

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

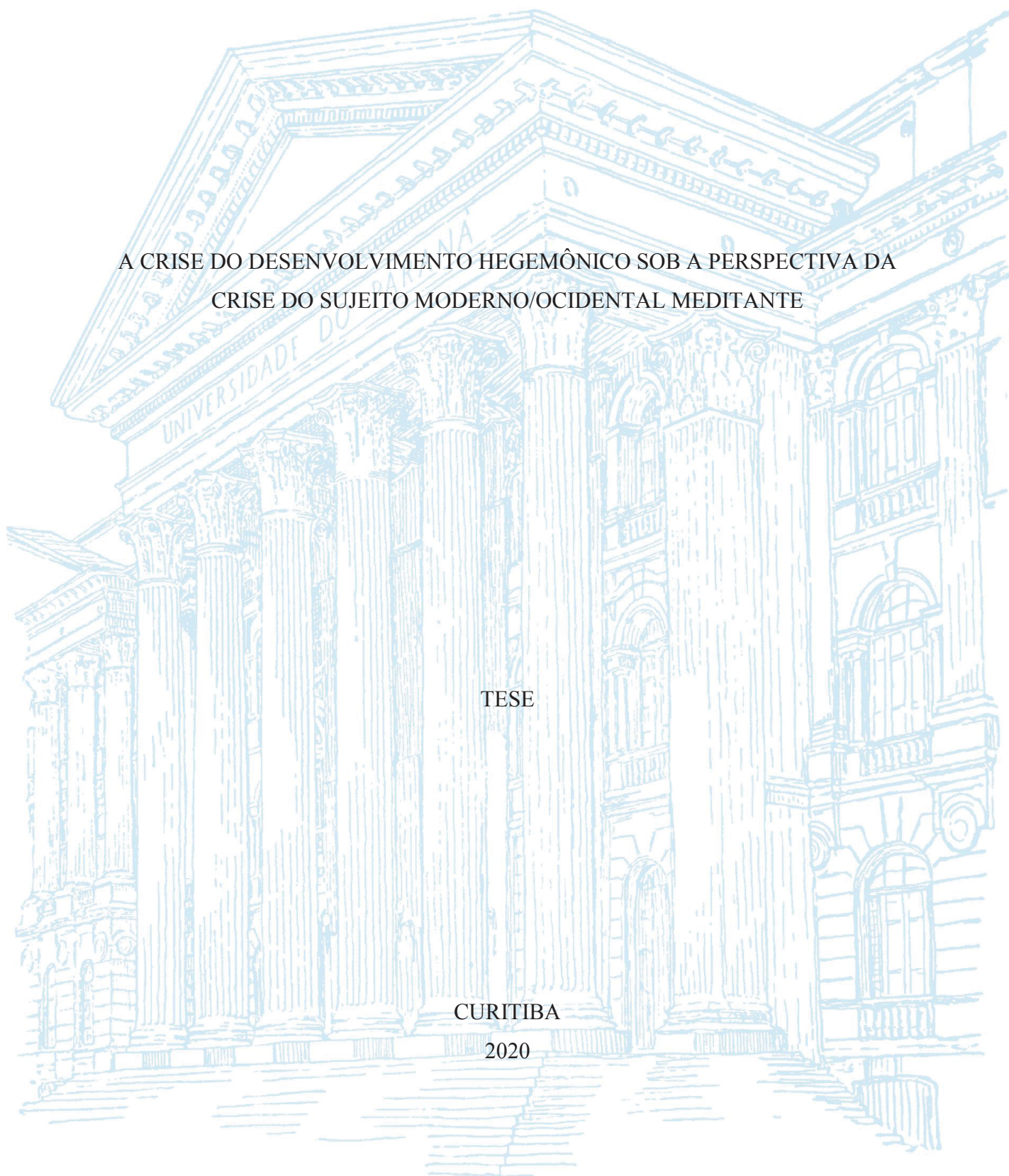
CAMILA KAHLAU

A CRISE DO DESENVOLVIMENTO HEGEMÔNICO SOB A PERSPECTIVA DA  
CRISE DO SUJEITO MODERNO/OCIDENTAL MEDITANTE

TESE

CURITIBA

2020



CAMILA KAHLAU

A CRISE DO DESENVOLVIMENTO HEGEMÔNICO SOB A PERSPECTIVA DA  
CRISE DO SUJEITO MODERNO/OCIDENTAL MEDITANTE

Tese apresentada ao curso de Pós-Graduação em  
Meio Ambiente e Desenvolvimento, Setor de  
Ciências Agrárias, Universidade Federal do Paraná,  
como requisito parcial à obtenção do título de  
Doutora em Meio Ambiente e Desenvolvimento.

Orientador: Prof. Dr. José Edmilson de Souza-Lima.

Coorientador: Prof. Dr. Dimas Floriani.

CURITIBA

2020

Kahlau, Camila

A crise do desenvolvimento hegemônico sob a perspectiva da crise do sujeito moderno/ocidental meditante. / Camila Kahlau. - Curitiba, 2020.

Tese (Doutorado) - Universidade Federal do Paraná. Setor de Ciências Agrárias, Programa de Pós-Graduação em Meio Ambiente e Desenvolvimento.

Orientador: José Edmilson de Souza-Lima.

1. Meditação. 2. Desenvolvimento. 3. Crise. I. Souza-Lima, José Edmilson. II. Título. III. Universidade Federal do Paraná.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
SETOR DE CIÊNCIAS AGRÁRIAS  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ  
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO MEIO AMBIENTE E  
DESENVOLVIMENTO - 40001016029P1

## TERMO DE APROVAÇÃO

Os membros da Banca Examinadora designada pelo Colegiado do Programa de Pós-Graduação em MEIO AMBIENTE E DESENVOLVIMENTO da Universidade Federal do Paraná foram convocados para realizar a arguição da tese de Doutorado de **CAMILA KAHLAU** intitulada: **A CRISE DO DESENVOLVIMENTO HEGEMÔNICO SOB A PERSPECTIVA DA CRISE DO SUJEITO MODERNO/OCIDENTAL MEDITANTE**, sob orientação do Prof. Dr. JOSE EDMILSON DE SOUZA LIMA, que após terem inquirido a aluna e realizada a avaliação do trabalho, são de parecer pela sua APROVAÇÃO no rito de defesa.

A outorga do título de doutor está sujeita à homologação pelo colegiado, ao atendimento de todas as indicações e correções solicitadas pela banca e ao pleno atendimento das demandas regimentais do Programa de Pós-Graduação.

CURITIBA, 27 de Março de 2020.

Assinatura Eletrônica  
10/06/2020 16:48:33.0  
JOSE EDMILSON DE SOUZA LIMA  
Presidente da Banca Examinadora

Assinatura Eletrônica  
16/06/2020 11:47:10.0  
JOSE HENRIQUE VOLPI  
Avaliador Externo (FACULDADE DE CIÊNCIAS BIOPÍSICAS DO  
PARANÁ)

Assinatura Eletrônica  
10/06/2020 17:26:45.0  
MARCOS RAFAEL TONIETTO  
Avaliador Externo (UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ - DTPEN)

Assinatura Eletrônica  
10/06/2020 18:07:35.0  
SANDRA MARA MACIEL DE LIMA  
Avaliador Externo (CENTRO UNIVERSITÁRIO CURITIBA)

Dedico esta tese a todas as pessoas que, à sua maneira, procuram meios de se problematizar e se reinventar internamente.

## AGRADECIMENTOS

À minha mãe por me nutrir com amor, carinho, *comfort food*, massagens, cafunés, caminhadas na praia e por me abastecer de ideias, artigos, reportagens, vídeos e pensamentos próprios sobre a minha tese (mesmo que, na maioria das vezes, eles não tivessem nada a ver com o meu tema!). Agradeço *in memoriam* ao meu pai amado que infelizmente teve que se unir aos nossos antepassados exatamente na metade da formação do doutorado, acontecimento que ao mesmo tempo que tirou o meu chão, ressignificou completamente a minha vida e a esta tese, porque me fez compreender que a vida é curta demais para perder tempo com assuntos, amizades, trabalhos e atividades que não nos estimulem uma vida alegre, criativa e em movimento.

À amiga Ana Júlia que sempre me motivou a continuar explorando o universo acadêmico-científico, que depositou uma tal confiança em mim que eu mesma não seria capaz de depositar, e que esteve presente, incondicionalmente, nos momentos em que eu mais precisei. Não existem palavras para agradecer-lá suficientemente.

À amiga Thais, que foi minha maior confidente durante os dias de crise. Sem ela eu não teria tido coragem de mudar o tema da tese e escrever sobre o que meu coração estava desejando expressar. Agradeço à amiga Alessandra que tornou muito mais confortável o processo de formação (os trabalhos coletivos e a produção de artigos) e me fez sentir incluída quando parecia que caminhávamos sozinhas. Agradeço à amiga Sarah que, por ser uma meditante, me ajudou a refletir sobre a meditação sob outras perspectivas. Agradeço também à mana Juju e às amigas Maialu, Patrícia, Carolina, Rose, Elair e Lílian, pelas longas conversas e momentos de descontração e alegria.

Ao meu orientador, José Edmilson, que aceitou o “desafio” de me guiar por essa jornada. Sou imensamente grata por sua leveza, suas palavras gentis e pelo seu olhar doce que acalmava o meu coração a cada encontro. Agradeço pelas orientações pontuais e certeiras, mas principalmente pela liberdade que me ofertou em explorar novos temas e em criar novos contornos do conhecimento.

Aos entrevistados que se disponibilizaram em fazer parte desta pesquisa. Agradeço por terem confiado em mim para expor suas crises, ansiedades, medos e desejos; e por terem alimentado esta tese com ricos ensinamentos e reflexões.

Aos professores, coordenadores e colaboradores do MADE que se esforçam tanto para manter esse projeto acadêmico vivo e em movimento. Sem eles, nada disso seria possível. E, por fim, agradeço à CAPES pelo auxílio financeiro.



## EPÍGRAFE

*“Se as pessoas ficam só conectadas aos sinais da cultura, da cultura histórica e o nosso sistema, ela só vai afinilando, parece que a gente tem que ir se tornando cada vez mais especializado, aprimorado, definido. Quem é você? Qual é o seu currículo? O que você faz? O que você pensa? Na nossa sociedade parece que é isso que é a nossa força. Suas definições, suas convicções, suas descrições. [...] Se a gente está nesse caminho do sistema, vai parecer fragilidade você estar aberto, com poucas certezas, sem autoimagem, isso vai parecer uma coisa completamente sem chão, assustadora. [...] Quanto mais você sabe, mais fechado você está. Você pode assimilar os saberes da humanidade, mas jamais perder essa abertura, porque é essa abertura que vai conectar os saberes da terra com esses saberes né? No Budismo vai se chamar sabedoria transcendente, tem a sabedoria Búdica, sabedoria Crística. Então é algo que une, que é justo o que vai proteger os saberes da terra de eles estarem contaminados com o que a gente está vendo. A gente desenvolve coisas super legais, mas aí vem combinado com ódio, com ganância, com agressão. Então quando a gente une esses saberes transcendentais que vêm do silêncio – e isso é um mistério, e isso é melhor a gente nem tentar criar definições aqui – mas cada um que mergulha no silêncio vai perceber que tem algo muito amplo que vai te inspirar e vai conduzir a tua fala, a tua inteligência, teu corpo, justo para semear na terra e entre as pessoas essa sabedoria, o amor, habilidades que vão ajudar as pessoas a florescerem e não se limitarem”.*

(BAJA, 2019)

## RESUMO

O objetivo desta tese pauta-se em analisar criticamente de que forma o sujeito moderno/ocidental meditante se configura (e se ressignifica) no contexto da crise do desenvolvimento hegemônico. Para tanto, foi criada a categoria “sujeito moderno/ocidental meditante” que se refere ao sujeito biossociocultural inserido no contexto cultural/social da modernidade ocidental e que se apropria da meditação como uma prática terapêutica/espiritual cotidiana. Essa categoria também representa a unidade que conduz o processo de reflexão sobre a crise do conceito hegemônico de desenvolvimento – considerando a existência de um entrelaçamento entre as crises pessoais, sociais, ambientais, econômicas e políticas. Escolheu-se como método o estudo de campo com a aplicação das técnicas de observação e entrevista não estruturada (aberta) realizadas com pessoas que praticam meditação na cidade de Curitiba, independentemente de apresentarem ou não vínculos institucionais com a tradição budista. Como resultado, obteve-se que os elementos de crise pronunciados pelos sujeitos modernos/ocidentais meditantes dialogam com amadurecimentos advindos da Nova Era, dos conceitos pós-desenvolvimentista e decolonial, da modernidade reflexiva e da noção de um *self* ecológico; questionando um modo de vida pautado exclusivamente na medicina especializada, no pensamento fragmentado, na racionalidade instrumental, na transcendência divina, no dualismo, no materialismo e na devastação ambiental. Ressaltou-se que a crise vivenciada pelos meditantes não é de caráter material, de forma que a ideia de progresso como evolução monetária, linear e etapista cede lugar a um desenvolvimento que é, antes de mais nada, identificado à aquisição de habilidades como resiliência emocional; à capacidade de criar uma vida consistente de sentido existencial; e à educação espiritual. Sob tal perspectiva, o tema da emancipação é enriquecido com a reflexão de que, por meio do silêncio da meditação, os sujeitos modernos/ocidentais estão se ressignificando, atitude que pode vir a se caracterizar como um ato político à medida que essa transformação pessoal promove consequentemente transformações socioambientais.

Palavras-chave: Interdisciplinaridade. Crise. Desenvolvimento. Meditação.



## ABSTRACT

The objective of this thesis is to critically analyze how the modern/western meditator is configured (and resignified) in the context of the hegemonic development crisis. For this purpose, the category “modern/western subject meditator” was created, which refers to the biosociocultural subject inserted in the cultural/social context of western modernity and who appropriates meditation as a daily therapeutic/spiritual practice. This category also represents the unit that leads the process of reflection on the crisis of the hegemonic concept of development - considering the existence of an interconexion between personal, social, environmental, economic and political crises. The field study was chosen as the method with the application of observation techniques and unstructured (open) interviews conducted with people who practice meditation in the city of Curitiba, regardless of whether or not they have institutional ties with the Buddhist tradition. As a result, we obtained that the elements of crisis pronounced by the modern/western subjects meditators dialogue with reflections arising from New Age, Post-Development and Decolonial concepts, Reflexive Modernity and the notion of an Ecological Self; which means a questioning about a life based exclusively on specialized medicine, fragmented thinking, instrumental rationality, divine transcendence, dualism, materialism and environmental devastation. It was emphasized that the crisis experienced by meditators is not of a material nature, so the idea of progress as monetary, linear and stage evolution gives way to a development that is, first of all, identified with the acquisition of skills such as emotional resilience; the ability to create a consistent life in an existential sense; and spiritual education. Under this perspective, the theme of emancipation is enriched with the reflection that, through the silence of meditation, modern/western subjects are resignifying themselves, an attitude that may come to be characterized as a political act as this personal transformation promotes consequently socio-environmental transformations.

Key-words: Interdisciplinarity. Crises. Development. Meditation.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	12
1.1 A CRISE COMO VETOR DE AVANÇOS E RETROCESSOS.....	13
1.2 ASPECTOS DA CRISE DA MODERNIDADE .....	16
1.3 TRANSFORMAÇÕES NO CAMPO DO CONHECIMENTO AMBIENTAL .....	19
1.3.1 A interdisciplinaridade e os diferenciais metodológicos do PPGMADE/UFPR.....	21
1.4 A COMPLEXIDADE DO CONCEITO DE INTERDISCIPLINARIDADE .....	23
1.5 OBJETIVOS GERAIS E ESPECÍFICOS DA PESQUISA .....	28
<b>2. METODOLOGIA</b> .....	34
2.1 ESTUDO DE CAMPO.....	37
2.1.1 Elaboração do instrumento de coleta de dados .....	38
2.1.2 Seleção da amostra .....	40
2.2 APRESENTAÇÃO DA AMOSTRA .....	43
2.3 ANÁLISE QUALITATIVA .....	47
<b>3. O PROCESSO DE SUBJETIFICAÇÃO DO SUJEITO MODERNO/OCIDENTAL</b> 50	
3.1 SUJEITO COLONIAL E DA RACIONALIDADE INSTRUMENTAL .....	55
3.1.1 Sujeito moderno/ocidental colonial.....	55
3.1.2 Sujeito moderno/ocidental da racionalidade instrumental .....	58
3.2 A BUSCA DE EMANCIPAÇÃO PELO SUJEITO MODERNO/OCIDENTAL .....	62
3.2.1 Sujeito moderno/ocidental da contracultura e do <i>New Age</i> .....	63
3.2.2 Sujeito moderno/ocidental do desenvolvimento alternativo (e sustentável) .....	67
3.2.3 Sujeito moderno/ocidental da modernidade reflexiva.....	71
3.2.4 Sujeito moderno/ocidental do pós-desenvolvimento .....	74
3.2.5 Sujeito moderno/ocidental ecológico ou <i>self</i> ecológico .....	78
3.3 AS MÚLTIPLAS TRANSFORMAÇÕES DO SUJEITO MODERNO/OCIDENTAL ...	82
<b>4. A MEDITAÇÃO E SUA MATRIZ CONCEITUAL</b> .....	85
4.1 O BUDISMO ( <i>BUDDHADHAMMA</i> ) .....	86
4.2 A MEDITAÇÃO: CONCEITO, TÉCNICAS E FINALIDADES .....	89

4.2.1 As práticas meditativas: <i>deep path</i> e <i>wide path</i> .....	92
4.2.2 O processo de purificação da mente por meio da meditação .....	96
<b>5. O SUJEITO MODERNO/OCIDENTAL MEDITANTE .....</b>	<b>102</b>
5.1 A CRISE DOS FUNDAMENTOS RELIGIOSOS E O AUTOCONHECIMENTO .....	103
5.1.1 Discurso do autoconhecimento sem o suporte da religião .....	104
5.1.2 Discurso do sentido da vida encontrado a partir da meditação e do Budismo .....	109
5.1.3 Discurso da espiritualidade como a fonte de conexão com o todo.....	116
5.2 A CRISE DO PENSAMENTO MODERNO/OCIDENTAL INSTRUMENTAL .....	123
5.2.1 Discurso da insuficiência da medicina convencional e a valorização das PICs .....	124
5.2.2 Discurso da saturação intelectual como obstáculo à espontaneidade e intuição .....	131
5.4 A CRISE DA SOCIEDADE DO DESEMPENHO.....	136
5.4.1 Discurso da ressignificação do estilo de vida a partir da meditação (e do Budismo) ..	137
5.4.2 Discurso da felicidade como um estado mental livre de impurezas.....	143
5.5 A EMANCIPAÇÃO REIVINDICADA PELO SUJEITO MEDITANTE.....	148
<b>6. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>160</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>169</b>
<b>APÊNDICE 1 – CENTROS, COMUNIDADES E INSTITUTOS DE MEDITAÇÃO EM CURITIBA.....</b>	<b>176</b>
<b>APÊNDICE 2 – TERMO DE CONSENTIMENTO .....</b>	<b>180</b>

## 1 INTRODUÇÃO

*Nenhum problema pode ser resolvido pelo mesmo estado de consciência que o criou. É preciso ir mais longe. Eu penso várias vezes e nada descubro. Deixo de pensar, mergulho em um grande silêncio e a verdade me é revelada.*

(Albert Einstein)

A sociedade está vivendo um momento em que sabe que algo está acontecendo, mas não sabe exatamente o que é, o que fazer e como fazer; e até mesmo aqueles que fazem ciência se questionam sobre quais instrumentos conceituais têm para propor mudanças<sup>1</sup>.

