitas pessoas infelizes e violência, vamos dizer: “Falta dinheiro, falta geração de renda, faltam muitos elementos que poderiam ser oferecidos se houvesse possibilidade econômica.

Em verdade este não é o ponto, a infelicidade das pessoas surge pela falta de relações adequadas consigo mesmas, com os outros, com a humanidade e com a natureza. As dificuldades existem também para as pessoas que têm renda.

(...) Ricos ou pobres, todos nós sofremos do mesmo mal que são os doze elos. Por isto, estabelecemos relações negativas e impróprias em todas as direções e sofremos. (PADMA SAMTEN, 2006b, p. 22 - 23)

Dentro dos Doze Elos as relações que estabelecemos são sustentadas pela noção de uma identidade imutável e independente, como se a sua manutenção pudesse nos garantir uma condição estável e permanente. O problema é que a identidade nascida dentro desta operação cíclica está fadada à morte, uma vez que se constitui como um conjunto de respostas automáticas (estruturas cármicas) diante da variabilidade e impermanência do mundo que habitamos. A identidade estando limitada aos padrões automáticos de ação acaba por compor relações negativas e reduzidas do ponto de vista de suas possibilidades. Essa ação não lúcida (Padma Samten, 2006b), que ignora sua existência co-emergente, por frustrar a aspiração de uma condição de felicidade duradoura produz um sentimento de grande angústia e sofrimento em todos os âmbitos de nossas relações cotidianas (conosco, com os outros, com a humanidade e com o meio-ambiente).

Enquanto vivemos, tomando essas identidades limitadas como referencial - ignorando seu caráter artificial (produzido) e co-emergente - é necessário que se faça grandes esforços para sustentar os contextos que consideramos favoráveis. E dentro desses mundos que fazemos esforços para sustentar, operamos com uma mente que funciona na dependência da manipulação dos objetos que compõem a paisagem na qual nos movimentamos. Dependentes ainda, dessa mente que opera em uma estrutura de mundo brotam as emoções e ações de corpo correspondentes (Padma Samten, 2006b). Se habitamos, por exemplo, o reino dos infernos, todos e tudo se torna um potencial inimigo diante de nós, de certa forma sentimos ódio de nossa própria condição e do mundo, e essa emoção é acompanhada de uma postura de corpo que lhe é muito natural, ou seja, a ação será voltada a tudo que se considere uma ameaça a nossa condição atual.

Quando examinamos os nossos fenômenos internos e as nossas identidades, vemos que há paisagens. Ou seja, há estruturas mentais e emocionais de mundo que olhamos como se fossem verdades em si mesmas, como se fossem o próprio mundo. (...) a operação da nossa mente se dá na dependência destas paisagens, já as emoções e energias surgem na dependência da paisagem e da mente, e a ação de corpo decorre das emoções e energia. (PADMA SAMTEN, 2006b, p. 45)

As situações que emergem em nossas experiências acabam por afetar nossa saúde e nossa felicidade. O estudo da Psicologia budista trata então, da análise destas situações e da sua repercussão em nossa vida (e conseqüentemente em nossas relações, uma vez que afirmamos que a vida só existe em relação), de forma a podermos atuar em cada uma das situações não benéficas para nós. Dessa forma, uma ação no mundo pautada em valores autocentrados ou em um automatismo limitado pelas convicções (*ignorância* – primeiro elo) resulta em conseqüências diretas em nossas vidas, que podem ser observadas em termos das situações que atravessamos atualmente, como sofrimentos que se manifestam nos sentimentos, nas idéias, nas ações e nas emoções correspondentes.

O Lama Padma Samten (2006b) pergunta: *“Expressamos liberdade nessas dimensões? Que inteligências temos manifestado? Que tipo de relações temos construído?”* Segundo ele, nossa única luta deveria ser contra os automatismos que nos roubam a liberdade de ação. Mas precisamos de lucidez e de uma reflexão ampla para saber o que é um obstáculo e ultrapassá-lo, pois a maior parte de nós não consegue localizar e reconhecer um obstáculo como obstáculo. A idéia que apresentamos é que cultivar o tema da ética é um dos modos que o budismo desenvolveu para aprendermos a discernir o que é um obstáculo no estabelecimento de relações mais amplas.

No budismo não há a idéia de um “eu” iluminado, mas de uma corporificação ou atualização de qualidades não-centradas em um sujeito independente. Há uma ação e uma consciência que não se restringem à noção de um “ego”, mas se expressa principalmente pelo seu alto grau de abertura ao mundo, com conexões que podem ser estabelecidas em todas as direções. Para isso, é preciso antes de qualquer coisa, compreender nossa condição atual, limitada e produtora de sofrimento para nós mesmos e para o mundo, e nossa condição potencial para experimentar uma felicidade em nossas relações não limitada por interesses pessoais.

CAPÍTULO 4

IMPLICAÇÕES ÉTICAS: CULTIVO DA AÇÃO NÃO CENTRADA

4.1) Ética e felicidade

O senhor vá pondo seu perceber. A gente vive repetido, o repetido, e, escorregável, num mim minuto, já está empurrado noutra galho. Acertasse eu, com o que depois sabendo fiquei, para lá de tantos assombros... um está sempre no escuro, só no último derradeiro é que clareiam a sala. Digo: o real não está na saída nem na chegada: ele se dispõe para a gente é no meio da travessia.

(GRANDE SERTÃO VEREDAS, Guimarães Rosa)

Desde o início do texto ressaltamos uma noção de ética como o cultivo de uma ação não centrada em um sujeito independente do mundo. Entendendo que somente agiremos eticamente diante do imediatismo das circunstâncias como se apresentam em nossa vida cotidiana, se essa ética estiver incorporada à nossa experiência de mundo. Sob o risco de respondermos as situações de modo condicionado pelas limitações de um ser “independente”.

Pela abordagem adotada, quando se age de forma centrada há um esforço para a manutenção da situação e condições de uma identidade, por isso S.S. o Dalai Lama (2000a), afirma que o objetivo desse esforço é alcançar um estado de “felicidade” e livrar-se de uma situação de sofrimento. “[...] *Pode-se concluir que um ato ético é aquele que não prejudica a experiência ou a expectativa de felicidade de outras pessoas.*” (p. 58)

Ao se afirmar que nas experiências se busca a felicidade, é preciso que se deixe claro que este termo se trata de uma noção relativa e utilizada para designar estados diversos (Dalai Lama, 2000a), e normalmente, é utilizada para fazer referência a intervalos ocasionais. E de forma geral estes estados se referem a atividades que “visam agradar os sentidos”, entretanto a satisfação sensitiva é claramente impermanente. Por exemplo, ao ganhar uma grande quantia em dinheiro preocupamo-nos em não perdê-la; ou comprar um carro novo e se preocupar com o seguro ou com as batidas; ou estar juntos de uma pessoa a quem se tem grande apreço e estar envolto na preocupação de não nos distanciarmos. Em nossa experiência cotidiana “desejamos” contextos que carregam consigo “germes” ou “sementes” de problemas futuros.

O carro enguiça, perdemos nosso dinheiro, nossos bens mais preciosos são roubados, nossa casa é destruída pelo fogo, sentimos necessidade de nos cercarmos de dispositivos de segurança. Ou tais coisas acontecem de fato ou vivemos preocupados que aconteçam.

Se não fosse assim – se essas ações e circunstâncias na verdade não trouxessem consigo a semente do sofrimento -, quanto mais nos entregássemos a elas, mais felizes seríamos. (DALAI LAMA, 2000a, p.60)

O problema de fato não está nas coisas em si nem no desenvolvimento material, se isso fosse verdade estaríamos nos contradizendo em nossos argumentos mais caros, ou seja, que as coisas não possuem qualidades intrínsecas. Mas dentro da experiência condicionada termina-se por se incorporar a crença de que determinados fenômenos possuem em si mesmo a qualidade de ser fonte da felicidade permanente. E como vimos dentro dos doze elos a felicidade está basicamente condicionada aos sentidos físicos.

Alguém poderia argumentar que está muito bem que se faça a distinção entre a felicidade passageira e a duradoura [...], mas que a única felicidade sobre a qual faz sentido falar quando uma pessoa está morrendo de sede é o acesso à água. Isso é inquestionável. (DALAI LAMA, 2000a, p.61)

Tais necessidades (materiais) urgentes são sem sombra de dúvida prioridades quando tratamos de questões de sobrevivência, mas nem todos os contextos têm essa conotação de urgência. Sendo assim, esta premência em algumas situações não sustenta a argumentação que prioriza a satisfação dos sentidos em todas as circunstâncias (Dalai Lama, 2000a) – limitar as relações ao mundo percebido pelos sentidos pode trazer conseqüências nefastas para nosso convívio.

Limitar a experiência de mundo à satisfação dos sentidos implica considerar, por exemplo, o hábito de um consumo exagerado de drogas, onde existe uma satisfação temporária que um pouco mais adiante se reverte em uma grande avidez por um novo consumo. *“O que não quer dizer que o prazer que certas atividades nos proporcionam seja errado. Mas precisamos admitir que não é possível gratificar permanentemente os sentidos.”* (Dalai Lama, 2000a, p.62)

Segundo S.S. o Dalai Lama (2000a), grande parte dos sofrimentos que experimentamos advém dessa forma compulsiva de obter a felicidade através da satisfação sensorial, tanto se considerarmos nossa experiência “individual” ou na vida em sociedade. Esta satisfação imediata dos sentidos, que não tem incorporada a noção de que vivemos em rede (convivência), não considerando o interesse dos

outros, solapa “a possibilidade de uma felicidade duradoura.” (Dalai Lama, 2000a, p. 63)

Se moramos num lugar onde há dez outras famílias na vizinhança e nem sequer nos ocorre pensar no bem-estar delas, perdemos a oportunidade de usufruir do seu convívio. Por outro lado, se fizermos um esforço para sermos amigáveis e nos preocuparmos com elas, estaremos promovendo a nossa própria felicidade além da felicidade delas. (DALAI LAMA, 2000a, p.60)

Por esta perspectiva o que caracterizaria uma felicidade *genuína* ou *duradoura* é a “paz”. E por que isso? A felicidade passageira depende da manutenção de certas situações e condições, findando a ação destas finda também a felicidade – e conseqüentemente surge a avidez por novas condições que satisfaçam o “novo” almejado. E é exatamente essa oscilação que caracteriza a experiência cíclica, faz-se um grande esforço para se obter certos contextos duradouros, apostando-se em condições impermanentes, o que gera um grande descontentamento, pois jamais se estará satisfeito.

Ao contrário, uma felicidade permanente não está limitada as condições de simples satisfação dos sentidos, que é por constituição impermanente, mas é expressão da nossa própria condição de existência, ou seja, só existimos na convivência. O sinal mais claro dessa felicidade é a paz, ser sensível ao desenrolar das experiências de convivência sem estar subjugado as suas aparentes qualidades inerentes e individualizantes. Logo uma ação que tenha em si incorporada essa noção, não se embasa sobre uma situação impermanente.

[...] A principal característica da felicidade genuína é a paz, a paz interior. Não me refiro a qualquer sentimento parecido com o “estar num barato”. Nem estou falando de ausência de sentimento. Ao contrário, a paz de que falo está enraizada na consideração pelos outros e envolve um alto grau de sensibilidade e sentimento [...]

O fato de a paz interior ser a principal característica da felicidade explica o paradoxo de existir gente que está sempre insatisfeita, apesar de dispor de todas as vantagens materiais, enquanto há outros que estão sempre felizes, a despeito das circunstâncias mais penosas. (DALAI LAMA, 2000a, p. 64-65)

Não se trata da negação da importância das condições impermanentes (ou externas), mas na prática de não dar solidez à crença que somente a manipulação de estruturas externas é suficiente para garantir um estado de felicidade duradoura. Tanto as condições ditas internas ou externas contribuem nas mesmas proporções

para o que chamamos nessa perspectiva de “paz”. Em uma sociedade altamente repressora tende-se a crescer a desconfiança entre as pessoas e a história tem mostrado como é difícil obter paz em um contexto assim, da mesma forma a prosperidade social também é significativa para a obtenção dessa paz (mas não determinante). “*Cada um desses fatores desempenha um papel importante para se ter uma sensação de bem-estar individual.*” (Dalai Lama, 2000a, p. 67) Mas o que agrada aos sentidos termina por limitar esta experiência de felicidade, pois da forma como o tomamos como permanentes e imutáveis gera grande ansiedade e medo de que o contexto onde ela é possível se desmanche.

Essa paz não está na juventude eterna, até porque o corpo envelhece independente de nossa vontade; também não está no trabalho ou nos bens materiais que se consegue acumular à medida que é necessário um imenso esforço e preocupação para mantê-los. Da mesma forma não há como alcançar esta paz somente na dependência de condições impermanentes.

[...] Desenvolver a paz interior, da qual a felicidade duradoura [...] depende é como qualquer outra tarefa da vida: temos de identificar suas causas e condições e em seguida começar a cultivá-las diligentemente. O que, como logo se vê, exige uma dupla abordagem. Por um lado, temos de nos precaver contra os fatores que criam obstáculos a nosso desejo. Por outro, precisamos cultivar os que contribuem para ele. (DALAI LAMA, 2000a, p. 68)

Então, é importante por essa abordagem uma atitude de duplo aspecto: por um lado, a reflexão ampliada sobre o que “motiva” ou sustenta as ações atuais; e por outro, o reconhecimento de quais são as situações que contribuem e quais dificultam o cultivo de princípios éticos. O reconhecimento e a reflexão dependem evidentemente de cada contexto, mas o que de comum atravessa esta atitude é a preocupação com as conseqüências das ações nas relações que são estabelecidas. Quando não há esse tipo de preocupação as ações terminam por trazer ainda mais problemas e mais sofrimento; “*o meio ambiente fica poluído, nossos métodos inescrupulosos levam outras pessoas à falência, as bombas que fabricamos causam mortes e ferimentos.*” (Dalai Lama, 2000a, p. 71)

4.2) A ética da contenção

“Ânimo!”, pediu-me o mestre. “Não é cedendo ao ócio nem refestelando-se sobre plumas que se obtém êxito. Aquele que à inatividade se entregar deixará de si sobre a terra memória igual ao traço que o fumo risca no ar e a espuma traça na onda. Vence a fadiga e o torpor, recobra o ânimo, que das vitórias sobre os perigos, a primeira é a da vontade sobre o corpo. Pensa que devemos subir muito mais alto e que foi pouco haver saído desse abismo. Se o que disse te aproveita, demonstra-o”.

(A DIVINA COMÉDIA, Dante Alighieri)

O cultivo de qualidades que não centram a ação em um sujeito independente está no cerne do chamamos até aqui de ação ética. Ao contrário de uma ação onde a resposta automática limita a experiência ao âmbito da percepção direta e parcial ou à mera subserviência às leis e regras, a ação ética contribui para o estabelecimento de um contexto mais benéfico para nossas relações.

A ação ética implica para o budismo, um duplo aspecto: a contenção de automatismos e condicionamentos que limitam as possibilidades de relação e o cultivo propriamente dito de princípios éticos. Pois, uma mente tomada por emoções e sentimentos que centram a experiência na existência de uma identidade independente, dificilmente conseguirá agir de forma ética. Quando sentimos *ódio* de outra pessoa, por exemplo, é praticamente impossível nessa experiência não ver o outro como detentor de qualidades inerentes (somente como o “objeto” da raiva). Logo, as ações que surgem neste contexto terão um grande potencial destruidor em nossa rede de relações (Dalai Lama, 2000a).

O primeiro passo desta contenção dos automatismos é o reconhecimento do potencial destrutivo das ações que surgem das emoções autocentradas; o segundo passo é a adoção de estratégias para conter o desdobramento deste tipo de emoções e sentimentos. Esses dois passos dependem de uma “reflexão ampliada” da própria experiência, ou seja, é um processo de investigação que busca a gênese de uma ação antiética e suas conseqüências em nossa vida. Trata-se de um esforço inicial “voluntário” e “deliberado”, pois este tipo de disciplina “interior” se difere da disciplina física, por exemplo, por não acontecer por imposição e prescrição. *“Em outras palavras, agir eticamente não é uma mera obediência a leis e preceitos.”* (Dalai Lama, 2000a, p.95) O que não quer dizer que não existam prescrições no cultivo da ética ou que a disciplina física não possa acontecer sem prescrições. O que pretendemos ressaltar é o fato da ação ética jamais se limitar à obediência de

códigos ou regras externas, mas ela precisa fazer sentido na vida de quem a experimenta.

Para o guerreiro, soltar-se tem a ver com relaxar dentro da disciplina, para assim vivenciar a liberdade. Liberdade, aqui, não significa selvageria ou desleixo; significa antes soltar nossas próprias amarras, de modo a vivenciarmos plenamente nossa existência como seres humanos. Soltar as amarras é ultrapassar completamente a idéia de disciplina como castigo por qualquer erro ou qualquer má ação que se cometeu ou que se gostaria de cometer. Precisamos superar por completo a sensação de que existe algo fundamentalmente errado com a natureza humana e que por isso necessitamos da disciplina para corrigir nosso comportamento. (CHÖGYAM TRUNGPA, p. 81, 2005)

Embora a mente pareça assumir uma única qualidade quando impulsionada por essas emoções e pensamentos aflitivos (autocentrados), essa não é sua condição básica (Dalai Lama, 2006a). Se fosse, por exemplo, o ódio ou a hostilidade uma qualidade inerente à mente, jamais experimentaríamos outro tipo de sentimento, nem mesmo nos estabeleceríamos em redes cooperativas na vida em sociedade.