Entretanto, as palavras da epígrafe acrescentam que não se trata tanto dos instrumentos conceituais em si, mas da natureza da mentalidade que os concebe. Parece que Einstein sugere que o que define os conceitos como “eficientes” não é o seu conteúdo, mas sim o seu processo criativo – se um conceito “novo” é criado a partir de uma mentalidade que mantém a mesma visão de mundo, os resultados podem não ser capazes de propor as mudanças que necessitamos, por isso o foco recai no “como” os instrumentos conceituais são produzidos.

Nesse sentido, há um convite para que sejamos capazes de explorar outra forma de constituir conhecimentos e desenvolver outros procedimentos de investigação. E para que isso seja possível, faz-se essencial aprender a questionar os pressupostos, a transcender os paradigmas, as opiniões e as visões de mundo; pois como Einstein diz: “é preciso ir mais longe”.

---

<sup>1</sup> Faz-se mister evidenciar o marco histórico no qual esta tese foi defendida, o qual se comporta como um importante exemplo da policrise que esta pesquisa denuncia. Em meados do mês de Fevereiro de 2020, o mundo inteiro forçadamente experimentou por meses uma parada obrigatória em decorrência de uma pandemia causada pelo “novo coronavírus” ou “Covid-19”. Foram milhares de mortes (623.443 mil mortes até o fechamento deste documento em 22.07.2020) e um caos que se instalou de norte a sul no planeta. Pelo motivo do isolamento social necessário neste momento, esta tese (defendida numa sexta-feira do dia 27 de março de 2020) aconteceu remotamente via plataforma online. Em entrevista concedida ao jornal francês CNRS, Morin (2020) enfatiza que o cenário causado pela pandemia estimula que exercitemos a desconstrução das certezas absolutas. Especialmente a certeza na ciência como um “repositório de verdades absolutas”, visto que desde o início da pandemia o mundo se deparou com uma enxurrada de pontos de vistas antagônicos que definiam medidas contraditórias sobre as ações a serem tomadas para conter a disseminação do vírus. O filósofo salienta que essa é uma excelente oportunidade para compreendermos, afinal, que a ciência caminha num processo controverso e não dogmático. Ademais, o que esse episódio histórico revela (e que vai ao encontro dos temas trabalhados nesta tese) é uma crise da civilização de tamanha complexidade que nos obriga a rever nosso comportamento, nossos hábitos de consumo, nossa saúde, nossa alimentação, nossas relações (com nós mesmos, com os outros e com o meio socioambiental). Além de nos obrigar a aceitar a incerteza como um denominador comum de todas as esferas da vida humana, rompendo com o paradigma do pensamento moderno/ocidental que defende a construção de certezas sobre tudo. Em suma, Morin (2020) pontua que diante de um modelo de vida baseado exclusivamente na competitividade e na rentabilidade financeira, e que não se estrutura em valores como a solidariedade, cooperação, amor, amizade e a comunhão, a única coisa que podemos esperar é mais eventos catastróficos. Entretanto, há esperança. O sujeito moderno/ocidental meditante, analisado nesta tese, reivindica precisamente por essa mudança de perspectiva, e no seu silêncio e isolamento (voluntário) ele se ressignifica e elege para si uma vida emancipada dos valores compartilhados pelo modelo de desenvolvimento hegemônico.

Nesta tese, a tentativa de se ampliar o horizonte se caracteriza na exploração de outras epistemes em estudos socioambientais, que tomo como esforço fundamental para a complexificação do saber ambiental produzido no âmbito do Programa de Pós-Graduação de Meio Ambiente e Desenvolvimento da Universidade Federal do Paraná (PPMADE-UFPR). Para contextualizar melhor tal objetivo, acredito ser pertinente situar o contexto acadêmico-científico no qual a pesquisa foi realizada e como essa conjectura proveu os recursos ideais para o seu amadurecimento.

Assim, este capítulo é composto pelos seguintes temas que se encadeiam de modo consecutivo e suportam a construção da problematização do presente estudo: i) o conceito de sujeito (moderno/ocidental) e de “crise” que perpassa todas as reflexões realizadas ao longo da tese; ii) o cenário da crise socioambiental e do desenvolvimento (industrial/moderno) que fecunda, por sua vez, a crise da racionalidade instrumental e do conhecimento disciplinar; iii) e a emergência de programas interdisciplinares, como o PPGMADE-UFPR, como propostas acadêmicas diferenciadas especialmente no que tange à metodologia interdisciplinar e ao processo de produção do conhecimento.

Tomando como base esses elementos, a problematização da tese começa a tomar forma à medida que passo a explorar algumas fragilidades do PPGMADE que me levam a refletir sobre a complexidade do conceito de interdisciplinaridade que, no caso do saber ambiental, é o caminho para transcender as visões de mundo que não cessam de forjar instrumentos conceituais de uma potencialidade limitada – já que partem de uma mentalidade que não se renova, não se recria. Após explanar sobre a problematização, o capítulo é encerrado com a elucidação dos objetivos da pesquisa e alguns tópicos de justificativa.

## 1.1 A CRISE COMO VETOR DE AVANÇOS E RETROCESSOS

Antes de introduzir as nuances da crise, dedico as primeiras linhas desta seção para apresentar o entendimento de “sujeito” que permeia toda a pesquisa. Esclarece-se que cada vez que se pronuncia esse termo, está se referindo ao ser biossociocultural que é o ser humano<sup>2</sup>. Noção que empresto de Edgar Morin (1975), que considera que o ser humano foi se constituindo mediante uma complexa e simultânea adaptação biológica, natural e cultural. Logo, o termo “sujeito” utilizado aqui, carrega essa definição.

---

<sup>2</sup> Se levamos em conta a perspectiva espiritual, à essa identidade biossociocultural seria acrescentada uma dimensão espiritual do ser humano (não tenho certeza se Morin inclui ou não ela em outros trabalhos). De toda forma, a qualificação que o autor apresenta indica um bom ponto de partida para se tratar do ser humano em estudos sociais.

Não obstante, conforme o título da tese enuncia, a lente da pesquisa foca especificamente no sujeito moderno/ocidental que se constitui em consonância ao discurso hegemônico de desenvolvimento – o qual, também explico, tem caráter colonial/moderno/patriarcal/eurocêntrico/capitalista, cuja crítica é amadurecida principalmente por perspectivas pós-desenvolvimentistas e decoloniais. A razão dessas categorias de exploração estarem sendo representadas juntas, se dá pelo reconhecimento de que não existe um grau de prioridade entre elas; vinculadas umas às outras, se transformam num único sistema de dominação e exploração<sup>3</sup>.

Vistos esses esclarecimentos iniciais (que o sujeito em perspectiva é um ser biossociocultural de qualidade moderno/ocidental e a hegemonia do desenvolvimento tem caráter colonial/moderno/patriarcal/eurocêntrico/capitalista), é possível avançar para o conceito de crise.

Na tentativa de conceituar a crise, me apoio igualmente em Morin (1975), que a interpreta como o aumento da desestruturação e da incerteza no seio de um sistema pessoal ou social. Para o autor, a partir de um determinado momento do seu processo de hominização, o ser humano começa a se constituir como um indivíduo “crísico”; o que implica afirmar que o surgimento do sentimento de crise e de ansiedade humana está diretamente relacionado com a hipercomplexidade cerebral, somada ao desenvolvimento sociocultural do *sapiens*.

A forma como Morin (1975, 2010) interpreta a crise – defendendo que se trata de um fenômeno natural do ser humano e que o movimento contínuo de desorganização-reorganização da sociedade é resultado da crise humana – me parece bastante pertinente para explorar um dos objetivos da tese que é o de evidenciar os vínculos entre as diversas crises (socioambiental, do sujeito moderno/ocidental, da racionalidade instrumental) que transpassam a crise do desenvolvimento hegemônico.

Por defender um pensamento complexo, o antropólogo naturalmente elucida as conexões que existem entre o micro e o macro; todavia ao abordar o tema da crise, essas relações são ainda mais valorizadas porque, na visão de Morin (1975), não existe uma crise que seja apenas de caráter econômico, político, ambiental, social ou pessoal. Todas se entrelaçam entre si, alimentam e são alimentadas por uma multiplicidade de fatores. Dessa forma, quando

---

<sup>3</sup> Apesar do fato de que o patriarcado é um sistema de dominação e exploração muito mais antigo que os demais sistemas, remetendo às sociedades antigas da Grécia e Roma, Saffioti (2001) argumenta que ao se fundir com o escravagismo e o capitalismo, todos esses sistemas se tornam inseparáveis. Assim, nenhum deles deve ser priorizado em qualquer análise social, visto que na realidade concreta há uma simbiose entre ambos, que os transforma num único sistema de dominação e exploração. Enquanto a dominação pode ser situada essencialmente nos campos político e ideológico (a questão da raça e de gênero), a exploração diz respeito diretamente ao terreno econômico (a questão da escravidão e do trabalho) (SAFFIOTI, 2001; QUIJANO, 2005).

se pensa nas problemáticas enfrentadas pelas sociedades humanas, não é possível destacar um problema apenas, pois o que existe é uma inter-solidariedade complexa dos antagonismos, das crises, dos processos descontrolados; e é essa complexidade dos problemas que “se constitui o problema vital número um” (MORIN; KERN, 2003, p.94).

Portanto, ao refletir sobre tal característica heterogênea da crise no âmbito do tema do desenvolvimento, compreendo que quando se fala de uma crise do desenvolvimento hegemônico colonial/moderno/patriarcal/eurocêntrico/capitalista, estamos tratando de um conjunto policrísico que permeia esse tema; onde há um entrelaçamento da crise socioambiental, da modernidade, do conhecimento científico, do patriarcal, da racionalidade instrumental, do sujeito moderno/ocidental etc.; e onde os problemas não se dispõem linearmente, mas em conjunto, remetendo-se uns aos outros.

Entretanto, o caráter complexo que permeia os movimentos crísicos não diz respeito somente às relações heterogêneas entre os mais diversos fatores (políticos, ideológicos, econômicos, sociais, pessoais), ele se manifesta também no teor do resultado das crises. Apesar da crise ser fundamental para desestabilizar qualquer sistema e impulsionar mudanças<sup>4</sup>, seus resultados não são previsíveis, sendo impossível garantir que ela sempre irá gerar progressos. Na verdade, o mais provável é que ocorra simultaneamente movimentos de evolução, regressão e revolução (MORIN, 2010). Desse modo, assume-se que o resultado de uma crise não é uma coisa ou outra (só evolução ou regressão), decorre inevitavelmente numa maior complexidade do sistema (individual ou social).

Acredito que essa ambivalência entre progresso e retrocesso intrínseco às crises é facilmente observável nos diversos modelos de desenvolvimento (moderno, industrial, alternativo, sustentável), que emergem nas sociedades ocidentais. A história dessas sociedades mostra que os modelos não proporcionam somente progressos para a humanidade; todos vêm carregados de elementos instáveis que posteriormente se constituem eles próprios como crises e acabam impulsionando um novo ideal de desenvolvimento com novas (ou mesmo antigas) instabilidades e incertezas.

Ao analisar a modernização, por exemplo, fica muito claro esse movimento contínuo de desorganização-reorganização das culturas ocidentais. Ao mesmo tempo que a modernidade se estabelece como sinônimo de “progresso”, ela dissemina incertezas que se tornam essenciais

---

<sup>4</sup> Apesar do teor negativo muitas vezes associado à ansiedade e/ou à crise, o surgimento desse sentimento é extremamente positivo e produtivo, pois é ele que vai estimular no indivíduo a curiosidade, a busca da verdade e da felicidade; ao mesmo tempo que vai estimular os mitos, as magias e as religiões que contrapõem a busca pela certeza, deixando nas mãos do mistério aquilo que não se pode saber (MORIN, 1975).



para desestabilizar essa própria noção de progresso e resultar em outras crises (socioambiental, do conhecimento científico, econômicas); as quais, por sua vez, fecundam novas teorias (estruturalistas, pós-estruturalistas, alternativas).

Vejamos brevemente como se dá esse movimento (d)estrutural da modernidade para que possamos compreender a crise dos fundamentos do conhecimento que é o foco da contextualização deste capítulo introdutório.

## 1.2 ASPECTOS DA CRISE DA MODERNIDADE

A teoria da modernização aliada ao crescimento econômico, que apresenta seu ápice nos anos de 1950 e 1960, gera como produto um determinismo científico, tecnológico e do capital. Durante essas décadas passa-se a acreditar indubitavelmente nos efeitos benéficos do capital, da ciência e da tecnologia; e pauta-se na premissa de que o desenvolvimento só aconteceria caso os países seguissem as prescrições de instituições financeiras como o Banco Mundial, e aplicassem os conhecimentos concebidos nas Universidades a partir dos anos 1950 (ESCOBAR, 2014).

Como resultado da teoria liberal que orienta essa fase, permeia a crença de um desenvolvimento centrado na aceleração do crescimento econômico, especialmente do setor industrial; nas formas de política que se traduzem numa reduzida participação democrática na tomada de decisões; na exploração massiva dos recursos naturais; e na ideia de transformação inevitável e desejável das sociedades tradicionais em sociedades modernas. Esse modelo de desenvolvimento econômico se estrutura pela concepção e implementação de seus projetos a partir de cima (*top-down development*) “com base em políticas traçadas e implementadas por agências tecnocráticas nacionais e internacionais, sem a participação das comunidades afetadas por essas políticas” (SOUSA SANTOS; RODRÍGUEZ, 2005, p. 45).

Por conseguinte, o que se verifica ser consolidado nesse período é a construção de um mito do desenvolvimento vendido enfaticamente nos anos pós-guerra, o qual carrega a ideia de progresso como a grande lei da evolução e da história humana; o aprimoramento da razão como o caminho para conquistar tal progresso; e a crença na industrialização como o motor indispensável para se alcançar o bem-estar, reduzir as desigualdades extremas e garantir felicidade às sociedades.

O que deve ser destacado na constituição desse mito do desenvolvimento é o aprimoramento da racionalidade instrumental que se coloca como a força motriz da modernidade urbana e industrial e de uma jornada que parece ser a marcha própria da história

humana<sup>5</sup>: o desenvolvimento da ciência e da técnica. Sem essa racionalidade que domina, fragmenta e classifica a natureza, a terra, o saber, o corpo individual, o corpo social, a língua, as nações e o ser; grande parte das conquistas econômicas, técnico-científicas e políticas não seriam alcançadas. Assim, a fragmentação do saber é um dos avanços mais significativos e cruciais das sociedades ocidentais, sendo representada pela compartimentação da Ciência em conhecimentos especializados<sup>6</sup>.

A especialização extrai um objeto do seu contexto, rejeitando suas ligações e intercomunicações e o insere num campo conceitual abstrato que é o da disciplina; rompe arbitrariamente a sistemicidade que se refere à relação de uma parte com o todo e a multidimensionalidade dos fenômenos, conduzindo à abstração matemática que privilegia tudo o que é calculável e formalizável, ignorando o contexto necessário à compreensão de seus objetos (MORIN; KERN, 2003)<sup>7</sup>.

No entanto, mesmo sendo o “avanço” mais significativo da modernidade, essa racionalidade instrumental especializada começa a dar sinais de crise quando a ambivalência entre progresso e retrocesso vai se tornando cada vez mais evidente: o domínio da energia nuclear pelas ciências físicas possibilita um “progresso” social ao mesmo tempo que provoca o aniquilamento humano (as bombas de Hiroshima e Nagasaki são exemplos dessa contradição); os métodos industriais garantem uma maior produção alimentar ao mesmo tempo que as técnicas de agricultura, pesca, pecuária passam a ser as maiores responsáveis pela crescente degradação ambiental e injustiças sociais; os progressos da medicina permitem a longevidade, higiene e a cura, ao mesmo tempo que as práticas tradicionais de cura que tratam o indivíduo de maneira holística são rechaçados e o ser humano passa a ser um objeto fragmentado (MORIN; KERN, 2003).

Observa-se, portanto, que o caráter crítico da racionalização imperativa dessa época pauta-se na constatação de que o supervalorizado progresso só é capaz de operar se promover uma contínua e generalizada exclusão e aniquilamento daquilo que não é lógico/racional e passível de mercantilização. Por isso, dizima-se das sociedades suas tradições: promove a

---

<sup>5</sup> “De qualquer modo, o progresso não está assegurado automaticamente por nenhuma lei da história. O devir não é necessariamente desenvolvimento. O futuro chama-se doravante incerteza” (MORIN; KERN, 2003, p. 78).

<sup>6</sup> “Os caracteres biológicos do homem foram discutidos nos departamentos de biologia e nos cursos de medicina; os caracteres psicológicos, culturais e sociais foram divididos e instalados nos diversos departamentos de ciências humanas, de modo que a sociologia foi incapaz de ver o indivíduo, a psicologia incapaz de ver a sociedade, a história acomodou-se à parte e a economia extraiu do *Homo sapiens demens* o resíduo exangue do *Homo econômico*” (MORIN; KERN, 2003, p. 61).

<sup>7</sup> Para Morin e Kern (2003), todo o sistema auto-organizador é auto-eco-organizador, ele é autônomo/dependente em relação a seu ecossistema. Por isso, falta ainda às ciências a compreensão das relações, sem a abstração que as separa da complexidade.

fragilização das civilizações rurais e das culturas tradicionais; desintegra as culturas arcaicas; e destrói as solidariedades locais e os traços originais adaptados às condições ecológicas singulares.

Ao transparecer tais fragilidades, a promessa de prosperidade social e econômica para todos aos poucos vai sendo questionada; bem como passa-se a denunciar a agressividade do modelo produtivista da civilização moderna sobre o Planeta e a evidenciar os danos colaterais dos padrões de desenvolvimento dos países do hemisfério Norte que criam, principalmente nos países do Sul, as chamadas “zonas de sacrifício”. Logo, a certeza de que as ciências, as tecnologias e o capital garantiriam a felicidade e a riqueza dos países começa a ser questionada durante os anos de 1960 e 1970, quando emerge a teoria da dependência.

Essa teoria, baseada no paradigma marxista, sugere que a causa do subdesenvolvimento se encontra na conexão entre a dependência econômica externa (dos países da periferia aos países centrais) e a exploração social interna (especialmente as de classe). Sob tal perspectiva, exclui-se a pressuposição de uma aparente carência de capital, tecnologia ou de qualquer outro valor moderno como causa do subdesenvolvimento<sup>8</sup>. A partir de tais constatações, algumas mudanças começam a emergir no cenário político e acadêmico-científico.