É importante que se faça uma distinção entre a mente, as emoções, os sentimentos e os pensamentos que ela experimenta. A mente convencional (como consciência) não se limita a uma qualidade específica, mas compreende todo um espectro de acontecimentos e experiências. Quanto mais fortes ficam (através do hábito) essas emoções e pensamentos mais a mente toma uma coloração semelhante a elas; como um copo de vidro cheio de água, com areia no fundo, quando se agita o líquido ele se turva adquirindo uma coloração semelhante a da areia. Mas quando se deixa o líquido descansar as partículas sólidas se precipitam e a água retoma sua transparência.

A mente de forma semelhante, quando tomada por pensamentos e emoções autocentrados, experimenta esse tipo de “coloração” e uma “espécie de turbulência interna” ou conflito. Por exemplo, se afirmamos que só existimos no convívio com os outros, que essa dimensão coletiva é nossa condição de existência (embora não seja óbvio, daí a necessidade de um esforço inicial para superar os automatismos), quando impulsionados pelas emoções aflitivas experimenta-se um conflito entre o mundo percebido e a dimensão coletiva que nos constitui. É como se perdêssemos o fio da meada, buscamos uma condição de estabilidade através de referenciais impermanentes. Este conflito manifesta-se muitas vezes em agressões e violência,

como quando se age movido pela raiva e acaba-se por afetar negativamente quem está por perto.

A constatação de que emoção e consciência não são a mesma coisa mostra que não temos de ser forçosamente controlados pela emoção. Antes de cada uma de nossas ações é preciso eu haja um espaço para avaliarmos as alternativas e escolher com liberdade a melhor maneira de atuar. É evidente que, enquanto não aprendermos a disciplinar nossas mentes, teremos dificuldade para exercer essa liberdade. (DALAI LAMA, 2000a, p. 97)

O problema, a nosso ver, de uma ação antiética não está propriamente na emoção ou no pensamento especificamente. Mas nos efeitos do autocentramento. Evitamos assim, não atribuir existência inerente às emoções e sentimentos, como se eles em si fossem a causa do sofrimento e da confusão. Há “medos”, por exemplo, que podem ser muito úteis para nossas relações, porque *“podem aumentar nossa atenção e fornecer a energia de que precisamos para nos proteger”* (p. 99) e aos outros. Assim como há situações onde nos sentimos tristes e não nos paralisamos diante dos acontecimentos.

Entretanto, tipos de emoções e pensamentos como o orgulho, o ódio, a inveja, a luxúria, etc., estão comumente ligados às ações autocentradas, e experimentando tais emoções como normais, como naturais à nossa vida comum, não se reflete sobre suas conseqüências ou seu poder destrutivo, como também não se reconhece a necessidade de “enfrentá-las”. (Dalai Lama, 2000a). Tais ações experimentadas como independentes e detentoras de qualidades inerentes, logo como conflituosas, terminam por se manifestar como estresse, depressão, ansiedade, entre outros sintomas muito comuns. Todos eles podem ser considerados como “problemas” e “dificuldades” encontrados por um “eu” (identidade) independente no mundo que habita.

As emoções e pensamentos negativos são o obstáculo à nossa aspiração mais elementar: ser feliz e evitar o sofrimento. Quando agimos sob sua influência, esquecemos o impacto que nossas ações têm sobre os outros: são, portanto a causa de nosso comportamento destrutivo, não só com relação aos outros como a nós mesmos. Crimes, escândalos e fraudes, todos têm como origem uma emoção aflitiva. [...] A mente indisciplinada – ou seja, a mente que está sob a influência de sentimentos como a raiva, o ódio, a ganância, o orgulho, o egoísmo – é a fonte de todos os problemas que não pertencem à categoria de sofrimentos inevitáveis, como a doença e a morte. (DALAI LAMA, 2000a, p. 101)

Para o budismo, qualquer atitude, ética ou não, deixa marcas em nossas experiências; essas marcas podem ser percebidas como tendências específicas para reagir a certas situações. Se não são criadas condições onde a tendência à ação autocentrada seja refreada, ela se tornará cada vez mais sólida e como consequência surgirão relações permeadas por um alto grau de sofrimento. Esta afirmação está para além da mera noção de ação-reação mecanicista, onde a idéia seria “se agrido alguém, esse alguém me agride”, mas aponta para a dimensão coletiva das nossas ações e sua relação com nossa experiência de mundo.

Com poucas exceções, os que vivem uma vida de egoísmo, sem consideração pelo bem-estar dos outros, costumam ser muito solitários e infelizes. Podem estar cercados de pessoas que são amigas de sua riqueza ou posição, mas, assim que a pessoa egoísta e agressiva enfrenta qualquer tragédia pessoal ou perde prestígio, não só desaparecem como às vezes até se regozijam secretamente. [...] Essas pessoas não costumam ser lembradas depois que morrem. [...] E vale o contrário. Os que se ocupam ativamente do bem-estar alheio são respeitados e até venerados. Sua morte é lamentada e sua vida é lembrada. (DALAI LAMA, 2000a, p. 103)

Um dos principais problemas de se agir movido por este tipo de emoção ou pensamento é a perda da nossa capacidade de discernimento e reflexão. O autocentramento impede que vejamos, segundo o budismo, além de nós mesmos, como se adotássemos como referência para navegação, uma bóia que flutua livre sobre um oceano. O mundo onde atuamos torna-se um mundo limitado pelo automatismo de conceber os fenômenos como existências intrínsecas.

[...] Uma emoção negativa (autocentrada) é capaz de destruir uma das nossas mais valiosas qualidades, a capacidade de discernimento. Quando perdemos a capacidade de julgar o que é certo e o que é errado, de distinguir entre um benefício duradouro e uma vantagem apenas temporária para nós e para os outros ou de avaliar qual será o provável resultado de nossas ações nos igualamos aos animais. Não é de espantar que, sob tal influência, façamos coisas que em condições normais jamais sonharíamos fazer. (DALAI LAMA, 2000a, p. 107)

As emoções e pensamentos autocentrados possuem um enorme potencial aflitivo quando não contidos. Ao se atribuir a qualidade de permanência e imutabilidade a determinados fenômenos e acontecimentos, pode-se em um primeiro momento ter a sensação de proteção e força, mas basta uma mudança de condições para todo o contexto se alterar e surgir a decepção e a insatisfação. É uma forma de agir basicamente cega com relação a si-mesmo; como dito, “faz-nos

supor que as aparências são invariavelmente proporcionais à realidade.” (p. 108), mas quando a emoção perde sua força tudo se altera, e até sabemos que as coisas mudaram sem, entretanto, nos darmos conta do processo de nossa cegueira.

Quantas e quantas vezes em nossa vida já não sentimos o desejo de nos afastar de alguém que desejamos imensamente em um momento anterior? Quem nunca desejou possuir alguma coisa que num instante futuro nos trouxe imenso sofrimento e decepção? Muitas vezes não desejamos a um custo imenso um emprego e depois de realizado o desejo não se torna fonte de lamento e desânimo por causa dos problemas enfrentados?

O problema não é o “encanto” ou o “desejo”, mas a crença arraigada de que referencias impermanentes conduzirão a uma situação estável/ imutável. E se existimos nesta dimensão do coletivo, da relação, pode-se afirmar que as ações que nos distanciam desta experiência é uma forma de ver o mundo (como uma lente) com qualidades inerentes e independentes.

[...] Além de ser importante tomar consciência de nossas emoções e pensamentos negativos, precisamos cultivar o firme hábito de nos contermos ao reagir a eles. As emoções e pensamentos negativos são o que nos faz agir de modo antiético. (DALAI LAMA, 2000a, p. 111)

Comumente, se acredita que conter estes pensamentos e emoções é perder a “liberdade” frente ao mundo, mas o que se pode constatar em nossa experiência cotidiana é o contrario, pois é impossível encontrar uma pessoa, por exemplo, em uma crise de abstinência de drogas que consiga pensar claramente em outras coisas que não seja a própria droga que lhe falta, ou alguém com uma raiva muito intensa que consiga manter a capacidade de discernimento.

Quem se entrega a emoções e pensamentos negativos inevitavelmente se acostuma com eles. E o resultado é ficar cada vez mais propenso à sua irrupção e ser cada vez mais controlado por eles. A pessoa se habitua a explodir sempre que enfrenta circunstâncias desagradáveis. Torna-se escrava deles. (DALAI LAMA, 2000a, p. 111)

Ao sermos tomados por emoções e pensamentos autocentrados foge-nos as causas da felicidade duradoura, que é a ação ética, livre do peso dos automatismos e condicionamentos de uma “existência independente” que uma hora ou outra se cansa de fazer esforços porque luta contra o mundo. A felicidade duradoura ou a paz somente podem surgir em um contexto onde se tem incorporada a noção da

originação interdependente, mesmo que não se use essas palavras para designar o fato da vida só existir na convivência. Para S.S. o Dalai Lama (2000a), o grau de felicidade que experimentamos como “individual” depende inexoravelmente da qualidade das relações que estabelecemos com os outros, por isso não há como pensar a felicidade surgindo de uma ação autocentrada – não há como cultivar uma ação ética agindo de forma autocentrada. Para fazer nascer a felicidade é necessário, para essa abordagem, primeiramente conter o que a impede de surgir: é preciso limpar o terreno, retirar as ervas-daninhas, arar a terra para depois plantar a semente que se pretende cultivar. Do ponto-de-vista de quem colhe o fruto, a limpeza da terra já faz parte do cultivo.

A contenção, pois, não trata da perda da liberdade diante das situações (muito ao contrário) nem da negação dos sentimentos ou da mera obediência a regras (Dalai Lama, 2000a). Trata de uma disciplina (preparação do terreno) da ação que se baseia em uma reflexão aberta, ou na “avaliação das vantagens em agir desse modo” (p.113)

Não estamos falando de budismo, não estamos falando de alcançar a união com Deus. Estamos apenas reconhecendo o fato de que nossos interesses e nossa felicidade futura estão intimamente ligados aos dos outros e tentando aprender a agir de acordo com isso.

4.3) A ética da virtude

**Como pode alguém evitar que uma gota d’água jamais seque?
Jogando-a no mar.
(filme SAMSARA, Pan Nalin)**

Não basta só conter os impulsos autocentrados, porque a contenção embora seja necessária é um pedaço do caminho, ainda há a concepção de um sujeito que faz esforço em relação a outros sujeitos. Tem-se ainda como pressuposto a existência de um todo formado pela soma de partes independentes. Ainda não tratamos da experiência deste coletivo que nos constitui de forma incorporada.

Para quem “chega”, o cultivo da ética é a porta e o caminho para a lucidez da ação não-centrada, para quem está no caminho é o modo incorporado e natural de agir.

Se, então, queremos superar o estado de espírito pernicioso que se instala quando liberamos pensamentos e emoções negativos, o propósito de refrear nossa reação às emoções aflitivas deve ser acompanhado do propósito de cultivar as virtudes. Ambos caminham juntos. É por isso que a disciplina da ética não pode ser confinada à mera contenção dos aspectos negativos ou à mera afirmação de qualidades positivas. (DALAI LAMA, 2000a, p. 124)

O cultivo da ética pode ser colocado em termos de criação de modos de “estar no mundo” de forma não centrada em um sujeito independente. É a criação de um espaço onde minimamente podemos ter a oportunidade de nos desfazermos dos jogos paranóicos e neuróticos dos automatismos e condicionamentos. O que não quer dizer segundo o budismo, “abrir mão do mundo”, mas daquilo que no mundo, limita a própria experiência. E não limitar a experiência (sua potência em estabelecer conexões) significa ultrapassar as identidades sem precisar negá-las.

Então, como afirmado o primeiro passo é o reconhecimento a partir da própria experiência, das implicações e efeitos dos modos condicionados de relação. A seguir, se evita as ações (ou aquilo que impulsiona a ação) que poderiam trazer sofrimento para os outros ou o contexto onde sabemos que emoções e pensamentos autocentrados surgem mais facilmente.

Uma virtude é a experiência de um princípio (incorporado) que, ao direcionar a ação, não a limita às identidades independentes. A ação virtuosa atualiza princípios éticos, que são sustentados por determinadas tradições como sendo o “bem” naquele âmbito - princípios que norteando as ações de modo contextualizado não limitam a potência de relação. Tratando de outra maneira, a virtude não é a solução dos problemas de (pré) determinada situação, mas são modos contextualizados e mais amplos de lidar com eles.

O cultivo da ética como ação virtuosa coloca-nos em uma situação no mínimo estranha, pois temos lidado com o que nos acontece de maneira muitas vezes oposta a tudo que estamos tratando. Tem-se procurado com grande afincamento em nossa sociedade por “fórmulas mágicas”, “métodos rápidos”, “salvadores da pátria”, etc. e quais têm sido os efeitos dessa procura em nossas vidas cotidianas? Haveria alguma relação com as depressões, as agressões, as compulsões, as incapacidades para o diálogo (até mesmo com pessoas bem próximas)?

Quais seriam essas qualidades virtuosas que os princípios éticos pretendem cultivar?

São principalmente qualidades (ou princípios ou estados emocionais) que não limitam a experiência, ou a relação à existência de uma identidade isolada e inerente: como o amor, a compaixão, a paciência, a equanimidade, a alegria, dentre outras. Qualidades que não são restritas ao âmbito do budismo, mas abordadas por todas as grandes tradições do pensamento humano e grandes religiões, conseqüentemente, além da possibilidade (embora muitos tentem) de limitá-las a algum sectarismo cultural.

Para muitos talvez seja desapontador perceber que as expectativas fundadas em nossa auto-importância e nossos preconceitos precisem ser abandonados se quisermos trilhar o caminho de uma felicidade duradoura e de relações mais amplas com o mundo e conosco mesmo. Trata-se de condições que apontam necessariamente para a habilidade em superar os pensamentos e emoções aflitivos e não perder a capacidade de estabelecer relações amplas com o mundo. Uma destas qualidades é a “paciência”, que em tibetano se chama *sö pa*.

Muitas vezes, *sö pa* é traduzida simplesmente como “paciência”, apesar de seu sentido literal ser “capaz de suportar” ou “capaz de resistir”. Contudo, *sö pa* também encerra uma noção de resolução, de coragem. Portanto, exprime uma reação deliberada (ao contrário de uma reação impensada) aos fortes pensamentos e emoções que costumam surgir quando algo de mal nos acontece. (DALAI LAMA, 2000a, p. 115 – 116)

A paciência (*sö pa*) confere então uma *“serenidade diante da adversidade [...] que envolve aceitar a realidade de determinada situação reconhecendo que, sob sua singularidade, existe uma vasta e complexa rede de causas e condições relacionadas entre si.”* (p.117) Aceitação que não deve ser confundida com “passividade”, mas é o que permite que uma situação seja tratada com mais clareza, no sentido de se poder avaliar a ação mais apropriada para determinado contexto.

E igualmente não é um ignorar os problemas como se eles não fizessem parte de nossa vida. É a prática do que se costuma chamar “não-violência”, pois não respondendo às emoções autocentradas (como a raiva, a inveja, desejo de vingança, etc.) dificilmente as ações físicas serão exasperadas e inseqüentes. O que também, não significa que jamais se deve agir de maneira enérgica, pois dependendo da situação pode ser necessário. Por exemplo, agiríamos eticamente se não interviéssemos em uma situação onde fosse possível impedir que uma pessoa armada atirasse em um grupo? *“[...] Sö pa coloca-nos em uma posição mais*

segura para avaliar se uma reação não violenta é mais apropriada do que quando estamos dominados por pensamentos e emoções negativos.” (p. 118)

S.S. o Dalai Lama (2000a) se refere à “paciência” como uma prática que funciona como um antídoto para várias emoções aflitivas (principalmente contra a raiva), à medida que se dedica à reflexão ampliada e sistemática dos seus benefícios para nossas relações e conseqüentemente para nossa própria felicidade.

Afetando negativamente nossa experiência essas emoções nos impendem de estabelecer relações que não sejam conflituosas. Entretanto, não basta conter os pensamentos e emoções aflitivas, é preciso que venha acompanhado do cultivo de virtudes.