Por exemplo, em 1962, é sugerido pelas Nações Unidas separar “desenvolvimento” de “crescimento” e os aspectos qualitativos dos quantitativos, de forma a valorizar as questões sociais e culturais e não somente as econômicas. Entre 1965 e 1969, surgem no meio acadêmico vários estudos críticos de autores como Mishan, Galbraith, Hirsch, que tecem análises sobre a urbanização e os limites sociais do crescimento econômico. Na América Latina, a crítica é embasada em autores como Raúl Prebisch que, decorrente de uma postura estruturalista, reconhece a existência de uma estrutura heterogênea das economias latino-americanas e, dessa maneira, demanda uma análise crítica diferenciada (GUDYNAS, 2011).

O surgimento do paradigma de “desenvolvimento alternativo” também é uma resposta à crise do mito do desenvolvimento e da modernidade. Divulgado no início dos anos 1970, esse paradigma sintetiza o pensamento de críticos do mundo todo (como intelectuais, peritos em planejamento econômico e ativistas) que iniciam uma reflexão sobre a abordagem tradicional do desenvolvimento que defende o alcance de um progresso das nações exclusivamente por meio da tríade ciência/técnica/capital. Tais iniciativas definem a divulgação de variadas propostas e teorias alternativas, as quais são amadurecidas para debater temas centrais abandonados pela abordagem ortodoxa: a preservação do meio ambiente; o respeito pela

---

<sup>8</sup> Para os teóricos desse período, os problemas advêm do capitalismo e por isso propõem um desenvolvimento socialista ou, ao menos, socialdemocrata (ESCOBAR, 2014).

diversidade cultural e o impacto do desenvolvimento econômico convencional sobre os países pobres (SOUSA SANTOS; RODRÍGUEZ, 2005).

Se levarmos em conta o conceito de crise de Morin (1975; 2010), podemos enxergar as questões socioambientais levantadas nessa época como uma desordem no interior do modelo hegemônico de desenvolvimento até então estabelecido, ou seja, uma crise que foi marcada pelo aumento das incertezas sobre a abordagem tradicional de progresso e que gera como resultado uma complexificação do próprio conceito de “desenvolvimento”.

Contudo, apesar de se apresentar como uma grande proposta, a ideia de desenvolvimento alternativo não encerra o debate. Afinal de contas, como Morin (1975; 2010) postula: as crises são uma constante no seio das sociedades humanas e o tema do desenvolvimento comporta intrinsecamente um caráter crísico. Dessa forma, desde o surgimento da proposta de desenvolvimento alternativo, novas crises individuais, sociais, econômicas, políticas e ambientais continuam eclodindo conjuntamente e ansiando por soluções mais criativas e complexas. Como prova disso, o próprio conceito de desenvolvimento alternativo abre caminhos para o surgimento de outras teorias, como é o caso do pós-desenvolvimento que oferece como contraproposta, as “alternativas ao desenvolvimento”.

Maiores detalhes sobre a teoria pós-desenvolvimentista são trazidos no capítulo três, quando o processo de subjetificação é analisado sob a perspectiva das crises desenvolvimentistas. Por ora, para fins deste capítulo introdutório, o que interessa observar é de que forma esses questionamentos iniciais sobre o conceito hegemônico de desenvolvimento são transpassados pela crise dos fundamentos do conhecimento, que por sua vez cria oportunidades de transformações no campo do conhecimento ambiental, como veremos na próxima seção.

### 1.3 TRANSFORMAÇÕES NO CAMPO DO CONHECIMENTO AMBIENTAL

A mudança fundamental no campo do conhecimento ambiental pauta-se na crítica à compartimentação do conhecimento, que leva alguns pesquisadores a buscarem outros métodos de investigação que dessem conta da complexidade relativa à problemática socioambiental (LEFF, 2000; FLORIANI, 2000); com base na reflexão de que uma mentalidade fracionada em disciplinas não seria capaz de compreender tal complexidade. Desse modo, os questionamentos quanto à capacidade de argumentação científica diante à situação socioambiental que as sociedades vinham enfrentando desde a segunda metade do século XX provocam significativas transformações no meio científico e acadêmico.

Essas mudanças podem ser traduzidas como uma crise dos fundamentos das ciências, a qual insere uma crítica quanto à existência de um fundamento seguro/eterno para qualquer tipo de conhecimento; e o que levanta, inevitavelmente, a “possibilidade de pensar, além dos fundamentos, na perspectiva dos contornos de um campo de conhecimento” (SOUZA-LIMA, 2013, p.150). Os contornos a que o autor se refere é a representação de um tracejado nas bordas dos campos de conhecimento onde podem acontecer simultaneamente processos de autoafirmação e autotranscendência de um conhecimento. O que implica que a crise dos fundamentos científicos não se trata do abandono dos fundamentos, mas sim da sua rigidez, de modo a considerar a possibilidade de pensar os campos de conhecimento a partir dos seus contornos e não somente de seus fundamentos.

O fortalecimento do movimento de gênese e metamorfoses da construção epistemológica do saber ambiental é um exemplo da transcendência disciplinar, que extrapola suas fronteiras e torna seus contornos criativos mediante diálogos interdisciplinares e o nascimento de novas disciplinas. Pois passa-se a perceber que é uma atitude restritiva limitar a discussão socioambiental a apenas uma disciplina, sendo necessária uma atitude interdisciplinar para se criar uma epistemologia nesse campo.

Para Enrique Leff (2014), a inteligibilidade do social a partir da crise ambiental clama pela construção de outra sociologia capaz de explicar as potencialidades do real e do simbólico, da natureza e da cultura, desde outras lógicas de sentido, de outras razões do mundo, de outras racionalidades sociais. Logo, durante esse processo de amadurecimento de um pensamento interdisciplinar sobre o meio ambiente e desenvolvimento, há principalmente um esforço na direção de reconciliar os campos disciplinares das Ciências Sociais com as Ciências Naturais<sup>9</sup>, resultando no surgimento de disciplinas como a Sociologia Ambiental.

A sociologia ambiental nasce então com a finalidade de incorporar as condições da natureza na dinâmica social, emergindo um diálogo entre as disciplinas que estudam a relação entre cultura e natureza. Uma conquista que representa o que Souza-Lima (2013) indica como o surgimento dos contornos do campo do conhecimento ambiental, à medida que se internaliza (começa a levar em conta) a questão ambiental nas abordagens sociais.

Além do surgimento da disciplina Sociologia Ambiental, outra transformação, que pode ser citada como resultante desse exercício de consolidação de um pensamento interdisciplinar

---

<sup>9</sup> A disciplinaridade isolou as Ciências Sociais das Naturais. Para Leff (2014), a limitação específica das Ciências Sociais se deu justamente pela construção de um pensar das questões sociais independentemente das condições da natureza. Foi um “esquecimento” gerado pela própria história da constituição das Ciências Sociais na ordem da racionalidade da modernidade.

ambiental, é a criação de diversos programas interdisciplinares de investigação e formação que visualizam unir as Ciências Sociais e Naturais num diálogo que se constituiria como um saber ambiental (LEFF, 2000). O Programa de Pós-Graduação em Meio Ambiente e Desenvolvimento (PPGMADE) da Universidade Federal do Paraná (UFPR) consiste num dos frutos desse movimento acadêmico.

### 1.3.1 A interdisciplinaridade e os diferenciais metodológicos do PPGMADE/UFPR

De acordo com Morin (1997), a história da ciência mostra que sempre houve rupturas disciplinares que permitiram avanços significativos na produção do conhecimento<sup>10</sup>; não sendo obstante, a interdisciplinaridade um fenômeno recente. O que se caracteriza como novo é o reconhecimento da sua importância, da necessidade de um novo esquema cognitivo que afirme e conceba a existência das relações – em contraposição a um esquema estático composto por elementos isolados entre si. Assim, a interdisciplinaridade está envolvida em noções de intercâmbio e cooperação, produzindo um conhecimento em movimento.

A produção de um conhecimento em movimento no campo do meio ambiente e desenvolvimento necessita de trocas intersubjetivas sistemáticas, a partir do confronto de saberes disciplinares, que leve em conta uma ou mais problemáticas na relação sociedade-natureza. Alcançar tal flexibilidade de diálogo na produção do conhecimento acadêmico-científico representa um dos fatores motivacionais de criação do PPGMADE.

Desde a sua constituição em 1993, o PPGMADE vem buscando atender a proposta de ser um Programa interdisciplinar e proporcionar uma dinâmica capaz de promover um diálogo dessa categoria metodológica no quesito ambiental. Para tanto, carrega na sua estrutura curricular um método direcionado ao desenvolvimento de processos de ensino-aprendizado sobre a temática Meio Ambiente e Desenvolvimento, por meio da articulação de “diversas disciplinas para melhor compreender e gerir situações de acomodação, tensão ou conflito explícito entre as necessidades, as práticas humanas e as dinâmicas naturais” (FLORIANI, 2000, p. 100).

Somado à interdisciplinaridade, o referido Programa também conta com outros diferenciais em relação à maioria dos cursos de pós-graduação do Brasil, como o fato de não

---

<sup>10</sup> O autor apresenta alguns exemplos de avanços científicos decorrentes dessa ruptura disciplinar, decorrentes de fatores como: a circulação de conceitos ou de esquemas cognitivos; a usurpação e interferências; a emergência de novos esquemas cognitivos e de novas hipóteses explicativas; ou a constituição de concepções organizativas que permitiram articular os domínios disciplinares em um sistema teórico comum (MORIN, 1997).

estar vinculado a nenhum departamento específico da Universidade Federal do Paraná (UFPR)<sup>11</sup> e adotar um modelo de seleção – realizado a cada dois anos – que não exige o projeto de tese como pré-requisito para admissão dos alunos de doutorado. Em vista disso, em sua proposta de formação o Programa propõe que o projeto de pesquisa individual seja construído no decorrer dos dois primeiros anos do curso, fruto de um amadurecimento proporcionado pelas disciplinas obrigatórias e por uma série de trabalhos coletivos e interdisciplinares.

A respeito das disciplinas obrigatórias, estas compõem módulos específicos que permitem aos pesquisadores entrar em contato com áreas do conhecimento relacionados às Ciências Humanas, Sociais e Naturais. Logo, noções de Geografia, Economia, Sociologia, Física, Direito, Biologia e Ecologia são inseridas, a fim de que seja realizado um confronto de saberes disciplinares que leve em conta problemáticas na relação sociedade-natureza. Na turma XII de doutorandos ingressantes em 2016, e da qual fui integrante, a estrutura curricular do PPGMADE esteve composta da seguinte forma: Módulo I – Ciências Humanas e Sociais; Módulo II – Ciências da Natureza; Módulo III – Relação sociedade, meio ambiente e desenvolvimento; Módulo IV – Pesquisa Interdisciplinar.

Já sobre os trabalhos coletivos e interdisciplinares, a metodologia de ensino adotada pelo Programa idealiza que seja realizado um esforço coletivo (denominado de “Oficina”) ao final de cada um dos módulos supracitados, de forma a oportunizar aos alunos de todas as linhas de pesquisa<sup>12</sup> a construção conjunta de um entendimento sobre o que foi apresentado em cada etapa. O encerramento dessa fase de módulos e trabalhos coletivos e interdisciplinares acontece no final do segundo ano do curso com a Oficina IV, que finaliza o Módulo IV e é denominada de “Construção de Pesquisa Interdisciplinar em Meio Ambiente e Desenvolvimento”<sup>13</sup>. Somente após essa fase final é que os pesquisadores passam a se alocar em suas linhas respectivas e a iniciar a elaboração das teses.

A partir da estrutura curricular exposta, observa-se que a dinâmica do PPGMADE procura fornecer, mediante os trabalhos coletivos e os módulos, elementos teóricos, epistemológicos e metodológicos para a produção interdisciplinar de conhecimento sobre a

---

<sup>11</sup> O PPGMADE está diretamente vinculado à Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação (PRPPG).

<sup>12</sup> No momento de confecção desta tese, as linhas existentes no Programa eram as seguintes: “Energia, Meio Ambiente e Desenvolvimento”; “Epistemologia Ambiental”; “Ruralidades, Ambiente e Sociedade”; “Urbanização, Cidade e Ambiente Urbano”; “Usos e Conflitos dos Ambientes Costeiros”; e “Ekoa: direito, movimentos sociais e natureza”. A presente tese está vinculada à linha “Epistemologia Ambiental”.

<sup>13</sup> Para a turma XII de doutorandos essa oficina final teve como proposta envolver os alunos de todas as linhas de pesquisa no comum objetivo de explorar o tema: “Conflitos e (In)Justiça Socioambiental, Resistências e Alternatividades”.



questão socioambiental contemporânea (PPGMADE, 2018); bem como possibilitar que cada projeto de tese seja resultado de uma reflexão crítica, e de um olhar mais complexo e integrado.

Todavia, apesar de manter tais inovações acadêmicas (no que tange principalmente à escolha de um método não disciplinar de pesquisa e de um processo pedagógico diferenciado), o Programa mantém certas incongruências que comprometem inclusive a própria proposta inovativa na construção do saber ambiental. E é sobre tais fragilidades que a problematização desta pesquisa se fundamenta; a qual é detalhada a seguir.

#### 1.4 A COMPLEXIDADE DO CONCEITO DE INTERDISCIPLINARIDADE

Conforme apresentado anteriormente, durante os dois primeiros anos de formação são oferecidas aos pesquisadores do PPGMADE, aulas expositivas de disciplinas que se concentram basicamente em teorias e estudos pertinentes às ciências da vida, da natureza e da sociedade. Enquanto uma pesquisadora que carrega percepções particulares (e características de uma formação pessoal voltada às terapias orientais) interpreto a estrutura curricular do Programa como restrita a um diálogo no âmbito desses conhecimentos acadêmico-científicos – de modo que são negligenciadas contribuições de disciplinas atreladas, por exemplo, às Ciências Humanas. Reflito que, por diversos motivos (desconhecidos)<sup>14</sup>, o PPGMADE de alguma forma engessou a interdisciplinaridade; permanecendo atado ao primeiro grande avanço que o conhecimento ambiental alcançou quando propôs uma reconciliação entre as Ciências Sociais e as Ciências Naturais.

Pensamento que foi amadurecido ao me deparar com autores como Leff (2000) e Floriani (2000) que postulam que a interdisciplinaridade no campo ambiental não deve se restringir apenas à construção de um relacionamento entre as Ciências Naturais e Sociais. Caso contrário, as problemáticas permanecerão sendo analisadas sempre sob a mesma perspectiva social, política, econômica e ecológica, não levando em consideração questões psicológicas, filosóficas, artísticas, religiosas e espirituais que poderiam ampliar a potência de ação desse campo de conhecimento na resolução dos conflitos socioambientais.

Visto isso, a problematização desta tese começa a se estruturar à medida que observo que há uma possibilidade de inserir novos elementos na complexificação do conceito de

---

<sup>14</sup> Especulo que esse limite do PPGMADE talvez esteja associado à ausência de uma quantidade expressiva de pesquisadores (até então) formados e interessados nesse entrelaçamento e que pudessem compor o quadro de docentes do Programa.

desenvolvimento, ajudando a tornar visíveis outros níveis da complexidade interdisciplinar que envolve os temas pesquisados pelo Programa.

No processo de buscar conteúdos que pudessem contribuir com a elaboração dessa reflexão, tomo conhecimento de estudos (externos ao PPGMADE) que salientam tal necessidade de incluir novas perspectivas no debate socioambiental. Como é o caso da tese de doutorado de Marco Aurélio B. Carvalho (2013) que elabora uma crítica sobre a noção de desenvolvimento sustentável que, originalmente, busca organicidade apenas entre as dimensões: meio ambiente, justiça social e eficiência econômica; excluindo uma quarta dimensão que, na opinião do psicólogo, perpassa as três e lhes serve de pano de fundo, que é a “Visão de Mundo”<sup>15</sup>.

Carvalho (2013) explica que a visão de mundo representa o campo das crenças estruturantes, dos valores e significados dados às muitas instâncias do viver, sendo ao mesmo tempo o campo onde a noção de ser humano se encontra, e que a define e lhe dá sentido. Sob tal perspectiva, defende-se que a desconexão entre Economia, Sociedade e Natureza pode ter raiz justamente nessa dimensão oculta no discurso sobre sustentabilidade<sup>16</sup>, sendo, portanto, importante inserir no debate socioambiental também uma perspectiva psicológica.

O autor acrescenta que, intencional ou não, o fato é que o ocultamento desses aspectos em estudos acadêmicos das Ciências Ambientais reflete diretamente a realidade dos discursos políticos. Quando o então presidente estadunidense George H. W. Bush afirma durante a Rio-92 que: “o modo de vida norte-americano não está em discussão” significa que a visão de mundo de uma cultura dominante, hegemônica, não pode ser questionada. Mas, para Carvalho (2013, p. 18), é precisamente o que deve estar em discussão, porque desde uma perspectiva psicológica existe um projeto autodestrutivo inconsciente em andamento, na medida em que “comportamentos ambientalmente disfuncionais são (a) considerados normais e estimulados social e economicamente, e que (b) essa inconsciência impulsiona o desacordo entre sociedade e natureza”.

Nessa esteira, e corroborando a crítica elaborada por Carvalho (2013), tomo conhecimento da existência do “Clube de Budapeste”<sup>17</sup> que representa uma ação complementar

<sup>15</sup> “E não será que a menor ênfase, quando não a total ausência dessa dimensão na busca de entendimento do fenômeno da insustentabilidade, não é uma forma intencional de ocultar a dimensão que pode dar sentido aos conflitos entre as outras três?” (CARVALHO, 2013, p. 10).

<sup>16</sup> “[...] falta um elo na corrente de discussões sobre a sustentabilidade: a dimensão psicológica que está por trás – ou no fundo – de tudo o que está ocorrendo. Não que a Psicologia não tenha ainda se apresentado ao debate da sustentabilidade, mas é evidente que a força de sua voz ainda não se faz sentir” (CARVALHO, 2013, p. 11).

<sup>17</sup> O Clube de Budapeste surgiu em 1993, associado aos debates do Clube de Roma, onde foi produzido o documento “*The limits to growth*” (1972). Atualmente, o clube funciona como uma associação internacional composta por atores globalmente influentes, como Dalai Lama, Vaclav Havel e Edgar Morin, tendo como objetivo

ao Clube de Roma destinada à focar nos “*soft factors*” dos limites do crescimento: valores, expectativas, visões de mundo, estados da mente e consciência. A ideia de Ervin Lazlo e dos demais fundadores dessa iniciativa, era criar um clube internacional de artistas e escritores para integrar o Clube de Roma, sugerindo que essa ação poderia promover um ideal intelectual e um clima cultural para se somar aos esforços (técnico, político, econômico e científico) propostos pelos integrantes do Clube de Roma. O documento produzido pelo Clube de Budapeste e denominado por “*Manifesto on the Spirit of Planetary Consciousness*” também destaca que os problemas pertinentes ao tema do desenvolvimento não serão resolvidos partindo apenas de soluções técnicas e acordos políticos ancorados num discurso “sustentável”.

Hoje é necessário mais do que ações fragmentadas e solução de problemas a curto prazo. Nós precisamos perceber os problemas em sua total complexidade – e compreender eles não somente com nossa razão e intelecto, mas com todas as nossas possibilidades de intuição e empatia. Além dos poderes da mente racional, as notáveis faculdades do espírito humano abrangem o poder do amor, da compaixão, e da solidariedade (THE CLUB OF BUDAPEST, trad. nossa, 1996, p. 02)<sup>18</sup>.

Nesse sentido, reforça-se a escala individual na transformação socioambiental. Para os protagonistas do Clube de Budapeste um indivíduo dotado de consciência planetária reconhece o seu papel no processo evolucionário e age responsabilmente à luz dessa percepção. E cada pessoa deve começar a se envolver conscientemente com essa dimensão planetária para se tornar responsável e agente efetivo da mudança e transformação da sociedade humana. Considerando que consciência planetária é o conhecimento e o sentimento da vital interdependência e essencial unidade da humanidade, bem como da adoção consciente da ética e do *ethos* que isso implica.

E por fim, me deparo ainda com a reflexão de Bruno Latour (2001) que defende que a ciência deve buscar associar ou substituir elementos testando as exigências contraditórias de cada entidade, pois se não houver essa tentativa de associação (por exemplo, de elementos não-humanos), incorre-se o risco de cair num construtivismo radical – social, econômico ou biológico. A intenção de, nos estudos científicos fazer com que um conjunto de elementos heterogêneos desvinculados passem a partilhar de um destino comum dentro de um coletivo

---

principal a criação de um movimento transcultural que oriente as pessoas a encontrar novas respostas, novas atitudes e estabelecer novas prioridades.

<sup>18</sup> “*More is required today than piecemeal action and short-term problem-solving. We need to perceive the problems in their complex totality – and grasp them not only with our reason and intellect, but with all faculties of our insight and empathy. Beyond the powers of the rational mind, the remarkable faculties of the human spirit embrace the power of love, of compassion, and of solidarity*” (THE CLUB OF BUDAPEST, 1996, p. 02).

comum, resulta na compreensão de que quanto mais heterogêneo se tornar esse conjunto, maior sua capacidade de ação.

Entrar em contato com essas reflexões críticas, me fizeram refletir que as pesquisas incubadas em programas como o PPGMADE se tornariam mais criativas caso os grandes temas “Meio Ambiente” e “Desenvolvimento” pudessem ser analisados também sob os fundamentos da Psicologia, Filosofia, Artes (Plásticas, Visuais, Cênicas), Música, Literatura e das Ciências da Religião. Outras reformulações podem ser alcançadas de forma a flexibilizar cada vez mais os contornos do conhecimento ambiental e a fragilizar a especialização e a compartimentação das ciências.

Ademais, ao tomar como base o conceito de interdisciplinaridade mais abrangente, exposto pelos docentes e pela literatura de base do Programa, compreendo que este se constitui por meio de uma hibridização entre ciências, tecnologias e saberes; caminhando dessa maneira para um “diálogo de saberes” que sugere a abertura de um diálogo no qual incluem-se os saberes religiosos, artísticos, espirituais e místicos. Ou, nas palavras de Floriani (2000, p. 98), um pesquisador interessado em praticar a interdisciplinaridade no campo ambiental precisa ser capaz de alterar

os procedimentos convencionais na (re)produção do conhecimento, buscando a fonte de sua imaginação em diversos referenciais cognitivos; não apenas naqueles de sua disciplina científica, mas também nos de natureza estética (artes, literatura, música), na ética, nos conhecimentos espontâneos, especialmente naqueles profundamente arraigados na cultura dos povos (do presente e do passado), recriando e restabelecendo o que foi esquecido ou obscurecido pelos procedimentos da racionalidade instrumental da modernidade.

Compreendo, conseqüentemente, que para enriquecer o campo de conhecimento ambiental é necessária uma aproximação dos saberes que estão fora do meio acadêmico, para que a questão socioambiental seja refletida e sentida sob o ponto de vista de instrumentos conceituais formulados a partir de outra mentalidade. Pois, retomando a reflexão realizada no início deste capítulo, será que é possível resolver um problema a partir de um mesmo estado de consciência que o gerou?

Nas palavras de Leff (2000, p. 30) encontro uma possibilidade de resposta: os conflitos ambientais não serão resolvidos somente pelo “poder científico da economia ou da ecologia, senão através de sentidos existenciais, de valores culturais e de estilos de desenvolvimento diferenciados”. O que significa que a interdisciplinaridade ambiental extrapola o campo científico, acadêmico e disciplinar do conhecimento formal certificado; abrindo-se a um

diálogo de saberes, por meio do qual se realiza o encontro do conhecimento sistematizado das ciências com os saberes sistematizados pela cultura.

Amparada por essa contextualização, apresento que esta tese procura incluir novos aspectos na problematização do conceito de desenvolvimento, contribuindo para tornar visíveis outros níveis da complexidade que envolve o debate socioambiental. Para tanto, insere-se nesse debate, elementos da cultura oriental, do Budismo e da prática da meditação. A escolha desses saberes se dá pelo fato de que, apesar da minha formação acadêmica estar concentrada nas Ciências Sociais Aplicadas (mais especificamente em Planejamento Turístico<sup>19</sup>), a minha trajetória pessoal mostra que o envolvimento nessa área é bastante restrito se comparado com o tempo e a intensidade que venho me dedicando ao estudo e ensino das filosofias orientais relacionadas ao Yoga<sup>20</sup> e à Meditação.

Há quinze anos me dedico à pesquisa e prática da meditação de diferentes linhagens budistas. Enquanto praticante, transitei pelas linhas Tibetana, *Mahayana* e *Theravada*; e, por fim, me qualifiquei como instrutora de meditação da última tradição. A dedicação a cursos, retiros e vivências relacionados à cultura oriental me possibilitou adquirir um certo conhecimento sobre as bases filosóficas do Budismo e do Hinduísmo, experiência que alterou significativamente meu pensar e sentir a vida, as relações e a própria postura como pesquisadora no ambiente acadêmico.

Para Souza-Lima (2013), a contestação quanto à legitimidade indubitável de uma episteme reducionista que define os fundamentos últimos do conhecimento científico, leva também à necessidade de um novo sujeito cognoscente que, mesmo fiel à episteme reducionista, precisa transcender sua identidade disciplinar e alcançar as fronteiras de seu campo. Nesse sentido, acredito que o maior desafio encontrado durante o período de minha formação do doutorado versa precisamente sobre a busca por transcender a identidade acadêmica e visualizar quais as fronteiras do meu campo de pesquisa e atuação. Por conseguinte, a criação desta pesquisa resulta especialmente de um processo pessoal de extrapolar as limitações do meu currículo acadêmico e de me reconhecer como uma pesquisadora que não se restringe aos títulos

---

<sup>19</sup> Apresento formação técnica em Turismo, Graduação em Planejamento Turístico (IFG) e Mestrado em Tecnologia (UTFPR). A trajetória profissional na área do Turismo se restringe aos estágios realizados durante a graduação (no Parque Estadual do Itacolomi e na Secretaria Municipal de Turismo de Ouro Preto – MG); ao cargo público assumido na Empresa Municipal de Turismo de Belo Horizonte – MG (Belotur); e à docência da disciplina Ecoturismo nas Faculdades Integradas “Espírita” em Curitiba.

<sup>20</sup> Para esclarecer, Yoga e meditação estão intrinsecamente relacionados, inclusive em algumas tradições o termo “Yoga” é utilizado para definir um estado meditativo. Conforme é possível observar nesse trecho do mestre Yogananda (2013) que diz que yoga “é um método para restringir a turbulência natural dos pensamentos. [...] Os pensamentos da maioria das pessoas são inquietos e caprichosos; é patente a necessidade da *yoga*: a ciência do controle da mente”. Não obstante, como essa correlação não é tão clara assim no Ocidente, utilizarei ao longo da tese apenas o termo “meditação” para evitar confusões.

de Turismóloga e Mestre em Tecnologia, pois a história de vida indica um interesse e capacidade mais amplos em pesquisar e refletir sobre temas que vão na contramão desses títulos.

Após exposta a problematização da tese e a contextualização pessoal que possibilita a compreensão dos principais temas que orientam esta pesquisa, resta introduzir seus objetivos gerais e específicos; tema da última seção deste capítulo.

### 1.5 OBJETIVOS GERAIS E ESPECÍFICOS DA PESQUISA

Conforme explicitado brevemente na seção anterior, a minha história pessoal e profissional, enriquecida pelo contato com as práticas orientais, constrói inevitavelmente um julgamento que diz ser incompleta uma análise sobre a crise do desenvolvimento e/ou socioambiental que desconsidera a crise mental/emocional/espiritual dos seres humanos. Concordo com perspectivas psicológicas, religiosas e espirituais que defendem que o ser humano é um cosmo em miniatura e que a psique e o cosmo comportam-se como mundo interior e mundo exterior; onde o pressuposto básico é que o cosmo e o homem obedecem às mesmas leis.

Nesse sentido, esta pesquisa tem afinidade com estudos que de alguma forma buscam evidenciar a correlação entre a psique humana, a sociedade e o meio ambiente. Dentre eles, cito a tese de doutorado defendida no PPDMADE, em 2007, pelo psicólogo José Henrique Volpi que utilizou o conceito de Ecopsicologia como tema central da sua pesquisa a fim de “identificar fundamentos que permitam estabelecer um diálogo entre a ecologia e a psicologia” (VOLPI, 2007); a tese de doutorado defendida no Centro de Desenvolvimento Sustentável da Universidade de Brasília (CDS-UNB), em 2013, pelo psicólogo Carvalho que se propôs a investigar “as raízes psicológicas das atitudes ambientalmente disfuncionais da cultura dominante” (CARVALHO, 2013, p. 05); e a tese de doutorado da Ana Lizete Farias, de 2020 no PPGMADE, que visa investigar a contribuição da psicanálise na construção do saber ambiental (FARIAS, 2017).

Tais estudos carregam em comum o pressuposto de que a condição psicológica dos indivíduos corresponde à condição psicológica das nações – que as nações agem exatamente como cada pessoa age individualmente. O que remete novamente ao conceito de crise de Morin (2010, p.50) que considera a existência de um entrelaçamento entre as diversas crises que acometem as sociedades humanas e/ou de “elos ativos e retroativos entre as

microtransformações (nos indivíduos, entre os indivíduos), as metratransformações (novas formas de organização social), a megatransformação (planetária)”.

Assim, um olhar atento às crises humanas denuncia um conjunto de hábitos de pensamentos e ações, validados por instituições – como a família, o trabalho, a religião e a escola – formadoras e consolidadoras da visão de mundo que cada pessoa carrega e que retroalimenta a crise do desenvolvimento. Apesar de nem sempre serem percebidos, pois adquirem forma subjetiva, os males da civilização se infiltram nas almas humanas e estão em perfeito funcionamento com os males objetivos que se expressam na crise social, política, econômica e ambiental das sociedades (MORIN; KERN, 2003).

Por isso, quando se procura compreender: “Qual a novidade<sup>21</sup> das ansiedades, crises e inseguranças do sujeito moderno/ocidental?”; passamos a identificar aspectos da própria crise da modernidade e de como ela se estrutura. Evidenciar essa correlação faz parte dos propósitos desta tese, que se configura pelo desejo de investigar as necessidades, angústias, ansiedades e crises do sujeito moderno/ocidental, para então observar a crise do desenvolvimento hegemônico colonial/moderno/patriarcal/eurocêntrico/capitalista sob a perspectiva desse sujeito.

Mas quem é o sujeito moderno/ocidental? A opção em elaborar a categoria genérica “moderno/ocidental” se dá pela defesa de que desde a colonização se mantém um projeto hegemônico de construção da subjetividade moderna. Sabe-se que existe uma infinidade de particularidades no seio da cultura ocidental dos países do norte e do sul, mas é preciso assumir a existência de coerção num sistema de vida em prol da hegemonia de um sujeito portador das seguintes características: homem, branco, cristão, heterossexual, especializado, educado formalmente, possuidor de posses etc<sup>22</sup>. Logo, o sujeito aqui tratado como “moderno/ocidental” parte de um posicionamento que afirma que apesar das especificidades, no fim, a modernidade é uma civilização global heterogênea.

Entretanto, dentro dessa perspectiva genérica, são observadas algumas nuances particulares pela compreensão de como esse sujeito moderno/ocidental se estrutura a partir das próprias ambiguidades pertinentes à modernidade e transita por diversas identidades que ora reforçam a matriz da vida “moderna/ocidental”, ora buscam subvertê-la – ou na maioria dos casos promove as duas funções, quando a modernidade incorpora seus projetos de emancipação.

---

<sup>21</sup> Novidade, porque parte-se do entendimento de que ansiedade, riscos e inseguranças sempre afetaram as civilizações, não sendo algo exclusivo à modernidade. Por isso busca-se pelas novidades, pelo conteúdo e forma que se diferem de outras épocas (GIDDENS, 2002).

<sup>22</sup> O fato de que em alguns países esse projeto obteve mais sucesso do que outros, não implica a inexistência de traços fortes da modernidade na subjetividade das sociedades onde a modernidade, de certa forma, fracassou.



Desse modo, identifica-se, por exemplo, que o sujeito moderno/ocidental se comporta também como: sujeito colonial (Beatriz González-Stephan, 1996); sujeito do modo de vida imperial (Ulrich Brand, 2011); sujeito da sociedade da transparência (Byung-Chul Han, 2017); sujeito sustentável; sujeito ecológico (Enrique Leff, 2014); sujeito reflexivo (Antony Giddens, 2002); sujeito da contracultura (Theodore Roszak, 1972); sujeito decolonial (Enrique Dussel, 1994) entre várias outras manifestações identitárias que lhe convém assumir em determinado contexto cultural, social e político.

A essas categorias, proponho acrescentar o sujeito moderno/ocidental meditante – expresso pelo indivíduo que vive no Ocidente, mas que se apropria de uma religiosidade/espiritualidade oriental para diversos fins, como autoconhecimento e educação espiritual; e que guarda laços estreitos com as demais manifestações identitárias citadas, mais diretamente com os sujeitos da contracultura e da Nova Era (*New Age*)<sup>23</sup>.

A correlação entre os sujeitos meditantes e os contraculturais/*new agers* não é uma atitude particular desta pesquisa, ela já existe em estudos vinculados aos campos da Antropologia e Ciências da Religião que tentam conhecer os impactos da ascensão da meditação (e de outras práticas orientais e tradicionais) na sociedade ocidental. A tradução desse intercâmbio de práticas entre o Oriente e Ocidente não ocorre de maneira consensual na literatura, sendo possível encontrar os seguintes conceitos: “*New Age*”, “Neo-Esoterismo”, “Busca pelo Sagrado”, “Práticas Integrativas ou Complementares (PICs)” ou por “Orientalização do Ocidente”.

Independentemente da terminologia que carrega, tal fenômeno refere-se à inserção no Ocidente de um sistema diverso de práticas terapêuticas/espirituais (místicas, esotéricas, espirituais, curativas) de origem oriental e/ou de sociedades tradicionais, para auxiliar na reconstrução da autoidentidade do indivíduo moderno/ocidental. Entre as práticas que compõem esse sistema encontram-se: meditação, Yoga, interpretação do I-Ching<sup>24</sup>,

---

<sup>23</sup> Movimentos culturais e políticos que eclodem na década de 1960, quando jovens de norte a sul decidem explorar o conhecimento das sociedades tradicionais e orientais em busca de racionalidades místicas, esotéricas e espirituais (inclusive é nesse momento que a meditação ganha visibilidade no Ocidente).

<sup>24</sup> O I Ching, ou Livro das Mutações, é um texto clássico chinês que pode ser compreendido e estudado tanto como um oráculo quanto como um livro de sabedoria. Na China ele suporta o estudo da filosofia Taoísta.

alinhamento dos chacras<sup>25</sup>, xamanismo<sup>26</sup>, acupuntura<sup>27</sup>, fitoterapia<sup>28</sup>, reiki<sup>29</sup>, entre outras inúmeras técnicas que oferecem um saber diferenciado ao conhecimento ocidental/acadêmico/científico e cristão sobre a natureza, o Ser, Deus e a sociedade.

Observa-se que nesses estudos há o objetivo transversal de compreender o que está sendo reivindicado ao se relacionar com essas epistemes, ou seja questiona-se: porque o sujeito moderno/ocidental, normalmente residente em grandes centros urbanos e pertencente a diferentes classes sociais e contextos religiosos, passa a consumir com regularidade práticas terapêuticas/espirituais de origem oriental e/ou tradicional?

De antemão, o que essas pesquisas<sup>30</sup> defendem é que a assimilação desses saberes assinala mudanças nas crenças das sociedades ocidentais contemporâneas e indica no mínimo uma forte crítica cultural dessas sociedades ao valorizar outras cosmovisões e maneiras de conhecer e experimentar o mundo (FRIGERIO, 2016). A crítica é especificamente caracterizada por denúncias quanto à dominação masculina, à medicina especializada, ao pensamento fragmentado, à racionalidade instrumental, ao autoritarismo, à transcendência divina, ao dualismo, ao materialismo, à devastação ambiental, às normas institucionais e às hierarquias de autoridade.

Se por um lado existe uma denúncia generalizada quanto ao modo de vida hegemônico ocidental, por outro lado existe o desejo de outra forma de sentir e viver, baseada no diálogo de saberes com os elementos extraídos das filosofias do Oriente ou das culturas pagãs, bárbaras e tribos indígenas nativas. Genericamente, esse conjunto de práticas no qual a meditação está inserida, reivindica uma comunhão com o sagrado, o corpo, a espiritualidade, a imanência, a natureza, a magia e o mito, a interconexão entre todos os seres, o tradicional, a intuição, o feminino e a autonomia do Ser.

Por conseguinte, de modo semelhante a esses estudos, intenciono compreender quais as demandas e denúncias que o sujeito moderno/ocidental elabora ao se envolver com a prática da

---

<sup>25</sup> Chacras são centros de energia distribuídos pelo corpo, conhecimento atrelado à filosofia hindu e budista.

<sup>26</sup> Conjunto de crenças ancestrais (de diversas etnias) conectado às forças da natureza que engloba a prática de magias e rituais que possibilita a conexão com o mundo espiritual.

<sup>27</sup> Ramo da medicina chinesa tradicional que estimula os meridianos por meio da inserção de agulhas metálicas para restabelecer o equilíbrio do corpo (físico, mental, emocional).

<sup>28</sup> Estudo das plantas medicinais e sua aplicação na cura de doenças (conhecimento compartilhado por diferentes povos).

<sup>29</sup> Processo de cura por intermédio da imposição das mãos originário no Japão.

<sup>30</sup> Esses estudos estão concentrados no âmbito de instituições como o Centro de Estudos de Religiões Alternativas de Origem Oriental (CERAL); Grupo de Pesquisa sobre Religiões Orientais da Associação Brasileira da História das Religiões (ABHR); e *Asociación de Cientistas Sociales da la Religión del Mercosur* (ACSRM) (que promove a Jornada de Alternativas Religiosas na América Latina).

meditação. E retomando o pressuposto de que é necessário desvelar os vínculos entre a crise do desenvolvimento e a crise humana, defino o seguinte objetivo geral da pesquisa:

**“Analisar criticamente o modo pelo qual o sujeito moderno/ocidental meditante se configura (e se ressignifica) no contexto da crise do desenvolvimento hegemônico”.**

Para atingir o objetivo exposto, tem-se como objetivos específicos: i) investigar o processo de formação da subjetividade moderno/ocidental, de forma a levantar elementos de consonância e emancipação ao modelo hegemônico de desenvolvimento colonial/moderno/patriarcal/eurocêntrico/capitalista; ii) identificar no comportamento do sujeito moderno/ocidental meditante aspectos (pensamentos e sentimentos) que constituem sua crise pessoal; e iii) correlacionar tais aspectos à crise do desenvolvimento hegemônico, salientando possíveis contribuições ao tema.