Assim como falávamos que as qualidades autocentradas não possuem uma essência destrutiva, mas devem ser evitadas porque o modo como nos apropriamos delas costuma produzir constrangimento nas relações, as virtudes também não possuem a essência do “bem”. Uma qualidade (virtude) aplicada em qualquer situação, sem o discernimento também pode causar sofrimento. *“Da mesma forma que comer demais é tão perigoso quanto comer de menos”* é preciso evitar os extremos mesmo na prática da virtude. “O excesso, de fato prejudica um dos principais objetivos da prática da virtude, que é equilibrar nossa tendência para reações mentais e emocionais drásticas em relação aos outros [...]” (Dalai Lama, 2000a, p.127)

As experiências autocentradas possuem uma tendência de utilizar grande energia em conservar situações julgadas necessárias, uma vez que concebe a si mesma como independente e imutável em um mundo em constante transformação. Essa tendência comumente se justifica por perguntas como: “Não tenho nenhuma relação com isso!”, “Não tenho tempo nem de me preocupar comigo, como vou me preocupar com os outros?”, ou ainda *“O que vai sobrar para mim se eu começar a dar tudo o que tenho?”* (p. 128)

Diante deste contexto, outra prática que pode favorecer a minimização das emoções aflitivas e o cultivo da ética, é a generosidade. A prática deste princípio não deve ser entendida como algo do tipo “é dando que se recebe”, nem “devo dar tudo o que possuo!”. Caso se espere uma recompensa ou algo em troca por ter agido de determinada maneira, se a prática é desmedida e sem reflexão ou objetivando um benefício para si mesmo, confunde-se generosidade com autopromoção. Quando se pratica a generosidade e isso produz orgulho e sensação de superioridade em

relação aos outros, ou quando se é generoso para ser reconhecido pela “generosidade”, se utiliza este princípio fora do âmbito do cultivo da ética. Do mesmo modo, a questão não é se desfazer dos bens de maneira inconseqüente, mas a relação que estabelecemos com eles. Não importa no âmbito da generosidade se temos muito ou pouco, mas o tipo de relação/ importância que estabelecemos com as coisas. Podemos observar, por exemplo, a comum reação das crianças ao alimentarem um animal, como brota em seus rostos um sorriso e uma alegria. Não é a alegria não de uma prática desinteressada, mas cujo interesse não comporta a expectativa de uma recompensa.

[...] A mais compassiva forma de generosidade é aquela praticada sem nenhum pensamento ou expectativa de recompensa e baseada em genuína preocupação pelos outros. Porque quanto mais expandimos nossa intenção e ação para juntar os interesses dos outros aos nossos, mais firmemente edificamos os fundamentos de nossa própria felicidade. (DALAI LAMA, 2000a, p. 129)

A prática é desinteressada de si mesmo, mas tem como intenção a expectativa de felicidade do outro: é a prática da alteridade. A compaixão (*nying je*) é a habilidade de por em prática a alteridade e a capacidade de participar de certa forma da experiência de sofrimento e felicidade dos outros. Não é um “sentir-se” ou “imaginar-se” no lugar desse outro, até porque isso seria atribuir solidez a um ponto de vista acerca da experiência alheia. A compaixão fala da incorporação da noção que *aquilo que nos move (paixão)* é comum/ compartilhado (*com*). O objetivo desta prática é que o interesse pela expectativa de felicidade dos outros e a habilidade em estabelecer diálogos com o mundo atravesse as relações nas quais surgimos. Se a compaixão é praticada somente para certo grupo de “amigos”, que consideramos satisfazer nossas expectativas corre-se o risco de que quando não mais forem satisfeitas os amigos transformem-se em inimigos (Dalai Lama, 2000a). E perpetua-se o padrão de agir em função do “gosto”/ “não gosto”.

A compaixão e a equanimidade, neste sentido, são bases muito mais sólidas para estabelecermos relações com o mundo de forma positiva. Quando uma relação é construída sobre características aparentes a tendência é que à medida que essa qualidade deixe de nos mover como antes, já não nos satisfazemos mais e todo o contexto muda. Como no caso de nos apaixonarmos por uma pessoa que consideramos muito bela, quando essa qualidade deixa de existir ou nos

acostumamos e a beleza “desaparece” o sentimento com relação ao outro também muda. A prática da equanimidade impede que estejamos sujeitos somente àquilo que nos satisfaz os sentidos.

Quando o nosso relacionamento com os outros está baseado nessa equanimidade, nossa compaixão não dependerá mais do fato de aquela pessoa ser o marido ou a mulher, o parente ou o amigo. Desenvolveremos um sentimento de proximidade com relação a todas as outras pessoas ao reconhecermos que, como nós, todas têm o mesmo anseio básico de felicidade e paz. (DALAI LAMA, 2000a, p.142)

Mais uma vez nos perguntamos o que efetivamente temos experimentado em nossas relações embasadas em qualidades autocentradas? Considerar a experiência dos outros (de forma incorporada) como tendo uma relação efetiva e complementar com a nossa própria vida permite uma ação muito mais apropriada em qualquer contexto. E é disso que fala a compaixão. Não ignorar os efeitos de nossas ações sobre os outros, sabendo que a nossa experiência de felicidade depende necessariamente da qualidade das relações que estabelecemos. É o que *“proporciona os fundamentos e a motivação necessários tanto para o controle dos impulsos negativos quanto para o cultivo da virtude.”* (p. 143)

O mais importante aqui, talvez seja apontar para a ausência de fórmulas mágicas ou imposições que dêem conta da incorporação dos princípios éticos, pois é o trabalho de “uma vida”. O mundo que se habita agora levou toda uma existência para se constituir como tal, não se muda os hábitos de uma hora para a outra, dessa maneira as virtudes não devem ser utilizadas como padrão, mas como veículos usados para percorrer determinados contextos (de pouco vale um barco para se atravessar um deserto de areia). As virtudes são tratadas como um caminho para se ultrapassar as reações autocentradas, não um fim em si mesma.

Não estamos falando aqui de mera aquisição de conhecimento. Estamos falando de adquirir uma experiência de virtude através de uma prática e familiarização constantes, de modo que essa virtude se incorpore a nós e se torne espontânea. [...] Com o hábito, o esforço diminui. [...] Mas não existem atalhos, é preciso percorrer todo o caminho. (DALAI LAMA, 2000a, p. 135)

Embora as práticas das virtudes sejam grandemente incentivadas pelas religiões, tentamos trabalhar com uma perspectiva que prima por um diálogo que se situa para além de opções de credo e de formação cultural. Independente destas opções (tradições filosóficas ou religiosas) pode-se considerar a questão em termos

de benefícios para nosso convívio e suas conseqüências em nossa experiência convencional. “A felicidade provém de causas virtuosas: [...] é o método pelo qual se alcança a felicidade. E podemos acrescentar que a base da virtude, o solo onde estão suas raízes, é a disciplina ética.” (p.137). Onde a paciência, a compaixão, a alegria, entre outras, estão presentes é muito mais fácil localizar uma ação ética, pois está além do interesse meramente pessoal.

4.4) Ética e sofrimento

[...] Que a gente carece de fingir às vezes que raiva tem, mas raiva mesma nunca se deve de tolerar de ter. porque, quando se curte raiva de alguém, é a mesma coisa que se autorizar que essa própria pessoa passe durante o tempo governando a idéia e o sentir da gente; o que isso era falta de soberania, e farta bobice, e fato é.

(GRANDE SERTÃO VEREDAS, Guimarães Rosa)

O sofrimento presente em nossas vidas cotidianas se restringe ao âmbito de nossas relações, a forma como lidamos com o mundo e com os outros. E a “disciplina” ética implica, no budismo, em modos de estabelecer relações conosco, com os outros, com a humanidade (como uma inteligência coletiva) e com o meio ambiente de forma a não produzir sofrimentos.

Mas para o budismo há ainda um tipo sofrimento que permeia toda forma de vida, que é considerado como uma “*capacidade para experimentar dor e sofrimento.*”

Existem as formas evitáveis, que surgem em conseqüência de fenômenos como guerras, pobreza, violência, crime e até coisas como o analfabetismo e certas doenças. E existem as formas inevitáveis que incluem os problemas relacionados a doenças em geral, velhice – quando é vivida de forma penosa – e morte. (DALAI LAMA, 2000a, p. 148-149)

Estes são problemas que inevitavelmente temos que enfrentar durante a vida. Tudo o que é vivo nasce e se desenvolve, nesse desenvolvimento passa por doenças (e superação dessas doenças), perde “referenciais” e outros seres próximos, em grande parte do tempo não consegue aquilo que deseja, vê surgir a insatisfação com o que desejou e conquistou, vive a incerteza de não saber quais obstáculos serão encontrados, se decepciona, entra em decrepitude com o envelhecimento e morre. Tratar disso é tratar da própria experiência viva.

Qualquer ser vivo adocece nas tentativas de lidar com um mundo em constante transformação. Essa transformação pode ser vivida como uma sensação de

impotência e paralisia ou como um obstáculo a ser superado, trata-se de uma postura diante da vida, de formas de lidar com as adversidades. Trata-se de qualquer forma de uma grande transformação em nossa rotina.

Tudo o que nasce, envelhece e morre. E qual seria a relação desses ciclos com os princípios que atualizamos em nossa ação cotidiana? Por exemplo, o que temos feito de nossos idosos? Por que tanto medo em nossa sociedade do envelhecer? Nutrimos a crença de que algo se manterá eternamente? Ignorando-se que a velhice chegará, cultivamos a indiferença com relação à velhice dos outros, *“embora seja esse precisamente o tempo em que mais precisamos de outras pessoas.”* (p. 149) A velhice implica se deparar com a proximidade da morte, com a separação de muitas coisas que julgamos nos ser preciosas.