Visualizo que a interdisciplinaridade desta pesquisa manifesta-se não só pela inserção de disciplinas que muitas vezes são deixadas de lado nos estudos socioambientais do PPGMADE, mas também pelo exercício de um pensamento complexo sobre a crise do desenvolvimento que inclui uma dimensão sagrada e espiritual da vida e, conseqüentemente, uma perspectiva “transcendental” do sujeito moderno/ocidental (e não apenas social e psicológica). Além disso, o ato de incluir no debate socioambiental aspectos da religiosidade oriental que promove outros valores, cria um conhecimento em movimento não restrito somente a um diálogo entre disciplinas acadêmicas/científicas, mas que almeja um confronto entre os diversos saberes existentes.

Assim, partindo do pressuposto de que o conhecimento que transita o debate socioambiental não está encerrado, precisando sempre ser renovado por pesquisadores capazes de transcender suas estruturas disciplinares e continuar alcançando o que Souza-Lima (2013) chama de contornos do campo do conhecimento ambiental; acredito que a contribuição da pesquisa se dá principalmente pela escolha de uma episteme periférica ou desde às margens, se consideramos nosso ponto “ocidental” de partida. Opção que é aderente a um programa como o PPGMADE que reivindica novos sentidos para a questão do desenvolvimento, da justiça socioambiental e da crise ecológica.

Por fim, no intuito de dar voz a outros saberes e não sobrepor o saber científico ante o religioso, espiritual e místico, procuro conceber o que Floriani (2000) chama de uma hibridação forte. A hibridação forte presente na pesquisa interdisciplinar não estabelece primazia de um saber sobre outro, à medida que todos os saberes em presença (considerando-se que a pesquisa

interdisciplinar se realize na inter-relação do sistema sociedade com o sistema natureza) são mobilizados para pesquisar problemas socioambientais, sem pretender individualmente impor uma hegemonia de objeto ou de lógica, ao longo da construção conjunta de conhecimento (FLORIANI, 2000, p. 102).

## 2. METODOLOGIA

A título introdutório, cabe explicar que muitos posicionamentos adotados ao longo desta tese são inspirados nas perspectivas construtivista<sup>31</sup> e humanista (sem necessariamente tecer vínculos íntimos com as teorias); visto que por meio delas é possível criar uma compreensão do sujeito moderno/ocidental como ativo, reflexivo e orientador de práticas conscientes.

A perspectiva construtivista toma como base que “as realidades sociais são apreendidas como construções históricas e cotidianas dos atores individuais e coletivos” (CORCUFF, p. 26, 2001); pressupondo que os sujeitos são interdependentes e proativos, capazes de interpretar a realidade e não aceitar passivamente os estímulos externos. Ao me ancorar em tal pressuposto, defendo que existe um processo de coevolução entre sujeito e ambiente, onde o sujeito não é visto como um ente cristalizado, mas que a um só tempo ele altera o ambiente e por este é alterado; e o meio ambiente passa a ser apreendido “como um emaranhado envolvendo escolhas e decisões civilizatórias, derivadas do ambiente sociocultural e do próprio ambiente biofísico” (FADUL, 2018, p. 18).

Já a partir das abordagens humanistas expressas, por exemplo, em estudos conduzidos por Carl Rogers (no campo da Psicologia) e Elinor Ostrom<sup>32</sup> (no campo das Ciências Sociais e Políticas), construo um olhar mais otimista sobre a humanidade ao concordar com esses autores que o ser humano deve ser visto como um organismo digno de confiança, pois na sua natureza mais íntima ele anseia por autodesenvolvimento e aprimoramento (ROGERS, 1978).

Esses estudos representam uma inspiração pelo fato de compartilharem (cada um a seu modo) a crença no potencial do ser humano em encontrar soluções pautadas em qualidades como a cooperação, a compaixão e a solidariedade. No âmbito do conhecimento acadêmico-científico é onde há a possibilidade de encontrar uma atitude reflexiva do indivíduo, conferindo-lhe a capacidade de participar ativamente da reconstrução de uma práxis social; ao considerar que ele está constantemente reconstruindo suas tradições e refletindo sobre suas práticas pessoais.

---

<sup>31</sup> Corcuff (2001) cita como exemplo de autores construtivistas, Norbert Elias, Pierre Bourdieu e Anthony Giddens.

<sup>32</sup> A economista política estadunidense, Elinor Ostrom, dedicou uma carreira inteira para provar que os indivíduos são capazes de agir coletivamente para manejar recursos naturais compartilhados em uma base sustentável, refutando a convencional teoria dos bens comuns que por décadas afirmou o contrário. A possibilidade de que os próprios usuários dos recursos naturais pudessem encontrar caminhos para se organizar, não era considerada na literatura política até o início dos anos 2000. E graças à capacidade de Ostrom em abrir espaço para uma faceta inimaginável do ser humano, um novo cenário político, ecológico e epistemológico emergiu. Ostrom ganhou o prêmio Nobel de Economia em 2009 (POTEETE; OSTROM; JANSSEN, 2011).

A inserção no ambiente acadêmico de estudos que tratam das habilidades do amor, da compaixão e da solidariedade é a oportunidade de mostrar que aquilo que se rotulou como sinônimo de “fraqueza” e “irracionalidade” ao longo da história da modernidade trata-se, na verdade, da maior força da humanidade. É a partir desses sentimentos mais nobres do ser humano que podem emergir novos olhares sobre problemáticas que têm sido analisadas apenas pelas habilidades da razão. Assim, para encontrar soluções mais criativas para a polícrise que as sociedades modernas enfrentam, faz-se necessário unir todas as capacidades humanas disponíveis: tanto as intelectuais, quanto as empáticas e intuitivas.

A essas perspectivas, esta tese propõe acrescentar ainda outra capacidade humana, a qual está ligada ao fato de que os meditantes não só anseiam por um autodesenvolvimento no sentido intelectual, econômico e social, mas manifestam um interesse por educar-se espiritualmente. Desse modo, a própria perspectiva humanista é transcendida ao se reconhecer uma dimensão espiritual da vida, na qual a visão de progresso espiritual é um orientador das ações desses indivíduos. Trata-se de pessoas que acreditam que serão mais úteis à sociedade se, ao invés de exigir do sistema social, começarem a pôr à prova primeiro no foro interno os valores da ordem vigente mediante uma prática espiritual de autoconhecimento e autotransformação; criando, dessa forma, outras formas de se relacionar (com os outros, com o meio e consigo mesmas).

A respeito da base teórica que fundamenta a pesquisa, explica-se que esta não será apresentada separadamente neste capítulo de metodologia, a opção foi em explorá-la ao longo dos capítulos seguintes de forma a suportar as reflexões que seguem.

De antemão, adianta-se que para caracterizar o modelo de desenvolvimento hegemônico colonial/moderno/patriarcal/eurocêntrico/capitalista foi considerado o espaço que a América Latina ocupa na estrutura global de poder capitalista, já que a realidade estudada encontra-se envolta nesse contexto social. Logo, há uma preferência por análises aliadas ao pensamento decolonial, o qual representa uma linha teórica comprometida em estudar problemas próprios da realidade latino-americana, bem como inseri-la nas discussões globais sobre desenvolvimento. Ademais, a escolha dessa abordagem se dá pelo reconhecimento de que o movimento decolonial incentiva outras formas de criar saberes e práticas nas mais diversas áreas da vida (política, social e subjetiva).

Sobre a noção de sujeito, conforme apresentado no primeiro capítulo, esta segue os fundamentos de Morin (1975, 2010) que reconhece a existência de uma complementariedade

entre evolução biológica e cultural do ser humano<sup>33</sup>, e defende uma abordagem da complexidade. E como também já foi explicitado, o sujeito aqui analisado tem caráter moderno/ocidental, o que exige a inclusão da perspectiva colonial supracitada, visto que é a partir da colonização que o sujeito começa a se constituir como “moderno”. Por isso, autores como González-Stephan e Anibal Quijano são consultados para traçar as particularidades originais do processo de formação da subjetividade moderna.

O sujeito da modernidade industrial e da racionalidade instrumental é descrito igualmente a partir das elaborações de Morin; o sujeito da contracultura e da Nova Era toma forma a partir de Theodore Roszak; o sujeito reflexivo surge sob a perspectiva de Anthony Giddens; o sujeito pós-moderno é construído por alguns autores decoloniais; e, por fim, o *self* ecológico é enriquecido com contribuições de Enrique Leff e novamente Roszak que traz elementos da psicologia para se pensar a ecologia.

Quanto ao esforço de conceituar a meditação, ressalta-se que muitos autores que trabalham esse tema defendem que nenhum estudo sobre essa prática pode ser realizado sem recorrer à religiosidade budista (tradição que tem articulado sua prática há mais de 2.500 anos) para encontrar fundamentos que lhe deem sentido (KABAT-ZINN, 2003). Por isso, textos particulares ao Budismo, que me foram concedidos durante a formação como instrutora de meditação *Dhammakaya* na tradição *Theravada* são consultados, bem como autores ocidentais que se dedicam ao estudo da meditação e fornecem já uma abordagem mais acessível sobre o tema para a compreensão ocidental, tais como Kabat-Zinn, Richard Davidson, Daniel Goleman e Susan Andrews.

Cabe destacar que apesar do reconhecimento de que várias religiões inserem a meditação no seu sistema de práticas espirituais, de cura e/ou de autoconhecimento, aqui ela é conceituada no âmbito da tradição budista devido à familiaridade que guardo com essa tradição, o que facilita o esforço de compreensão e tradução em um estudo que se situa numa realidade ocidental. Atitude que vai ao encontro de Kabat-Zinn (2003) que salienta que ao se estudar o fenômeno da meditação é importante despertar uma sensibilidade íntima, necessária para entender, avaliar e preservar os elementos essenciais do *Dhamma*<sup>34</sup> que permeiam a prática da

---

<sup>33</sup> Morin (1975) alerta para a ocorrência simultânea e sistemática dos fenômenos da culturalização e cerebralização durante o processo de hominização, não podendo ocorrer humanização sem uma progressão das competências organizacionais (cultura) acoplada a uma progressão cerebral em tamanho e capacidade de armazenar informações. Percebe-se, portanto, uma “aptidão natural para a cultura e a aptidão cultural para desenvolver a natureza humana”.

<sup>34</sup> No contexto do Budismo, *Dhamma* se refere aos ensinamentos de Buddha (ou Siddhartha Gautama).



meditação. Por conseguinte, em estudos como este, o desafio é encontrar um ajuste entre essas culturas que honre a integridade daquilo que se apresenta como “diferente”<sup>35</sup>.

A seguir, são detalhados os métodos utilizados para a seleção da amostra e coleta de dados; e uma breve descrição quantitativa e qualitativa do universo entrevistado.

## 2.1 ESTUDO DE CAMPO

O estudo de campo consistiu na investigação de 14 (catorze) meditantes residentes em Curitiba que praticam meditação há no mínimo 05 (cinco) anos.

A escolha do método do estudo de campo se deu porque em comparação ao levantamento, aquele permite maior profundidade enquanto este possibilita maior alcance. Além disso, o estudo de campo focaliza uma comunidade<sup>36</sup>, não necessariamente geográfica, mas em termos de sua estrutura social, das inter-relações dos componentes da estrutura e da interação social, à medida que no levantamento essas interações são consideradas apenas a nível estatístico final (KATZ, 1974; GIL, 2002). Dadas essas diferenças gerais entre ambos os métodos, optou-se pelo estudo de campo devido à possibilidade de realizar uma investigação mais detalhada das interações sociais, e das percepções e atitudes dos indivíduos que compõe a comunidade analisada.

No estudo de campo, a análise é desenvolvida “por meio da observação direta das atividades do grupo estudado e de entrevistas com informantes para captar suas explicações e interpretações do que ocorre no grupo” (GIL, 2002, p. 53). Procedimento que exige uma imersão na realidade pesquisada e pode ser conjugado com outras técnicas como análise de documento, filmagem e fotografias. Nesta pesquisa, o estudo de campo foi realizado por intermédio das seguintes técnicas de coleta: aplicação de entrevistas e observação. Acredita-se que elas são as mais indicadas para se identificar o perfil dos sujeitos que meditam (quem são, o que buscam, porque meditam, quais seus hábitos), de forma a construir um entendimento sobre a crise do sujeito moderno/ocidental meditante.

A técnica da observação foi aplicada tanto durante as entrevistas quanto em eventos e encontros de meditação. Entre os encontros destacam-se: dois retiros de meditação da tradição *Theravada* realizados na Tailândia e promovidos pela Organização não Governamental (ONG)

---

<sup>35</sup> O autor enfatiza que o estudo de outras religiosidades exige adotar a postura de um respeitoso antropólogo que se depara com uma cultura indígena ou qualquer outra epistemologia que difere da racionalidade moderna.

<sup>36</sup> O grupo analisado pode abranger uma comunidade de trabalho, de estudo, de lazer ou voltada para qualquer outra atividade humana (GIL, 2002).

internacional *World Peace Initiative* (WPI)<sup>37</sup>; um retiro de meditação em Curitiba promovido pela instrutora de Meditação Márcia Baja (vinculada ao CEBB) e intitulado “Silêncio e Movimento”; e um seminário de apresentação dos resultados do projeto de meditação nas escolas de Curitiba promovido pela ONG “Mãos Sem Fronteiras” e sediado na UTFPR.

Em relação à técnica das entrevistas, esta foi aplicada com sujeitos residentes na cidade de Curitiba integrantes de diferentes centros budistas e de projetos de meditação sem vínculo direto com o Budismo. Trata-se de uma técnica que apresenta como benefícios o esclarecimento das perguntas de forma a evitar mal-entendidos; uma cobertura mais profunda do tema analisado; a possibilidade de observar informações não verbais e de revelar informações que são tanto complexas como emocionalmente carregadas por favorecer o aparecimento de sentimentos subjacentes a uma opinião expressa; e permite a utilização de outros recursos visuais para contextualizar a questão (KIDDER, 1987). Os detalhes sobre a elaboração do instrumento de coleta para aplicar as entrevistas são descritos no item a seguir.

### 2.1.1 Elaboração do instrumento de coleta de dados

A entrevista é uma forma de interação humana que pode variar desde um encontro “descontraído” até uma conversa cuidadosamente pré-codificada em um sistematizado conjunto de perguntas e respostas dispostas em um programa ou roteiro de entrevista. Ou seja, uma entrevista informal seria aquela com um mínimo controle, e na outra extremidade estaria a entrevista formal com um máximo controle (MANN, 1970; GIL, 2002).

No escopo de uma pesquisa, a entrevista se apresenta como uma inestimável técnica exploratória e pode ocupar diversas etapas. Por exemplo, na fase inicial do trabalho a entrevista pode atuar à procura de ideias, estímulos, novos pontos de vista ou na própria busca de hipóteses. Segundo Mann (1970), a realização de entrevistas informais no início da pesquisa atua como um pré-piloto que possibilita ao pesquisador adquirir uma noção geral da situação a ser analisada.

Esse tipo de entrevista deu-se durante a elaboração do projeto de tese desta pesquisa quando foram realizadas conversas informais com monges da tradição Budista *Dhammakaya* na Tailândia e do Zen Budismo de Curitiba para se ter uma noção da visão deles em relação ao aumento da busca pela meditação em países ocidentais. A partir dessa conversa inicial, foi possível delimitar com mais precisão o objeto da pesquisa.

---

<sup>37</sup> Trabalhei como voluntária dessa ONG no projeto “*Peace Revolution*” durante três anos e recebi a certificação de instrutora de meditação da tradição *Theravada* pela ONG em 2018.

Desse modo, as entrevistas informais possibilitam ao pesquisador aprofundar-se em complexidades do tema que não eram previstas anteriormente; por isso ocupam a primeira etapa do roteiro de pesquisa sugerido por Mann (1970). Após a entrevista de resposta livre pré-piloto, idealmente o roteiro seguiria da seguinte forma: 1) confecção do rascunho das perguntas e do questionário; 2) verificação interna para garantir que a entrevista não seja longa, cansativa e/ou não atinja a finalidade da coleta de dados; 3) estudo-piloto ou pré-teste<sup>38</sup> para verificar se o roteiro de entrevista previamente elaborado corresponde às expectativas do estudo de campo; e 4) estudo propriamente dito (MANN, 1970).

Para os fins desta pesquisa, levou-se em consideração a indicação de Lefèvre e Lefèvre (2005) sobre a utilização de entrevistas de menor controle e compostas por perguntas abertas, uma vez que, em pesquisas qualitativas interessadas em identificar o “Discurso do Sujeito Coletivo<sup>39</sup>”, estas oferecem ao conjunto de indivíduos entrevistados a possibilidade de se expressar livremente e produzir discursos<sup>40</sup>. Conseqüentemente, certas características e etapas do roteiro supracitado foram adaptadas para cumprir tal propósito: decidiu-se não confeccionar questionários fechados, visto que esse modelo de abordagem é mais indicado para pesquisas que já apresentam um conhecimento prévio das possíveis atitudes/respostas da população analisada (KIDDER, 1987); e optou-se por uma entrevista não estruturada – o que permite ao entrevistado se manifestar espontaneamente no âmbito do tema central e possibilita um melhor acesso ao conteúdo de interesse pelo pesquisador.

Essa forma de entrevista, não estruturada, aberta e denominada por alguns autores por “entrevista clínica”, é comumente utilizada para estudos profundos sobre percepção, atitudes, sentimentos e motivações subjacentes. A flexibilidade da entrevista não estruturada possibilita o levantamento dos aspectos afetivos e valorativos das respostas dos entrevistados e a determinar o significado pessoal de suas atitudes (KIDDER, 1987).

Cabe ressaltar que antes de iniciar a entrevista aberta, os entrevistados foram submetidos a um questionário estruturado com 08 (oito) perguntas que objetivou investigar:

---

<sup>38</sup> A fase de pré-teste é fundamental para validar o instrumento de coleta no que tange à: introdução da entrevista; clareza e precisão dos termos utilizados; quantidade de perguntas; forma das perguntas e ordem das perguntas – ou seja, assegurar a capacidade do instrumento em realmente atingir o objetivo de coletar as informações necessárias (GIL, 2002; KATZ, 1974). Katz (1974) sugere que o pré-teste deve ser aplicado com populações semelhantes àquelas que serão efetivamente aplicadas no estudo.

<sup>39</sup> O Discurso do Sujeito Coletivo trata-se de “uma proposta de organização e tabulação de dados qualitativos de natureza verbal, obtidos de depoimentos, artigos de jornal, matérias de revistas semanais, cartas, *papers*, revistas especializadas, etc.” (LEFÈVRE; LEFÈVRE, 2005, p. 15).

<sup>40</sup> “Ou seja, para se saber o que uma pessoa ou um conjunto de pessoas pensa é preciso perguntar de modo a ensejar que as pessoas expressem um pensamento, ou seja, um discurso, o que só pode ser feito através de questões abertas” (LEFÈVRE; LEFÈVRE, 2005, p. 15).

- 1) Idade.
- 2) Profissão.
- 3) Gênero.
- 4) Raça.
- 5) Escolaridade.
- 6) Religião.
- 7) Quantos anos dedicados à prática da meditação.
- 8) Com quais tradições filosóficas/religiosas de meditação se envolveu.

Por conseguinte, levando em conta o objetivo central da tese de analisar criticamente de que forma o sujeito moderno/ocidental meditante se configura (e se ressignifica) no contexto da crise do desenvolvimento hegemônico, a entrevista foi iniciada com a introdução do tema ao entrevistado e o convite à discorrer livremente sobre a influência da meditação na sua vida. A minha interferência na conversa se deu apenas sob a função de: i) compreender melhor os elementos de ansiedade, conflitos internos, inquietações, sentimentos e pensamentos que foram emergindo na fala dos entrevistados; ii) levantar os motivos principais que levaram cada um deles a procurar institutos, cursos, palestras, templos budistas, aplicativos e centros de meditação num primeiro momento e; iii) investigar porque eles permaneceram conectados à meditação depois das experiências iniciais e se algo mudou na forma como eles se relacionam com essa prática ao longo do tempo.

### 2.1.2 Seleção da amostra

Com relação à amostragem da população a ser entrevistada, a escolha desta pautou-se em dois critérios para inclusão ou exclusão dos candidatos à entrevista: a) pessoas que residem em Curitiba; e b) pessoas que praticam meditação há mais de cinco anos, independentemente do local de prática.

A opção em não restringir a amostra a uma determinada comunidade budista se deu por dois motivos principais. O primeiro refere-se a uma intenção de verificar se a crise do sujeito moderno/ocidental meditante se manifesta de forma semelhante quando este está vinculado ou não a instituições que mantêm o sistema de crenças oriental. Como veremos no capítulo quatro, alguns pesquisadores do tema da meditação ressaltam que existe uma diferença de resultados (comportamentais) e motivações éticas de uma prática exercida dentro ou fora do seu contexto religioso; o que significa para eles que a ocidentalização da meditação acabou por enfraquecer

sua potência de ação além de desvirtuar os verdadeiros propósitos pelos quais foi sistematizada no seio do Budismo e de demais expressões religiosas orientais.

O segundo motivo ancora-se na reflexão que Frank Usarski (2006) elabora a respeito da existência de uma distinção entre as variáveis “quantidade de budistas” e “impactos do Budismo” no Ocidente. O pesquisador e cientista das religiões, que se dedica ao estudo da expressividade do Budismo no Ocidente e no Brasil<sup>41</sup>, explica que não é suficiente levar em conta apenas a quantidade de budistas de um determinado país ocidental para se analisar os efeitos dessa religião no Ocidente.

À título de exemplificação, no Brasil os dados referentes ao Censo de 2010 (dados mais atualizados no momento da realização desta pesquisa) indicam que somente 243.966 pessoas (que representa 0,13% da população total de 2010) se consideram budistas (IBGE, 2010)<sup>42</sup>. Entretanto, apesar dos dados estatísticos indicarem uma baixa representatividade do Budismo na vida dos brasileiros, Usarski (2004) afirma que eles não correspondem à realidade, tendo em vista a limitação desse tipo de dados, especialmente quando eles se referem a um país cujos habitantes apresentam uma múltipla afiliação religiosa. Fator que leva ao questionamento se todas as pessoas que adotam certas práticas do Budismo se autointitulam como budistas.

Portanto, quando se trata de uma pesquisa sobre o Budismo no Brasil ou em qualquer país ocidental, deve-se levar em conta a presença de dois grupos de indivíduos. O primeiro que é representado por budistas propriamente ditos, que são portadores de uma identidade religiosa predominantemente budista (diante de um entrevistador do IBGE, por exemplo); e o segundo grupo que abrange os indivíduos que se apropriam “espontaneamente” de elementos budistas que se emanciparam do seu contexto original e começaram a circular livremente, como no caso da meditação.

Segundo Usarski (2004, p. 305) o Budismo ocidental se apresenta por meio de múltiplas facetas, “ou seja, não apenas em formas obviamente institucionalizadas, mas também de maneira sociologicamente menos concreta ou, até mesmo, difusa”. Assim, do ponto de vista da oferta, a desvinculação da herança religiosa da autêntica base institucional do Budismo, provocou o uso inflacionário de conceitos, símbolos e “produtos” budistas em contextos

---

<sup>41</sup> O pesquisador aponta que a religião budista ocidental é predominantemente urbana, sendo relativamente forte nos lugares onde há grande concentração de asiáticos que buscaram um lugar de estabelecimento permanente.

<sup>42</sup> Mesmo tomando como base a população total brasileira mais atualizada, estimada pelo IBGE no ano de 2019 de 210.147.125, para realizar um cálculo linear simples de crescimento populacional *versus* crescimento de budistas, a estimativa aproximada seria que para 2019 aumentaria apenas 0,01% a quantidade de budistas no Brasil. Isso sem levar em consideração outros fatores qualitativos, como a possibilidade do Budismo ter ganhado maior visibilidade ao longo desses 09 (nove) anos.

diversos. Durante o processo de acolhimento do Budismo no Ocidente, várias doutrinas e práticas,

originalmente desenvolvidas e transmitidas dentro de determinadas linhas budistas, “emanciparam-se” do seu contexto original e começaram a circular livremente, dando a impressão que se tratava de propriedade coletiva espiritual da “humanidade” publicamente disponível (USARSKI, 2004, p. 307).

Já sob a ótica da demanda, o seu público é “encantado” pelo pragmatismo, pela cosmovisão holística, pelo exercício a nível individual, privado e reconhecido como uma psicologia budista. Portanto, levanta-se o fato de que o budismo chegou no Ocidente sob a forma de filosofia de vida, psicologia e caminho espiritual.

Transpassando tal reflexão para o tema desta tese, tomo como premissa de que um estudo sobre meditação não deveria se limitar apenas às comunidades budistas, porque essa é uma prática que já está pulverizada no cotidiano dos brasileiros independentemente do fato deles se autointitularem como budistas ou não. Logo, o universo de pesquisa desta tese é heterogêneo, composto por pessoas que participam de comunidades budistas, ONGs, centros de estudos holísticos e demais instituições que ensinam, divulgam e promovem a meditação.

Para garantir tal heterogeneidade, optou-se em recorrer à técnica de amostragem denominada “bola de neve”, que se refere a um tipo não probabilístico que utiliza cadeias de referência. Nesse método não é possível determinar a probabilidade de seleção de cada participante na pesquisa, e para o pontapé inicial buscam-se documentos ou informantes-chaves, nomeados como *sementes*, a fim de localizar as pessoas com o perfil ideal para a pesquisa dentro da população geral. Isso é necessário quando “uma amostra probabilística inicial é impossível ou impraticável, e assim as sementes ajudam o pesquisador a iniciar seus contatos e a tatear o grupo a ser pesquisado” (VINUTO, 2014, p. 203).

No caso de usar como semente os informantes-chaves, a execução da técnica se constrói da seguinte maneira: localiza-se uma pessoa que seria altamente representativa da comunidade analisada para iniciar as entrevistas; ao final da entrevista é solicitado a ela o contato de possíveis pessoas que poderiam participar da pesquisa por apresentarem os critérios delimitados pelo pesquisador; a esses novos entrevistados solicita-se outros contatos com as mesmas características a partir da sua própria rede pessoal; e assim transcorre-se sucessivamente, permitindo que a amostra cresça a cada entrevista até o pesquisador atingir seu objetivo de coleta.

## 2.2 APRESENTAÇÃO DA AMOSTRA

Para Katz (1974), durante a seleção da amostra é importante se conectar com as pessoas mais representativas da comunidade: o líder ou aquela que possui um grande número de contatos. Por esse motivo, o primeiro entrevistado – a *semente* que iniciou o método “bola de neve”, foi o monge Marcelo Hideki Wada da comunidade Zen Budista de Curitiba. Ao final da sua entrevista, solicitei a ele 03 (três) contatos da sua rede pessoal e que apresentassem os critérios de residir em Curitiba e ser praticante por no mínimo 05 (cinco) anos; das pessoas indicadas por ele, 02 (dois) aceitaram participar da pesquisa: Luciano e Fábio. Após entrevistá-los, solicitei mais 03 (três) contatos para cada um, e assim transcorri sucessivamente com cada entrevistado.

Ao entrar em contato com as pessoas indicadas, duas situações se desenvolviam: a primeira era uma disposição inicial em participar da pesquisa e um posterior e imediato agendamento da entrevista; e a segunda transcorria numa certa descontinuidade no contato e/ou em dificuldades de conciliar uma agenda, fato que me levou a descartar a participação dessas pessoas na pesquisa. Dessa forma, os critérios que definiram a realização das entrevistas foram: a disposição dos indicados em serem entrevistados; o tempo delimitado para a etapa de coleta de dados; e o sentimento de suficiência quanto aos dados coletados.

Apesar de ter sido pré-estabelecido um marco temporal para a ocorrência da fase de coleta de dados, esta acabou permeando inclusive a própria fase de análise qualitativa, a qual mostrou indícios de uma necessária inclusão de entrevistados; ora para reforçar aspectos que já tinham sido identificados, ora para refutá-los ou encontrar novas perspectivas. Por isso, a etapa de coleta de dados não foi encerrada enquanto não houve segurança de que o material coletado era suficiente para construir as relações ambicionadas entre a crise do sujeito moderno/ocidental meditante e a crise do desenvolvimento hegemônico. Visto esses fatores determinantes, ao final foram realizadas 14 (catorze) entrevistas.

No quadro que segue são apresentadas (por ordem de acontecimento das entrevistas) as principais características dos entrevistados, como: idade, escolaridade, profissão, religião e se existe algum vínculo institucional para a prática da meditação; além de outros detalhes que se destacaram nas falas como fatores importantes para descrever quem são os sujeitos meditantes desta pesquisa. Cabe informar que todos os entrevistados consentiram a exposição de seus nomes e demais informações pessoais, conforme o Termo de Consentimento assinado pelos mesmos no ato da entrevista (o modelo do termo de consentimento aplicado apresenta-se no apêndice desta tese).



QUADRO 1 – DESCRIÇÃO QUALITATIVA DA AMOSTRA DA PESQUISA

<p><b>1. Marcelo H. Wada</b> (Entrevista realizada em: 16 mai. 2018)</p>	<p>Marcelo tem 36 anos, é graduado e mestre na área de Ciências Biológicas (UFPR); tem envolvimento com a meditação há 09 anos e atualmente se considera budista da tradição Zen.</p> <p>Após o término do mestrado resolveu não seguir carreira acadêmica pela característica excessivamente intelectual desse campo. É monge ordenado da linhagem Zen Budismo e coordena um grupo de prática Zen que se reúne em uma das unidades do CEBB (Centro de Estudos Budistas Bodisatva). Para ele, a meditação faz parte de um contexto espiritual e religioso.</p>
<p><b>2. Luciano Thomas</b> (Entrevista realizada em: 23 mai. 2018)</p>	<p>Luciano tem 34 anos, é graduado em Música (UFPR) e em Yogaterapia (FIES); tem envolvimento com a meditação há 10 anos e já praticou diferentes técnicas, mas seu maior contato foi com a linhagem Vipassana desenvolvida por S. N. Goenka. Ele não se considera budista e não tem religião.</p> <p>Luciano atua como professor de Yoga e músico. Para ele, a meditação auxilia no processo de autoconhecimento, autotransformação e amadurece um caminho espiritual para se ampliar a noção de Ser. Guarda interesse também pelo xamanismo e demais culturas tradicionais, pois acredita que são nessas tradições que a sociedade pode encontrar saberes, práticas e “sons” de cura.</p>
<p><b>3. Fábio V. N. Vieira</b> (Entrevista realizada em: 24 mai. 2018)</p>	<p>Fábio tem 33 anos, é graduado em Administração; tem envolvimento com a meditação há 10 anos a partir do Budismo Zen, mas não se considera budista, e sim ateu.</p> <p>Acredita ter encontrado na meditação um caminho de autoconhecimento e autotransformação, por isso para ele a meditação funciona como um encontro pessoal de fundamental importância.</p>
<p><b>4. Tatiane C. Burda</b> (Entrevista realizada em: 06 jun. 2018)</p>	<p>Tatiane tem 33 anos, é graduada em Administração (FESP); tem envolvimento com a meditação há 06 anos e durante esse tempo praticou principalmente as técnicas vinculadas ao Budismo Zen e Tibetano, mas não se considera budista e não tem religião.</p> <p>Depois de trabalhar na área bancária por alguns anos e não se sentir realizada, decidiu buscar uma profissão que melhor valorizasse suas habilidades pessoais. No ano em que a entrevista foi realizada, ela e o entrevistado Renato estavam inaugurando uma empresa de turismo ecológico que conciliaria passeios na natureza com terapias holísticas.</p>
<p><b>5. Renato Dombrowski</b> (Entrevista realizada em: 06 jun. 2018)</p>	<p>Renato tem 37 anos, é graduado em Arquitetura e Urbanismo (UFPR) e especialista em Gestão Pública Municipal (UEPG); tem envolvimento com a meditação há 11 anos e durante esse tempo praticou principalmente as técnicas vinculadas ao Budismo Zen e Tibetano, mas não se considera budista e não tem religião.</p>

Renato foi diagnosticado com um tipo de superdotação intelectual, condição que o prejudicava muito durante sua formação acadêmica e vida pessoal. A meditação o ajudou a controlar melhor seus impulsos intelectuais e a traçar estratégias profissionais mais aderentes com seus propósitos de vida (uma delas foi abrir a empresa de turismo ecológico com a entrevistada Tatiane).

**6. Michaela Camargo**  
(Entrevista realizada em:  
09 jul. 2018)

Mica tem 36 anos, é graduada em Educação Física, mestre e doutoranda em Educação (UFPR); tem envolvimento com a meditação há 06 anos e durante esse tempo praticou principalmente técnicas vinculadas ao hinduísmo (por meio do Yoga) e à ONG “Mãos Sem Fronteiras”, e não tem religião.

Atua como professora de educação física na Rede Municipal de Ensino em Curitiba e é voluntária no projeto “Meditando na Escola” vinculado à ONG “Mãos sem Fronteiras” e ao Programa Licenciado (UFPR). Mica acredita que a meditação é um caminho de autoconhecimento e uma ferramenta eficaz no processo de educação infantil.

**7. Adriana M. W. Stadnik**  
(Entrevista realizada em:  
14 ago. 2018)

Adriana tem 48 anos, é graduada em Educação Física (UEL), mestre em Engenharia de Produção (UFSC), doutora em Educação Física, Lazer e Recreação (Minho, Portugal) e pós-doutora na área de Formação de Professores na Université de Montréal; tem envolvimento com a meditação há 07 anos apenas pela ONG “Mãos Sem Fronteiras”, e não tem religião.

Atua como professora nos cursos de Bacharelado em Educação Física e no Mestrado em Engenharia Biomédica na UTFPR. Nessa Universidade, ela coordena dois laboratórios: O Laboratório de Saúde e Tecnologia (LASTEC) e o Laboratório de Práticas Integrativas e Complementares (LAPIC). Ela é voluntária da ONG “Mãos Sem Fronteiras” e uma das precursoras do projeto “Meditando nas Escolas”.

**8. Milena Nichel**  
(Entrevista realizada em:  
30 ago. 2018)

Milena tem 33 anos, é graduada em Educação Física (UFPR) e especialista em Educação Física Escolar (IBPEX) e em Organização do Trabalho Pedagógico em Educação Popular (UFPR); tem envolvimento com a meditação há 07 anos e durante esse tempo praticou principalmente técnicas vinculadas à ONG “Mãos Sem Fronteiras” e ao Tantra Yoga, e não tem religião.

Atua como assessora pedagógica de Educação Física na Editora OPET e como voluntária no projeto “Meditando na Escola” vinculado à ONG “Mãos sem Fronteiras” e ao Programa Licenciado (UFPR). Para ela, a meditação foi fundamental para auxiliar a lidar com momentos críticos da vida.

**9. Isabel M. M. Borba**  
(Entrevista realizada em:  
25 set. 2018)

Isabel tem 56 anos, é graduada em Arquitetura e Urbanismo (PUC), bacharel em Pintura (UFPR), mestre em Tecnologia (UTFPR) e doutora em Tecnologia da Arquitetura (USP); tem envolvimento com a meditação há 28 anos e durante esse tempo praticou principalmente técnicas vinculadas ao Tantra Yoga, ela se considera espírita.

Atua como professora do curso de Bacharelado em Arquitetura e Urbanismo na UTFPR e auxilia nos projetos de meditação e

desenvolvimento pessoal desenvolvidos pelo Instituto Visão Futuro em Curitiba.

**10. Marynelma C. Garanhani**

(Entrevista realizada em: 04 out. 2018)

Marynelma tem 52 anos, é graduada em Educação Física (UFPR), mestre em Educação (UFPR), doutora em Educação (PUC) e pós-doutora em Educação (UNIVALI); tem envolvimento com a meditação há 09 anos apenas pela ONG “Mãos Sem Fronteiras”, e não tem religião.

Atua como professora do Departamento de Educação Física e do Programa de Mestrado e Doutorado em Educação da UFPR. É voluntária na ONG “Mãos Sem Fronteiras” e foi uma das precursoras do Projeto “Meditando nas Escolas”. Ela tem uma visão bastante espiritual da prática de meditação, reconhecendo-a como o caminho ideal para se conquistar uma sabedoria intuitiva.

**11. Bruno Davanzo**

(Entrevista realizada em: 28 nov. 2018)

Bruno tem 53 anos, não tem ensino superior; tem envolvimento com a meditação há 30 anos pelas tradições Zen e Tibetana, e atualmente se considera budista da última linhagem.

Atua como professor de Tai Chi Chuan e é presidente do CEBB (Centro de Estudos Budistas Bodisatva) Sukhavati (uma comunidade rural que faz parte do projeto de Aldeias do CEBB). Foi um dos primeiros praticantes a disseminar e institucionalizar em Curitiba os ensinamentos budistas, e ao longo desse tempo promoveu diversos eventos e iniciou diferentes grupos de meditação da tradição Zen e Tibetana na capital paranaense.

**12. Dafne M. Uehara**

(Entrevista realizada em: 16 dez. 2018)

Dafne tem 33 anos, é graduada em Medicina (UFPR) e especialista em homeopatia; tem envolvimento com a meditação há 11 anos e se considera budista da tradição Tibetana.

Atua como médica e homeopata. Ela realizou um retiro fechado (em silêncio e sem contato íntimo com outras pessoas) de seis meses e considera a meditação e o Budismo como um refúgio, onde pode se abastecer de valores orientadores para sua vida pessoal e profissional. Tem como ambição alcançar a iluminação e trazer benefício para todos os seres.

**13. Gabriel Wan-Dick Corbi**

(Entrevista realizada em: 16 dez. 2018)

Gabriel tem 39 anos, é graduado em Medicina (UFPR) e especialista em acupuntura; tem envolvimento com a meditação há 13 anos e se considera budista da tradição Tibetana.

Atua como médico e acupunturista. Ele realizou um retiro fechado (em silêncio e sem contato íntimo com outras pessoas) de quase um ano, o que considerou ter sido fundamental para rever suas escolhas profissionais e pessoais, além de compreender verdadeiramente qual o propósito da vida e do caminho espiritual.