Por que tratar (refletir sobre) daquilo que não pode ser evitado? E qual seria a relação entre esse sofrimento que permeia a experiência e a ação ética? Não seria essa “capacidade” o que permite que as virtudes sejam praticadas?

A atitude diante desses acontecimentos inevitáveis é determinada pelos princípios que temos incorporados à nossa experiência de mundo. O modo como experimentamos estes sofrimentos afetam diretamente as relações que estabelecemos com o mundo e os efeitos que colhemos delas.

Embora seja a experiência do sofrimento o que nos distingue como seres singulares, para o budismo ele não nos distancia, ao contrário é o que nos aproxima de uma condição compartilhada. O sofrimento visto como efeito de uma busca por condições estáveis (felicidade duradoura) é a potência ou a porta de entrada para experimentar a dimensão coletiva que nos constitui. Ao contrário de uma visão pessimista, que vê tudo como sofrimento e pronto, o budismo afirma que ele só surge porque todos buscamos a felicidade duradoura. Também não se trata de um “predeterminismo”, que termina por justificar e eximir alguns da responsabilidade pelas situações que atravessamos, nem um “otimismo” que acreditando que tudo está bem e nada há para se mudar.

São as atitudes autocentradas nos impedem de atingir o que desejamos mais profundamente; como se soubéssemos “o que fazer”, mas não soubéssemos “como”. A compaixão (e o cultivo das outras virtudes) é esse caminho do “como”, o método que utiliza nossa experiência de sofrimento em modo de ultrapassar a ação autocentrada.

A reflexão ampliada apontaria então, para algumas questões como: o que temos feito de nossas vidas? Como temos feito? Quais têm sido os efeitos do que (e do como) fazemos em nossos projetos de vida em sociedade? O modo como agimos agora pode ter alguma relação com os acontecimentos futuros? Há alguma coisa que podemos fazer para transformar nossas experiências de sofrimento?

Basta observar em torno de nós: podemos tratar da situação de maneira mais desapaixonada e racional e assim disciplinar nossa reação ao sofrimento. Ou podemos apenas choramingar sobre nossos infortúnios. E ficar frustrados. E deixar que as emoções aflitivas destruam nossa paz de espírito. Se não refreamos nossa tendência a reagir negativamente ao sofrimento, este se transforma numa fonte de emoções e pensamentos negativos. (DALAI LAMA, 2000a, p. 152)

Como dito, o cultivo da ética passa pela contenção dos automatismos a que estamos tão acostumados e pela mudança de perspectiva diante dos acontecimentos da vida cotidiana. O que não quer dizer o fim dos problemas mas, outros modos de lidar com eles, de forma que a preocupação excessiva e o condicionamento auto-centrado não limite nossa possibilidade de ação. Limitar os acontecimentos à história pessoal de uma identidade independente tem um grande potencial imobilizador, pois, ao não considerar a originação interdependente dos fenômenos diminui nossa capacidade crítica, ignorando as inúmeras causas e condições de qualquer contexto. A ética é então o cultivo de modos outros de “estar no mundo” sustentados pelo reconhecimento dos benefícios da conduta ética.

4.5) Paz e tempos atuais

A ética, segundo S.S. o Dalai Lama (2000a), é o que permite então, o diálogo entre as distintas expectativas de felicidade, pois *“ninguém se beneficia verdadeiramente ao prejudicar os outros.”* (p. 160) Conectar o tema da ética à complexidade das experiências impede que seja limitada ao juízo moral, ou a imposição do “certo” e “errado”, ou a questões de lógica ou a subserviência cega a regras e normas de conduta.

As prescrições morais se situam aquém da resolubilidade ética. Por exemplo, se estando na rua vemos um homem machucado entrar em uma loja gritando: *“Eles vão me matar! Ajude-me!”*; alguns instantes depois um grupo surge correndo e gritando: *“Onde está aquele infeliz? Você viu para onde ele foi? Nós vamos matá-*

lo!!!” Mesmo que sigamos algum código moral onde mentir não é correto, seria ético entregar o cidadão que foge do grupo armado? Trata-se, pois, da necessidade contextualizada de um “discernimento incorporado” que se refere “às nossas faculdades críticas e à maneira como somos capazes de considerar os diferentes fatores envolvidos para adequar o ideal de não prejudicar o outro ao contexto da situação.”(p.163)

Os contextos exigem muitas vezes a necessidade de uma ação imediata, não havendo tempo para ponderações, daí tratarmos dessa capacidade de “discernimento” como “incorporada”. *“Os atos espontâneos refletem nossos hábitos e disposição naquele momento. Se estes não forem sadios, nossos atos serão forçosamente destrutivos.”* (p. 164) Também não se trata de negar os princípios morais, mas de colocá-los como orientações para a ação, não como a ação “verdadeira”.

Estes preceitos ajudam-nos a formar bons hábitos, embora deva acrescentar que, [...] é melhor encará-los menos como uma legislação moral e mais como uma forma de lembretes para que os interesses dos outros estejam sempre presentes em nossa mente e em nosso coração. (DALAI LAMA, 2000a, p. 164)

Nossas aspirações são o acesso á dimensão coletiva, mas normalmente os modos como tentamos realizá-las geram outros frutos (muito diferentes de nossas aspirações). Para que essa abertura ao outro se estruture como um caminho precisa não só reconhecer e praticar uma relação positiva com esse “legítimo outro”, mas também conceber a ausência de existência inerente desse outro. Essa sabedoria também deve ser incorporada. É preciso uma habilidade para se considerar e avaliar o contexto de modo que a compaixão não seja uma mera regra a ser seguida (e para o budismo ela de fato não é isso). Compaixão sem essa sabedoria não é compaixão, mas “pena” ou “culpa”; do mesmo modo, a sabedoria sem a compaixão não é sabedoria, é mero conhecimento e informação. Uma educação para a vida não pode desconsiderar a co-extensividade entre convivência e conhecimento.

Quando educamos nossas crianças para adquirirem conhecimentos sem compaixão, é muito provável que sua atitude para com os outros venha a ser uma combinação de inveja daqueles que ocupam posições superiores às suas, competitividade agressiva para com seus pares e desdém pelos menos afortunados, o que leva a uma propensão para a ganância, para a presunção, para os excessos e, muito rapidamente, à perda da felicidade.

Conhecimento é importante. Muito mais, porém, é o uso que lhe damos.
(DALAI LAMA, 2000a, p.196)

A consideração pelos outros, para ser uma prática ética, em consonância com o que afirmamos até aqui, deve permear todos os “âmbitos” de nossas relações sociais, desde a forma como educamos nossos jovens até nossas “intervenções” políticas e sociais. Não nos incorporamos nenhuma competência ética simplesmente através de palavras bonitas e bem colocadas, mas acima de tudo por exemplos, pela prática cotidiana e pela reflexão aberta e contextualizada.

Ignorar a discussão sobre a dimensão coletiva de nossas ações pode trazer conseqüências nefastas para todos nós, como no caso das questões relacionadas ao meio-ambiente, onde a nossa preocupação desenvolvimentista, por exemplo, tem produzido grandes tragédias e sofrimento para todos os povos, independente de nível econômico. Trata-se de um modo de fazer compartilhado, comum e aprendido nas relações que estabelecemos. *“Os atos de uma única pessoa podem não ter um impacto significativo na natureza, mas o efeito combinado dos atos de milhões de pessoas certamente exerce.”* (p.211)

Com isso queremos dizer que a miséria não está na vida humana, no mundo ou nas pessoas, está no olhar e no “modo de fazer”. A confusão e a ignorância crescem quando não se é capaz de ver no “si-mesmo” (egoísmo) um obstáculo a ser superado.

Na experiência limitada pelos automatismos, olha-se o mundo e se enxerga os mais variados tipos de catástrofes como se fossem fatos isolados e não possuíssem nenhuma relação com as ações cotidianas. Esta abordagem de cultivo de uma ação ética leva em consideração a forma como as pessoas levam suas vidas cotidianas. O que se chama de paz, não é a mesma paz que está escrita nos *out-doors* espalhados pelas cidades, onde parece haver de forma bem clara, um apelo a um mundo que se organiza e age através da felicidade que se apóia na posse. Onde está escrito paz pode-se perfeitamente ler: “Não entre no meu quintal!”, “Não mexa em minhas coisas!”, “Não tome o meu dinheiro!”, “Não mate o meu parente!”. Não se trata desta paz, que leva em conta exatamente uma visão econômica da realidade. Essa paz consensual (egoísta) que deseja uma ausência de guerra declarada (o que não quer dizer que não exista repressão ou negação de alguma experiência) está na raiz de grande parte de nossos sofrimentos atuais, a insatisfação de quem quer sempre mais e de quem acredita que não tem o que precisa. Nem essa paz nem a

guerra existem fora de nossa experiência cotidiana, elas são efeitos de nossas práticas.