**14. Márcia Baja**

(Entrevista realizada em: 27 fev. 2019)

Márcia tem 48 anos, é graduada em Arquitetura (UFPR); tem envolvimento com a meditação há 23 anos principalmente pela tradição Tibetana, mas não se considera integrante dessa religião, porque acredita que o Budismo veio como um caminho e não como uma doutrina.

Atua como professora de Yoga e Meditação para públicos variados (budistas e não budistas) em diferentes partes do Brasil; ora representando o CEBB, ora de forma independente dessa instituição. Depois de muitas vivências no contexto do Budismo Tibetano, decidiu que seu objetivo de vida seria uma procura constante em não se encerrar em rótulos (profissionais ou pessoais), mas viver de acordo com o fluxo natural que orienta silenciosamente todas as formas de vida.

FONTE: Elaboração própria a partir das entrevistas (2018; 2019).

As inferências gerais quanto ao perfil dos entrevistados é que a faixa etária do universo varia de 33 a 56 anos; 93% tem formação superior completo; 64% são brancos; 64% não tem religião; e o tempo dedicado à meditação varia de 06 a 30 anos.

As informações sobre os projetos, centros e institutos de meditação mapeados durante a pesquisa nos quais os entrevistados estão envolvidos, estão detalhadas no apêndice. De antemão, antecipa-se que se vinculam principalmente ao Zen Budismo, Vipassana, Tantra Yoga, Mãos sem Fronteiras e Budismo Tibetano.

### 2.3 ANÁLISE QUALITATIVA

Para suportar a análise qualitativa, optou-se em utilizar a metodologia do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC) que consiste em analisar o conteúdo verbal coletado de forma a extrair dos depoimentos dos entrevistados as ideias centrais e suas expressões-chave; ou seja, trata-se de uma técnica que permite “fazer a coletividade *falar* diretamente” (LEFÈVRE; LEFÈVRE, 2005, p. 16).

Simplificadamente, as expressões-chave referem-se a trechos literais do discurso que, de certa forma, remetem às questões que a pesquisa visa responder, e a ideia central é a frase que sintetiza, o mais fidedigno possível, tais expressões-chave. Como resultado dessa etapa de análise qualitativa, obtém-se um discurso-síntese escrito na primeira pessoa do singular e consolidado pelas expressões-chave e ideias centrais; o qual Lefèvre e Lefèvre (2005) denominam de DSC. Para os autores, por meio do DSC visualiza-se melhor a representação social

na medida em que ela aparece não sob uma forma (artificial) de quadros, tabelas e categorias, mas sob uma forma (mais viva e direta) de um discurso, que é, como se assinalou, o modo como os indivíduos reais, concretos, pensam (LEFÈVRE; LEFÈVRE, 2005, p. 19).

A operacionalização dessa técnica consiste em primeiro transcrever as entrevistas para depois iniciar um esforço analítico de decomposição do estado bruto dos discursos que se refere à seleção das principais ideias centrais presentes em cada discurso individual<sup>43</sup>. Em seguida, busca-se agregar os pedaços isolados de depoimentos em um todo discursivo coerente que evidencie um posicionamento próprio e original daquele grupo social específico frente ao tema pesquisado. Cabe destacar que a metodologia do DSC não visa unificar os discursos em uma única categoria, de forma que seja necessário anular um ou outro discurso; objetiva-se, entretanto, levantar todos os discursos-sínteses identificados para que aquele grupo social estudado seja devidamente representado e expressado.

Como um dos objetivos desta pesquisa é evidenciar a correlação entre a crise do sujeito moderno/ocidental meditante e a crise do desenvolvimento hegemônico optou-se em organizar e apresentar as ideias centrais de forma diferenciada do que é comumente visto em pesquisas que trabalham com DSC (normalmente apresenta-se uma tabela contendo os indivíduos, suas ideias centrais e as respectivas expressões-chave).

Logo, o procedimento realizado nesta tese seguiu a seguinte estratégia: uma vez examinadas as expressões-chave e as ideias centrais selecionadas nas falas dos meditantes percebeu-se que algumas delas poderiam ser agrupadas num grande tema, pois remetiam à uma ideia semelhante ou complementar, assim estes grandes temas se tornaram seções específicas do capítulo 5, no qual o DSC do sujeito moderno/ocidental meditante foi construído. Desse modo, optou-se por uma apresentação mais livre e discursiva das ideias centrais de forma que fosse possível introduzir, ao mesmo tempo, as expressões-chave que davam corpo às ideias centrais e complementar com problematizações de outras pesquisas similares e/ou autores que refletiram sobre os grandes temas identificados sob a perspectiva da crise do desenvolvimento hegemônico.

Tais problematizações foram suportadas por aportes teóricos de campos da Filosofia, Psicologia e Ciências da Religião, bem como em autores que não se encaixam em nenhuma disciplina acadêmica, mas que apresentam significativas contribuições no que tange à tradução da filosofia/religiosidade/espiritualidade oriental para o mundo ocidental.

Para Le Breton (2008, p. 19), o entendimento advindo da Sociologia e da Antropologia sobre os mundos contemporâneos permite recuperar a singularidade de uma história pessoal à

---

<sup>43</sup> A análise deve-se começar “pelo exame ou pela leitura de cada um dos depoimentos sob a forma de discurso e pela seleção, neles, daqueles trechos ou pedaços de discurso, que se consideram mais relevantes, separando-os daqueles pedaços considerados irrelevantes ou “lixo discursivo”: repetições literais da mesma ideia, interjeições involuntárias, “cacoetes”, digressões irrelevantes, desvios de rota, etc. Os trechos relevantes que sobram são o que se chama de expressões-chave” (LEFÈVRE; LEFÈVRE, 2005, p. 27).

medida que cruza “a trama afetiva e social que banha o sujeito e, sobretudo, as significações que alimentam sua relação com o mundo”. Conjectura-se, nesta pesquisa, que para elucidar tal trama afetiva e social que se constitui nos vínculos entre a policrise humana e socioambiental, todos os campos de conhecimento são requeridos; assim, e com o propósito de enriquecer a interdisciplinaridade da pesquisa, recorreu-se a: Gilles Deleuze que traz elementos sobre a força política do desejo; David Le Breton que expõe os males que acometem as civilizações ocidentais e orientais contemporâneas; Byung-Chul Han que constrói um olhar desde as margens (eurocêtricas) sobre a exacerbação do ego do sujeito ocidental; Susan Andrews que traduz a espiritualidade oriental numa linguagem mais compreensível para a mentalidade ocidental; Richard Davidson e Daniel Goleman que trazem o olhar da ciência sobre a meditação; Carl Jung que oferece pistas sobre as sombras do inconsciente coletivo ocidental; e autores específicos ao Budismo que contribuem com elementos essenciais dessa tradição religiosa na qual a meditação oriental se fundamenta.

Por fim, sob uma perspectiva metodológica, a tese ancora-se também em Sousa Santos (2007), que propõe que os objetos sejam conceituados a partir do ponto de vista do sujeito entrevistado, ou “da perspectiva do ativista envolvido nas lutas que analisa”. Logo, ao longo da etapa de análise qualitativa, uma perspectiva sobre a crise do desenvolvimento hegemônico é construída a partir do sujeito moderno/ocidental meditante entrevistado. Pois considera-se que uma resistência política deve caminhar ao lado de uma resistência epistemológica, que significa dizer que “não existe justiça social global sem justiça cognitiva global”.

### 3. O PROCESSO DE SUBJETIFICAÇÃO DO SUJEITO MODERNO/OCIDENTAL<sup>44</sup>

*Uma lição que tenho aprendido com frequência no meu jardim, é que os restos putrefatos de uma planta neste ano serão a cobertura sob a qual novos brotos poderão ser descobertos no ano que vem. Da mesma forma, acredito também que em nossa cultura decadente vemos esboços confusos de um novo crescimento, de uma nova revolução, de uma cultura de tipo nitidamente diferente. Vejo a revolução chegando, não sob a forma de um grande movimento organizado, de um exército armado e com bandeiras, de manifestos e declarações, mas através do aparecimento de um novo tipo de pessoa, emergindo através das folhas e talos mortos, amarelados, putrefatos de nossas instituições enfraquecidas.*

(ROGERS, 1978, p. 247)

O psicólogo chama atenção para o fato de que o estado de decadência de uma sociedade é campo fértil para a criação de uma nova; o que remete ao conceito de crise apresentado no capítulo inicial desta tese, que diz que as crises são permanentes e necessárias para manter em perfeito funcionamento o movimento natural de organização-desorganização dos sistemas humanos e ambientais. Ademais, a epígrafe reflete sobre a formação de um novo tipo de pessoa que emerge da própria crise das instituições modernas/ocidentais, numa busca de emancipar-se de estruturas que limitam sua identidade apenas ao modelo de vida hegemônico.

No primeiro capítulo abordamos que, à primeira vista, o aprimoramento das inovações técnico-científicas para garantir um progressivo crescimento econômico soa como uma ação inofensiva, principalmente para aqueles que defendem uma perspectiva tecnocrática<sup>45</sup>, enxergando a tecnologia como essencialmente neutra<sup>46</sup>. Entretanto, o que veremos detalhadamente neste capítulo é que o resultado mais amplo da jornada pelo crescimento

<sup>44</sup> Este capítulo trata-se de um amadurecimento do artigo de minha autoria com T. Santos e J. E. Souza-Lima intitulado: “Paradigmas de Desenvolvimento, Natureza e Subjetivação: as Resignificações do Sujeito nas Múltiplas Crises da Humanidade” publicado na Revista Meio Ambiente e Desenvolvimento, v.51, 2019.

<sup>45</sup> “A tecnocracia rejeita espontaneidade, auto-regulação e impulsividade [...]. Ao invés disto, prefere metas e comportamentos que possam ser expressos em grandezas vastas e abstratas: poder nacional (medido em unidades de capacidade nuclear), alta produtividade e eficiente mercadização de massa (em termos de produto nacional bruto), corrida espacial, elaboração de sistemas administrativos, etc. Para o tecnocrata, mais é sempre melhor. Sempre que houver mais insumo e mais produto – não importa de que, se de bombas, estudantes, informações, pistas elevadas, pessoal, publicações, mercadorias, serviços – encontramos aí o sinal seguro de progresso” (ROSZAK, 1972, p. 202). Para o autor, a tecnocracia existe de forma independente do capitalismo, apesar deste ser aperfeiçoado às bases daquela. Logo, mesmo que a busca do lucro fosse eliminada, a tecnocracia persistiria. Trata-se de um mal da civilização moderna bastante complexo, pois sem a tecnocracia, sem os especialistas “o sistema não funciona. A máquina para” (ROSZAK, 1972, p. 33).

<sup>46</sup> Ressalta-se que a crítica recai sobre o modelo de ciência e tecnologia moderna, que apresenta a característica de servir prioritariamente ao crescimento econômico, sem considerar as necessidades sociais e os impactos socioambientais da sua aplicação.



econômico ilimitado e a todo custo, é que passa a forjar uma compreensão de mundo, uma estrutura de pensamento e uma ordem de racionalidade na dualidade ontológica do ser, de onde o sujeito se comporta como coluna vertebral da racionalidade moderna.

Assim, os indivíduos têm seus pensamentos adestrados por imagens que promovem as normas de um poder ou de uma ordem estabelecida. O conceito de modo de vida imperial, de Ulrich Brand, oferece uma importante reflexão sobre essa complexa relação entre o sujeito e a modernidade. Conforme o autor, o modo de vida imperial se refere a um estilo de vida composto por padrões imperiais de produção, distribuição e consumo; bem como a imaginários culturais e subjetividades fortemente arraigados nas práticas cotidianas das sociedades do norte e do sul. Logo, a generalização não diz respeito a todos viverem da mesma forma, mas ao fato de que “existe uma espécie de lógica de desenvolvimento amplamente aceita que se inscreve nas estruturas sociais e dispositivos de ação” (BRAND; WISSEN, trad. nossa, 2014, p. 02)<sup>47</sup>.

Significa dizer que desde a modernização mantém-se a colonização do imaginário dos povos – constrói-se num crescente número de pessoas determinados imaginários (não somente em nível simbólico, mas material) profundamente enraizados acerca do que se entende por qualidade de vida e desenvolvimento social. Esse conceito permite entender o porquê de haver poucas iniciativas emancipadoras e por que a inegável crise do funcionamento do capitalismo financeiro em muitas regiões ainda não se traduz em uma crise de legitimação – ao contrário, o que se observa é a existência de um exercício da servidão voluntária, de sujeitos que, por vezes, desejam justamente aquilo que reduz a potência de agir e existir.

Nesse tema da emancipação, Deleuze e Guattari (2010) reivindicam o reconhecimento de uma dimensão política do desejo, afirmando que o desejo ativa forças impessoais, forças conspiratórias do ser. O ser humano não deseja falando como se fosse sujeito do desejo, o desejo é que acontece nele e o faz ser quem é – ou não é; ao longo da história da humanidade observa-se máquinas sociais apropriadoras das forças desejantes que bloqueiam a potência revolucionária do desejo. Pensamento que caminha na mesma direção do amadurecimento realizado por Rogers (1978) sobre a existência de condições externas específicas que podem enfraquecer a capacidade política do sujeito. Dessa forma, compartilha-se do entendimento de que há uma máquina histórica-política que carrega forças de reprodução e repressão social para esclerosar os fluxos revolucionários do desejo<sup>48</sup>.

---

<sup>47</sup> “[...] existe una especie de lógica de desarrollo ampliamente aceptada que se inscribe en estructuras sociales y dispositivos de acción” (BRAND; WISSEN, 2014, p. 02).

<sup>48</sup> Por vezes, esses fluxos são reprimidos de tal forma que qualquer um pode se desenvolver fascista, pois incute-se uma paixão pelo poder, pela vaidade de pertencer a alguma raça de senhores. No prefácio à edição americana de “O anti-Édipo. Capitalismo e Esquizofrenia”, de Gilles Deleuze e Félix Guattari, Foucault faz um convite para

Essas máquinas sempre existiram e é provável que permanecerão constantemente se reconfigurando nas sociedades humanas. Durante a formação do capitalismo, por exemplo, Deleuze e Guattari (2010) identificam três máquinas sociais principais: a máquina primitiva dos selvagens, a máquina despótica dos bárbaros e a máquina capitalista dos civilizados. O desafio é compreender mediante qual regime de funcionamento o desejo termina sendo conduzido à servidão voluntária. Cabe ressaltar que esse regime acontece por limites que são impostos tanto de fora (a polícia, as leis, a propriedade, a burocracia) quanto de dentro (as identidades, a culpa, a interiorização da dívida).

Diante disso, a pergunta crucial é: “de que forma o sujeito moderno/ocidental pode se emancipar das imagens que adestram seu pensamento ou da racionalidade instrumental (da sujeição imposta pelo logocentrismo da ciência) que o usa como coluna vertebral de um projeto cultural dominante?” E quando se amplia tal questionamento para o tema do desenvolvimento, passamos a indagar: “como o indivíduo se comporta nesse cenário instável de políticas desenvolvimentistas; de que forma ele constrói sua identidade em consonância ou em desarmonia aos diversos modelos de desenvolvimento (industrial, moderno, sustentável, alternativo)?” Para responder a essas indagações, defendo o pressuposto de que os posicionamentos desarmônicos emergem de uma crise do sujeito moderno/ocidental que provoca inevitavelmente projetos de emancipação (coletivos e individuais).

Algumas abordagens postulam que a crise ambiental mobiliza por si só o surgimento de uma pessoa diferente. Para Leff (2014), o conflito socioambiental resultante da racionalidade moderna, reflete na interioridade do ser humano convertido em sujeito: o interpela como sujeito, o sujeita como sujeito; se infiltra na sua subjetividade, chamando o sujeito autoconsciente a emancipar-se de sua própria sujeição. Ou, nas palavras de Dussel (1994), a crise socioambiental convida os sujeitos a criar um novo estilo de vida pautado, talvez, nas culturas e saberes tradicionais<sup>49</sup>.

Já outras perspectivas, mais próximas da psicologia, defendem um tipo de revolução social que parte de uma reestruturação pessoal e não necessariamente de um movimento social organizado. Trata-se de uma visão terapêutica que postula uma revolução a partir da cura individual, de um exercício reflexivo que promova mudanças na psique do indivíduo; o que

---

combater o fascismo que se esconde nas práticas cotidianas; nos corações e nos prazeres; nos discursos e no comportamento. É preciso cuidado porque até mesmo, enquanto militantes revolucionários, é possível se tornar simultaneamente fascistas.

<sup>49</sup> “Hoy, por ejemplo, ante la destrucción ecológica del planeta Tierra comenzamos a tener nuevos ojos para una vida mucho más integrada dentro del ciclo de la vida, y reproducción de toda la naturaleza (como atmósfera y biósfera), que practicaban los nativos habitantes del continente americano” (DUSSEL, 1994, p. 70).

permitirá que os indivíduos se libertem da alienação e passem a atuar mais harmoniosamente no meio socioambiental.

Mas será que existe um só caminho e/ou eles estão separados entre si? Roszak (1972) responde a esse questionamento afirmando que os sujeitos podem se libertar da alienação por uma revolução psíquica e social. Nem a psique nem a classe social devem ser dispensadas num projeto revolucionário<sup>50</sup>. Em outras palavras e transferindo a reflexão ao tema da tese, nem Freud nem Marx são deixados de lado quando o assunto é buscar caminhos para solucionar os casos de injustiça socioambiental decorrentes do modelo de desenvolvimento hegemônico. Ou seja, o propósito não é encontrar vitórias de uma posição sobre a outra, mas de reconhecer os avanços e as limitações de cada uma no que tange ao propósito de promover a emancipação humana; e, nesse sentido, todas as propostas são válidas no que tange à potencialidade de revolução, basta estar atento às particularidades para extrair a lógica da questão humana que opera em cada uma delas<sup>51</sup>.

Estimular esse tipo de reflexão reforça a tentativa de construir um pensamento complexo: se de um lado há um entrelaçamento de crises, de outro há igualmente um entrelaçamento de linhas de fuga que se complementam. Não há um só caminho, uma luta mais importante ou um único projeto de emancipação. Isso fica evidente quando se observa o processo de subjetificação moderno/ocidental, onde se entrelaçam vários projetos emancipatórios (uns iniciados a partir de uma perspectiva mais individual, outros alinhados a perspectivas sociais e ecológicas); independentemente da motivação inicial, verifica-se que

---

<sup>50</sup> Perguntas do tipo: “Será a psique, como dizia Marx, um reflexo do “método de produção da vida material”? Ou a estrutura social, como sustentava Freud, constitui um reflexo de nossos conteúdos psíquicos?”; não levam a lugar nenhum, a não ser a uma polarização argumentativa (ROZAK, 1972, p. 95). É preciso apenas reconhecer as fragilidades e as potencialidades de cada proposta. Para Marx, frente à exploração capitalista e à alienação que esta engendra, o proletariado se apresenta como um ator particular: o único sujeito coletivo capaz de promover a emancipação. Roszak não nega a capacidade desse ator coletivo em promover uma revolução, mas indica que infelizmente essa ideologia “colabora para reduzir a consciência, que nos asfixia e que procura fazer com que aceitemos uma existência sem sonhos, sem fantasias. [...] É uma literatura de seriedade e implacável resolução, fortemente limitada por espírito prático, disciplina de classe, pelas estatísticas da injustiça e pelo anseio de vingança. Falar dos êxtases da vida em tal ambiente sombrio é arriscar-se a ser chamado de louco. Aqui todos se esfalfam, ninguém pode dançar. A dança fica... para depois” (ROZAK, 1972, p. 109).