A paz aqui abordada é o mesmo que uma compreensão mútua - respeito e preocupação presentes em nossas ações, que expressam exatamente, um sentido ético. Por isso mesmo, não pode ser imposta, não é anterior à convivência. Todas as tentativas de se impor uma paz, historicamente, só produziram medo e ressentimento. A paz não se resume à disputa, ao ganhar ou perder algo. As armas se assemelham ao controle remoto, eles não se auto-reproduzem, nem disparam sozinhos, é preciso uma mão que os manipule (Dalai Lama, 2000a).

Nada se altera na responsividade dos padrões habituais de ação. A “ignorância” se manifesta como essa fixação num modelo que grosso modo, só faz estreitar nossa visão de mundo, pois considera uma paz abstrata, que nunca se incorpora aos aspectos de nossa vida cotidiana.

Nós humanos, somos seres sociais. Viemos ao mundo em consequência de ações dos outros. Sobrevivemos aqui dependendo dos outros. Gostemos ou não, talvez não exista em nossa vida um só momento em que não nos beneficiemos das atividades dos outros. [...] Pelo fato de cada uma de nossas ações ter uma dimensão universal, um impacto potencial sobre a felicidade alheia, que a ética é necessária como um meio de garantir que não prejudiquemos aos outros. (DALAI LAMA, 2000a, p. 73-74)

Diante deste contexto acreditamos ser de grande importância a discussão em torno do tema da ética, de práticas que não nos conduzam a nossa própria destruição. A única coisa que se mantém ou que pode ser acumulada, mas não mensurada, é o estabelecimento de relações que afetam positivamente nosso convívio. Os acontecimentos recentes têm nos mostrado de forma flagrante que para cuidarmos de nós mesmos temos que cuidar daqueles que estão ao nosso redor, para cuidar de nossa nação, temos que cuidar também das outras.

CONCLUSÃO

RESPONSABILIDADE UNIVERSAL

Uma ação ética, considerando o percurso até aqui trilhado, só é possível se levamos em consideração os mundos que experimentamos com os outros. E chegar até esse ponto, quebrar as grades da prisão da *ignorância*, significa antes de tudo, reconhecermos as grades, sabermos onde elas estão.

Conta-se muito a história de um homem de uma região no norte do Tibete que decidiu fazer uma peregrinação com seus amigos até o palácio de Potala, a residência do Dalai Lama, em Lhasa, um lugar muito sagrado. Era uma viagem que marcava uma pessoa por uma vida inteira.

Naqueles dias, não havia carros ou veículos de qualquer espécie na região, e as pessoas se locomoviam a pé ou a cavalo. Demorava-se bastante para chegar a qualquer parte e era perigoso ir muito longe, já que inúmeros ladrões e bandidos assaltavam viajantes incautos. Por esses motivos, a maioria das pessoas nunca deixava sua região natal, do nascimento à morte. A maioria delas nunca havia visto uma casa; moravam em tendas pretas tecidas com fibra de pelo de iaque.

Quando esse grupo de peregrinos finalmente chegou em Lhasa, o homem do norte ficou assombrado com o Palácio de Potala e seus múltiplos andares, suas muitas janelas e a vista espetacular da cidade que se descortinava do interior. Ele enfiou a cabeça por uma abertura bem estreita que servia de janela para ter uma visão melhor, girando a cabeça para a direita e para a esquerda, enquanto olhava a vista ali em baixo. Quando seus amigos o chamaram para ir embora, ele puxou a cabeça para trás com um solavanco forte, mas não conseguia tirá-la da janela. Ficou muito nervoso, puxando de um lado e de outro.

Por fim, conclui que estava realmente entalado. Então, disse a seus amigos, “Podem ir para casa sem mim. Digam a minha família que a notícia ruim é que morri, mas a notícia boa é que morri no Palácio de Potala. Haveria lugar melhor para alguém morrer?” Os amigos eram também gente muito simples, de modo que, sem muito refletir, concordaram e foram embora. Algum tempo depois, o zelador do templo apareceu e perguntou, “Mendigo, o que você está fazendo aí?”

“Estou morrendo”, ele respondeu.

“Por que você acha que está morrendo?”

“Porque minha cabeça está entalada.”

“E como é que você a pôs aí?”

“Eu a enfiei fazendo assim.”

O zelador respondeu, “Então, tire-a da mesma maneira que entrou!”

O homem fez o que o zelador sugeriu, e se soltou. (CHAGDUD RINPOCHE, 2003, p. 3 e 4)

Quando se busca uma ação no mundo mais lúcida, precisamos saber por esta perspectiva, em que ponto estamos. De nada adianta (como não tem adiantado) falarmos sobre ética com a cabeça enfiada no muro, como o peregrino já conformado com sua situação incontornável. Enquanto agirmos sem pensar de que lugar falamos e que princípios atualizamos em nossas práticas, a ética não passará de princípios (Dalai Lama, 2000a) e palavras bonitas.

O problema que enfrentamos é que essa situação não é nada óbvia, e na maioria das vezes, nem vemos esse imenso sofrimento como algo criado por nós mesmos, fruto de nossa visão restrita de mundo. E ao nosso entendimento estes elementos são de fundamental importância para nossa experiência coletiva de

mundo e seus desdobramentos: o modo como “damos nascimento” ao mundo e a forma como nos relacionamos com ele.

E levando em consideração ainda a complexidade dos mundos que compartilhamos, é importante se pensar nos efeitos das relações a partir de uma perspectiva mais ampla, pois estamos mergulhados em uma rede viva, onde mais que nunca na história nossos interesses se relacionam com o interesse dos outros. S.S. o Dalai Lama (2000a) chama essa idéia implícita de co-responsabilização de *responsabilidade universal*: “*compaixão em ato*”. Não é uma noção de responsabilidade que afirma sermos “culpados” por tudo o que acontece, como criminosos sendo julgados; mas no sentido de uma co-produção do mundo.

Quando vemos o quanto precisamos dos outros, começa a surgir a noção de interdependência e responsabilidade universal: somos inseparáveis, para preservar nossas vidas, precisamos preservar as vidas dos demais seres. A visão estreita que surge da responsabilidade automatizada inviabiliza a responsabilidade universal. Se simplesmente predarmos o universo, pode ser que no futuro aquilo que aspiramos como felicidade não seja possível, porque a felicidade não é algo que possamos obter de forma isolada. (PADMA SAMTEN, 2006a, p. 156)

E somente será possível a experiência dessa *responsabilidade universal*, dessa dimensão coletiva que nos constitui, pelo cultivo e frutos da prática ética. A noção de responsabilidade universal é o efeito direto desse exercício ético.

A questão não é, portanto, admitir culpa, mas, outra vez, reorientar nossos corações e mentes para os outros. Desenvolver uma noção de responsabilidade universal – da dimensão universal de cada um de nossos atos e do igual direito de todos os outros à felicidade – é desenvolver uma disposição de espírito na qual preferimos aproveitar qualquer oportunidade de beneficiar os outros do que apenas cuidar de nossos restritos interesses pessoais. (DALAI LAMA, 2000a, p. 178)

O que se está afirmando é que ao ignorarmos ou nos contrapormos à situação que os outros se encontram, no grau de sofrimento e de felicidade que colhem em suas práticas é fazer uma aposta na fragmentação dual da ignorância e dos condicionamentos. É apostar que de fato existe algo que nos separa e nos distingue em essência, que nossos interesses não têm relação com o interesse dos outros. É crescer experiências de sofrimento ao nosso convívio.

Pensando então, uma articulação clara e sincera (pois não necessariamente um “dizer claro” é também sincero com nossos anseios e apostas) entre as

contribuições da filosofia budista e a psicologia poderíamos afirmar que: a qualidade de nossas experiências depende incondicionalmente do conteúdo das práticas, daquilo que lhe dá sustentação. Quanto mais se age de forma autocentrada, mais se limita a experiência de mundo às possibilidades de ação de uma identidade. E o contrário também é válido, quanto mais se age de maneira ética, mais a experiência se abre para conexões mais amplas e mais lúcidas, gerando relações mais estáveis, pois sua referência não é um ego que luta contra o mundo, mas o próprio mundo com seus movimentos e milagres.

Se criamos condições favoráveis para os outros seres, estabelecemos relações satisfatórias, e então surge felicidade para nós. Se praticamos ações ásperas, negativas, agressivas contra os outros seres, não conseguimos construir uma civilização, porque uma civilização não é construída pela agressão, mas pela coordenação surgida de uma aspiração de paz e harmonia entre as pessoas e seu mundo. Nenhum ato corrupto e agressivo constrói relações positivas; portanto, não produz felicidade e segurança, e não produzirá uma cultura sustentável, não importa o quão poderoso seja. (PADMA SAMTEN, 2006a, p. 156)

Estamos cientes das grandes limitações deste trabalho, principalmente no que se refere à complexidade do budismo. Mesmo a questão da ética, que foi focada no texto é apenas uma etapa no “*caminho do bodhisattva*”. Sem a sabedoria dos Budas (seres iluminados) a ética ainda é uma ação condicionada. Mesmo S.S. o Dalai Lama quando trata deste tema, indica o comportamento ético “comum” como um meio hábil (método) para que possamos alcançar certo nível de descentramento e desenvolver a capacidade de verdadeiramente dialogar com os outros, mas isso é a ponta do iceberg. Esse descentramento (que se materializa na ação de trazer benefício aos outros) embora seja o vislumbre dessa sabedoria e da manifestação da natureza de Buda, ainda é a ação de um sujeito condicionada por “objetos” externos. Ora, essa sabedoria está para além dos princípios éticos habituais, ela não é fruto de hábito contraído, mas da liberação de todo hábito, pois o hábito pertence à experiência cíclica (*samsara*). Isso não quer dizer que o budismo não lance mão de hábitos (meditação, práticas de visualização, dentre outros) para combater o hábito, como faz do desejo do *bodisattva* um meio de combater o desejo de satisfazer interesses próprios. Neste caso, por exemplo, a diferença entre o reino dos deuses e o *caminho do bodhisattva*, é que para o primeiro, desejar a felicidade dos outros é um hábito que reforça o orgulho de si e para o segundo a prática da perfeição da sabedoria, da visão da vacuidade.

Enfim, nosso desafio maior não é embasar melhor a defesa de uma idéia ou negar os modos de agir e ver o mundo ou as idéias das pessoas com quem não concordamos, ou de simplesmente “tirar o time de campo”, silenciando-nos, isso é o que mais temos feito ultimamente: “ir para o embate ou silenciar por medo” – é sim, conseguir dialogar com aqueles que não concordamos: isso é o mais difícil! Discutir, lutar ou silenciar é muito fácil quando se ignora a relação entre nossos interesses e o interesse dos outros, mas estar em um patamar superior ao próprio ego, não limitar nossa experiência de mundo a ele, não agir como quem o defende a todo custo, leva tempo, mas o “tempo urge”. Acreditamo-nos tão fortes e independentes, mas não somos capazes de uma coisa aparentemente simples: estabelecer um diálogo franco com o mundo que habitamos e conosco mesmo. Essas afirmações são generalizações que neste contexto possuem uma função específica que é chamar nossa atenção para “o que temos feito de nossas vidas?” Só estamos vivos e discutindo porque fomos e somos (todos nós) capazes também de dialogar com o mundo, mas na maioria das vezes de modo disperso e intermitente.

[...] Não basta desenvolver uma noção de responsabilidade universal, precisamos na verdade ser pessoas responsáveis. Enquanto não pusermos nossos princípios em prática, eles continuarão sendo apenas princípios. [...] O político que é de fato uma pessoa responsável age com honestidade e integridade. O homem ou mulher de negócios que é uma pessoa responsável leva em conta as necessidades dos outros em cada negócio que realiza. (DALAI LAMA, 2000a, p.189)

Incorporar essa habilidade para estabelecer esse diálogo é também viver a *vacuidade* e a *compaixão*, é exercer nossa condição essencial, nossa liberdade de estabelecer relações. Não se trata, portanto, de um exercício intelectual, mas das práticas de “uma vida”.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ANDRADE, C. D. *A rosa do povo*. – Rio de Janeiro: Ed. Record, 2000;
- ALIGHIERI, D. *A divina comédia: inferno*.- São Paulo: Ed. 34, 1998;
- BERGSON, H. *Matéria e memória: ensaio sobre a relação do corpo com o espírito*.- São Paulo: Martins Fontes, 1999;
- BERZIN, A. *Coração-e-Mente: o caminho do Budismo Tibetano*. – Taquara/RS: Ed. Paramita, 1991;
- CARROLL, L. *Alice: edição comentada*. – Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2002;
- DALAI LAMA. *O Universo num átomo*. – Rio de Janeiro: Ediouro, 2006a;
- _____. *Bondade, amor e compaixão*. – São Paulo: Pensamento, 2006b;
- _____. *Práticas de sabedoria*. – Rio de Janeiro: Nova Era, 2006c;
- _____. *Dzogchen: A essência do coração da grande perfeição*. – São Paulo: Gaia editora, 2006c;
- _____. *Dalai Lama: sobre o budismo e a paz de espírito*. – Rio de Janeiro: Record: Nova Era, 2002;
- _____. *Uma ética para o novo milênio*. – Rio de Janeiro: Sextante, 2000a;
- DOSTOIÉVSKY, F. *Recordações da Casa dos Mortos*. – São Paulo: Nova Alexandria, 2006.
- ESPINOSA, B. *Tratado da reforma da inteligência (p.5)*. – São Paulo: Martins Fontes, 2004.
- GONÇALVES, R. M. *Textos Budistas e Zen-Budistas*. – São Paulo: Ed. Cultrix Cultural, 1967.
- HUME, D. *Investigações sobre o Entendimento Humano*, Coleção Os Pensadores. – São Paulo: Ed. Abril Cultural, 1974.
- KHAN, N. I. ; *Contos Jataka*. – São Paulo: Odysseus Editora, 2003;
- MATURANA, H; *A ontologia da realidade*. – Belo Horizonte: Ed. UFMG, 1997;
- MATURANA, H; VARELA, F. *A árvore do conhecimento: as bases biológicas do entendimento humano*. – Campinas: Editorial Psy, 1995;
- MERLEAU-PONTY, M; *Fenomenologia da Percepção*. – São Paulo: Martins Fontes, 2006.

- NIETZSCHE, F. *Vontade de Potência – vol. 1* – São Paulo: Ed. Escala, 2005;
- PESSOA, F. *Livro do Desassossego*. – São Paulo: Companhia das Letras, 1999.
- PIAGET, J. *A Psicologia*. – Lisboa: Livraria Lisboa, 1981.
- RINPOCHE, Chagdud Tulku. *Portões da prática budista: ensinamentos essenciais de um lama tibetano*. – Três Coroas: Edições Chagdud Gonpa, 2003.
- RINPOCHE, Tarthang Tulku. *Reflexões sobre a mente: o encontro da Psicologia Ocidental com o Budismo Tibetano*. – São Paulo: Editora Cultrix, 1995.
- ROSA, G. *Grande Sertão: veredas*. – Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2001.
- SAGAN, C. *Pálido ponto azul: o futuro do homem no espaço*. – São Paulo: Companhia das Letras, 1996.
- SAINT-EXUPÉRY, A. *O Pequeno Príncipe*. – Rio de Janeiro: Agir, 2006.
- SAMTEN, P. *A jóia dos desejos*. – São Paulo: Peirópolis, 2001.
- _____. *Mandala do Lótus*. – São Paulo: Peirópolis, 2006a.
- _____. *Relações e Conflitos*. – Viamão: Mandala do Lótus, 2006b.
- _____. DVD - *Os Doze Elos da Cadeia da Originação Interdependente* - IMS - Instituto de Medicina Social da UERJ, Rio de Janeiro, 2005.
- _____. *Psicologia Budista*. Ensinamentos proferidos em Vitória, em 02/11/ 2005.
- SANTO AGOSTINHO. *Confissões (Coleção os Pensadores, Livro 7, Cap. 5)*. – São Paulo: Ed. Abril, 1973.
- THICH NHAT HANH, *A essência do ensinamentos de Buda: como transformar o sofrimento em paz, alegria e liberação* – Rio de Janeiro: Rocco, 2001.
- TIPITAKA, SUTTAPITAKA, KHUDDAKANIKAYA. *Dhammapada: a senda da virtude*. – São Paulo: Palas Athena, 2000.
- TRUNGPA, C. *O mito da liberdade e o caminho da meditação* – São Paulo: Ed. Cultrix, 1995.
- _____. *Shambhala: A trilha sagrada do guerreiro*. – São Paulo: Ed. Cultrix, 2005.
- VARELA, F; THOMPSON, E.; ROSCH, E. *A mente incorporada: ciências cognitivas e experiência humana*. – Porto Alegre: Artmed, 2003.
- VARELA, F; *Ética y acción*. – Chile: Ed. Dolmen Ensayo, 1996.
- VARELA, F; *Sobre a competência ética*. – Lisboa: Edições 70, 1995.