<sup>51</sup> “Mito, religião, sonhos, visões – foi nessas águas turvas que Freud pescou sua concepção da natureza humana. Marx, entretanto, tinha pouca paciência para essas coisas ocultas. Preferia passar a madrugada pesquisando as estatísticas industriais britânicas, nas quais o homem raramente representa outro papel senão o do *homo economicus*, *homo faber*. Em contraste, Marcuse e Brown sustentam que aprendemos muito mais sobre o homem nas imagens fabulosas de Narciso, Orfeu, Dionísio e Apolo do que nos dados áridos de receita e despesas” (ROZAK, 1972, p. 101). Assim, de forma geral observa-se que na filosofia de Marx falta uma perspectiva para além de uma análise econômica do capitalismo, que possibilite uma crítica geral do comportamento humano no contexto da civilização como um todo. Já partindo da extremidade freudiana, torna-se perfeitamente claro que a revolução que libertará os indivíduos da alienação deverá ter um caráter basicamente terapêutico e não apenas institucional.

ambos partem do mesmo princípio que é preservar a autonomia e problematizar a identidade do sujeito moderno/ocidental.

O sentimento de identidade é o que possibilita ao sujeito experimentar sua singularidade e diferença; é construído mediante uma herança histórica vivida no interior de uma configuração social e afetiva; bem como, de inúmeras identificações que não cessam de se redefinir ao longo da existência. Por isso, toma-se que a identidade não é estática, mas uma modalidade da consciência que orienta fatos, gestos e pensamentos constantemente redefinidos segundo as circunstâncias. Logo, em permanente relação,

o indivíduo avança tateando em sua existência, frequentemente forçado a rever seus objetivos, a modificar seu olhar sobre si mesmo. Emaranhado no coração das conjunturas sociais, o sentimento de identidade é envolvido na trama do tempo e de acontecimentos imprevisíveis, suscetíveis de transformar as rotinas da relação com o mundo (LE BRETON, 2018, p. 200).

Embasado nessa perspectiva adaptável e circunstancial da identidade, este capítulo propõe-se a identificar as várias identidades que o sujeito moderno/ocidental assume desde a colonização; e ao mesmo tempo investigar como essas identidades ora se associam aos projetos hegemônicos de desenvolvimento, ora tentam subvertê-los. Assim, veremos como a identidade do sujeito moderno/ocidental é adaptada ao constante movimento de progressão e regressão das crises teóricas desenvolvimentistas.

Cabe ressaltar que a separação de cada categoria identitária acontece apenas para fins elucidativos, pois ao final observaremos que o sujeito moderno/ocidental manifesta inevitavelmente fragmentos de cada uma dessas categorias, e por vezes reforça inclusive aspectos da própria modernidade.

Para cumprir tal propósito, o capítulo se divide em duas partes. A primeira é dedicada a uma descrição crítica dos elementos constituintes da colonização, da modernidade industrial e da racionalidade instrumental, como fundamentais para iniciar o projeto de formação do sujeito moderno/ocidental. E a segunda parte é dedicada à identificação das principais linhas de fuga (políticas, terapêuticas, espirituais e ecológicas) que o sujeito moderno/ocidental percorre para desestabilizar esse projeto de subjetificação que o aliena a uma racionalidade exclusivamente instrumental e fragmentada.

### 3.1 SUJEITO COLONIAL E DA RACIONALIDADE INSTRUMENTAL

Nesta seção o sujeito é analisado primeiramente sob a perspectiva da colonização, momento no qual o indivíduo (colonizado) começa a se constituir como um sujeito moderno/ocidental por meio da homogeneização e padronização das culturas tradicionais à imagem dos povos europeus. Num segundo momento, é visto de que maneira a modernidade industrial chancela esse título ao mesmo tempo que gera contradições no que tange à promessa de individualização; porque, ao fim, são novamente reforçadas características de um sujeito moderno/ocidental instrumentalizado que exclui, classifica, divide, julga, restringe direitos e contabiliza quantitativamente e monetariamente sua felicidade e bem-estar.

#### 3.1.1 Sujeito moderno/ocidental colonial

De acordo com Beatriz González-Stephan (1996), para concretizar a modernização pós-independência dos países latino-americanos do século XIX foi necessário ativar um processo de domesticação da barbárie. A autora explica que o comportamento bárbaro, ao qual os colonizadores se referiam e repudiavam, se traduzia nas condutas que os colonizados mantinham em suas relações familiares, nas festas, nos carnavais, no teatro, na expressão desinibida da sexualidade, na gestualidade corporal, na sensualidade, na gritaria e no riso. Enfim, tratava-se de uma expressividade que a cultura moderna europeia qualificaria como bárbara e a identificaria como pertinente a um passado arcaico e vergonhoso, de incivilidade, de infração e culpa. Nesse sentido, as cidades, homens, hábitos, ideias e a expressividade deveriam se ajustar aos moldes da modernidade europeia.

A repressão e modelação dos homens e mulheres era essencial para a consolidação das novas nações, para serem capazes de atuar em concordância com o estilo de vida civilizado das metrópoles francesas ou anglo-saxônicas (que apresentava forte relação com a vida urbana, onde os códigos civilizatórios eram melhor expostos). Nesse momento da história da colonização, passou-se então a se instaurar uma relação entre o poder e o corpo fundado na disciplina, na produtividade e na higiene<sup>52</sup>. Ou seja, o projeto nacional implicava a elaboração de uma nova rede simbólica.

---

<sup>52</sup> “*En outro orden de cosas, este afán por la limpieza convergió con soluciones dogmáticas y conservadoras – y por qué no pre-fascistas –, donde la persecución de la pureza (del cuerpo, de la lengua, de la sangre) trajo consigo las políticas de inmigración europea para el mejoramiento de la raza así como el fomento del hispanismo a finales del siglo, como si el blanqueamiento de la población*” (GONZÁLEZ-STEPHAN, 1996, p.39).

A estratégia usada para imprimir essa rede simbólica no imaginário dos povos colonizados foi a proliferação de diversas práticas discursivas que orientariam o comportamento que os habitantes da cidade deveriam adotar. Os “manuais de urbanidade”, “lições de boa educação da moral do mundo”, “catecismos de urbanidade civil e cristã”, “manuais de boas maneiras”, são exemplos de textos criados e reproduzidos para civilizar os bárbaros. Dessa maneira, a imprensa foi a aliada principal para se construir esse imaginário de novas expressões – por intermédio da entrega de folhetos e de novelas gerava-se aos poucos uma ideia fictícia de unidade nacional traduzida na ilusória sociedade democrática pós-independentista.

Por conseguinte, a função jurídico-política das constituições, das gramáticas e dos manuais voltava-se à invenção da cidadania, no sentido de criar um campo de identidade que devia se consolidar como um espaço de elementos homogeneizados para um governo mais viável. Conseqüentemente, surge um poder múltiplo, automático e anônimo que controla discretamente e sem cessar os indivíduos; e mediante a aplicação das leis, normas, livros, manuais e catecismos, se controlavam as paixões, a livre expressão e a violência.

Como resultado, o exercício do poder nas sociedades aspirantes à modernidade se deu por meio da proliferação de uma série de instituições (escolas, hospícios, cárceres, oficinas) e de práticas discursivas (constituições, registros, censos, mapas, gramáticas, dicionários, manuais de urbanidade) que representam todo o conjunto de tecnologias especializadas e instituições públicas que controlavam e regulavam o movimento dos corpos para transformá-los em subjetividades domesticadas – sujeitos do Estado. Um expressivo exemplo desse controle é a criação da “Casa da Misericórdia” que, entre outras funções, serviu como um ambiente de reeducação para as mulheres, ensinando-lhes atividades que pudessem domesticá-las, tornando-as sujeitos de uma nova sociedade burguesa – protótipos requeridos para o progresso da modernização.

Não obstante, é importante ressaltar que a ideia de homogeneizar a sociedade para melhor controlá-la não dizia respeito à garantia da sociabilização dos direitos, mas, ao contrário, previa uma padronização de comportamento para melhor identificar as subversões<sup>53</sup>. Portanto, a busca não era tornar todos os indivíduos iguais em deveres e direitos, mesmo porque existia apenas um tipo apto a se beneficiar da riqueza moderna, que era: homem, branco, católico, casado, educado formalmente, proprietário e/ou industrial. Como resultado, ao mesmo tempo que as elites crioulas passavam por um processo de “subjetificação”, no qual eram preparados

---

<sup>53</sup> “*Quizás uno de los aspectos más preocupantes de la fundación de las naciones fue el manejo de la diferencia*” (GONZÁLEZ-STEPHAN, 1996, p.39).

para se constituir como os novos sujeitos do novo projeto social, aos indivíduos subalternos recaia um processo de “outreidade”, o direito de silenciar e de se omitir (GONZÁLEZ-STEPHAN, 1996).

González-Stephan (1996) argumenta que se para um sujeito ser reconhecido como um cidadão, ele deveria ser homem, branco, ganhar uma renda anual “x”<sup>54</sup>, possuir propriedades e ter uma profissão no mínimo industrial, praticamente 90% da população se convertia instantaneamente nessa “outreidade”, por razões de insuficiência econômica (pobres, artesãos, pequenos comerciantes urbanos e rurais), por inadequação profissional (serventes, escravos, campesinos, não alfabetizados), por insuficiência étnica (índios, negros, pardos, mestiços), por diferença de gênero (mulheres, homossexuais) e por deficiência física ou mental (enfermos, loucos).

Dessa forma, a construção da “outreidade” que recaia sobre as mulheres, crianças, empregados, pobres, índios, negros, escravos, analfabetos, homossexuais e os loucos, supõe a penalização, o julgamento e a exclusão sob o âmbito jurídico; a degradação (asqueroso, repugnante, incivil, desagradável, viciado) no terreno ético-cultural; e o fracasso sob a ótica socioeconômica (GONZÁLEZ-STEPHAN, 1996).

A elucidação dos elementos constituintes do mito da modernidade apresentados nesta seção, convida a uma reflexão sobre como a ideia de “desenvolvimento” que vem sendo construída no imaginário dos povos latinos desde a colonização europeia se relaciona intimamente com a construção do sujeito moderno. Quijano (1992) defende a ideia de que a colonização consiste, antes de tudo, numa dominação do imaginário dos povos conquistados, visto que ocorreu uma sistemática repressão de crenças específicas, ideias, imagens, símbolos e conhecimentos dos povos nativos, que não serviam para a dominação colonial global, seguida de uma imposição dos próprios padrões de expressão dos dominantes.

Aos poucos, a cultura europeia passou a ser um modelo cultural universal conhecido como a racionalidade/modernidade europeia, o qual foi estabelecido como um paradigma universal de conhecimento e de relação entre a humanidade e o resto do mundo. Conseqüentemente, o entendimento de progresso humano passa a ser associado ao mercado livre, à propriedade privada e ao acúmulo de capital. Cria-se, desde então, uma noção de desenvolvimento que parte do estágio primitivo do sujeito que é não moderno, para um estágio que se apresenta como moderno, civilizado e capitalista.

---

<sup>54</sup> González-Stephan (1996) comenta ser na época a média de 100 e 600 pesos na Venezuela.



Nesse sentido, o conceito de modernidade que emerge no período colonial esconde a importância que a espacialidade possui na constituição de seu discurso, pois mediante uma perspectiva universalista retira a importância da localização geopolítica e dá origem a uma ideia geral de Ser que além de não abarcar as existências presentes nos locais colonizados, torna-as objeto de aniquilação. Pelo paradigma da modernidade o ser-colonizado, ou os condenados da terra como chamou Fanon, é simbólico e fisicamente marginalizado e violentado enquanto sujeito (FANON, 1976).

Em suma, o sujeito atrelado à modernidade colonial é um sujeito que rechaça o rótulo de caipira para urbanizar-se; que abandona as práticas de compartilhamento e cooperação para conquistar a propriedade privada; que demoniza o ócio para se tornar mais produtivo em todos os seus afazeres; que reprime as paixões do corpo passando a chorar menos, rir menos, gesticular menos e racionalizar mais; e que corrige a língua defeituosa da plebe para se reconhecer como um cidadão que lê, escreve e pensa cientificamente.

### 3.1.2 Sujeito moderno/ocidental da racionalidade instrumental

Os principais elementos constitutivos do processo de subjetificação característicos do período colonial são reforçados durante essa fase de concretização da racionalidade moderna instrumental que marca o período pós Segunda Guerra. Conforme visto na seção anterior, a modernidade tem se fundado desde a colonização na disjunção entre objeto e sujeito do conhecimento; na dissociação do corpo e da alma, da razão e do sentimento, da natureza e da cultura, das Ciências Sociais e Naturais<sup>55</sup>. Logo, o sujeito que se consolida nesse contexto colonial/moderno/industrial é um sujeito configurado pela epistemologia e metodologia da ciência, moldado pelo método cartesiano da ciência<sup>56</sup> e do racionalismo kantiano (LEFF, 2014), um sujeito que vai cada vez mais se inserindo na engrenagem do mito do desenvolvimento.

Desde a segunda Guerra Mundial, os termos riqueza, prosperidade, utilidade e felicidade começam a ser usados como sinônimos. A inserção do indicador “Produto Interno Bruto” (PIB) para medir o sucesso econômico de localidades, sugere que há um único caminho para um país se desenvolver, o qual se dá por intermédio do crescimento do PIB. Nesse âmbito, o sujeito moderno/ocidental vê-se inclinado a confiar na tecnocracia, na especialização, na ciência e a

<sup>55</sup> Além dessas segregações, Giddens (2002) acrescenta que a vida social da modernidade é segregada da loucura, da criminalidade, da doença, da morte e da sexualidade.

<sup>56</sup> “[...] é na ciência que o homem moderno vai buscar a explicação definitiva da realidade. E o que, por sua vez, caracteriza o conhecimento científico? É a objetividade. Conhecimento científico não é apenas sentimento, especulação ou ruminância subjetiva. É uma descrição verificável da realidade que existe independentemente de qualquer consideração puramente pessoal. É verdadeira... real... fidedigna... Funciona” (ROSZAK, 1972, p. 212).

posicionar o conceito de riqueza também como um indicador de prosperidade individual<sup>57</sup> e, conseqüentemente, de felicidade.

Trata-se de um momento em que a sociedade reforça um rompimento com o passado, com o modo tradicional de trabalhar, de se relacionar, de curar, de gerar conhecimento, de viver – abrindo-se para um futuro, no mínimo, problemático. A competição internacional insensata que impõe a busca pelo acréscimo da produtividade a qualquer custo, somada à tecnologia empregada com única finalidade de aumentar produtividade e rentabilidade, cria e aumenta o desemprego, desregulando os ritmos humanos.

Como resultado, não se cria apenas uma degradação do meio ambiente e de conflitos sociais, mas causa desregramentos na psicoesfera humana; refere-se a “um processo multiforme de degradação [...] de nossas vidas mentais, afetivas, morais, e tudo isso tem conseqüências em cadeia” (MORIN; KERN, 2003, p. 67). As conseqüências civilizacionais provocadas pela mercantilização de todas as coisas e formas de vida giram em torno de uma decadência da solidariedade e erosão de qualquer valor não baseado no lucro. Logo, a mercantilização influencia intensamente no projeto do eu (GIDDENS, 2002); que prevê inclusive uma atitude autodestrutiva.

A respeito dessa autodestruição característica da modernidade, Roszak (1995) apresenta um conceito denominado *collusive madness* que, no contexto psicoecológico, trata-se de uma loucura coletiva que retroalimenta a crise socioambiental. A partir de uma ampliação do conceito de Jung de inconsciente coletivo<sup>58</sup>, o autor amadurece o entendimento de inconsciente ecológico que representa os registros da evolução da vida no planeta na psique humana. A repressão desse inconsciente ecológico seria o gatilho para a *collusive madness* na sociedade industrial, que indica uma distorção perceptiva<sup>59</sup> culturalmente alimentada pelo paradigma do crescimento econômico, pela busca excessiva de lucro e por uma visão eminentemente utilitarista dos sistemas de vida.

Desse modo, o paradoxo que se observa nessa época é que nas civilizações ditas “desenvolvidas” cria-se um tipo de miséria que não diminuiu com o decréscimo da miséria

---

<sup>57</sup> Claudio Ulpiano (1988) acrescenta que a pedagogia do Ocidente, a pedagogia das forças do capital, se preocupa em gerar seres potentes no campo econômico, mas sem nenhuma força no campo político. Toda questão da família moderna é conceber crianças saudáveis e fortes no campo econômico para obter um ideal de “sucesso” que está alinhado com o mito de desenvolvimento das nações.

<sup>58</sup> Para Jung, “a psique possui um substrato comum que ultrapassa todas as diferenças de cultura e de consciência. A este substrato dei o nome de inconsciente coletivo. A psique inconsciente, que é comum a toda a humanidade, não consiste apenas de conteúdos aptos a se tornarem conscientes, mas de predisposição latentes a reações idênticas” (JUNG; WILHELM, 2017, p.21).

<sup>59</sup> “Da mesma forma que a escravidão era vista como normal de acordo com o código de valores dos primeiros invasores do que eles mesmos chamaram de novo mundo, a contemporaneidade também sofre de distorções que só serão plenamente percebidas pelas novas gerações” (CARVALHO, 2013, p. 18).

fisiológica e material, mas que pode até ter aumentado com sua abundância. Para Morin e Kern (2003, p.104), refere-se a um subdesenvolvimento mental e emocional reflexo do primado da racionalização, da especialização, da quantificação, da abstração, da irresponsabilização; o que suscita “o desenvolvimento do subdesenvolvimento ético”.

Outro aspecto bastante elucidado pelos autores que estudam o processo de subjetificação na modernidade é que a categoria de sujeito, que nasce a partir do cogito cartesiano e do idealismo transcendental, cria uma incrustação do sujeito no ser que se instaura a partir da expressão “*eu sou*”. (LEFF, 2014). E como protagonista do mito do desenvolvimento, esse sujeito começa a se perceber como um ser quase sobrenatural, que ocupa o lugar de Deus. A visão de Bacon e Descartes que coloca o homem como o senhor da natureza, transforma a humanidade no instrumento de um tipo de desenvolvimento meta-biológico animado pela técnica (MORIN; KERN, 2003).

Nesse contexto, o individualismo se constitui como a grande diferença entre as sociedades modernas e (supostas) pré-modernas, já que nas sociedades pré-modernas e tradicionais a individualidade não era enfatizada – o indivíduo não existia nas culturas tradicionais e a individualidade não era prezada, sendo apenas com o surgimento das sociedades modernas e com a divisão do trabalho que o sujeito separado começa a chamar atenção. Fortalece-se, aos poucos, a ideia de que cada pessoa tem um caráter único e potencialidades sociais que podem ou não ser realizadas.

A individualização dessa fase da modernidade é realçada pela oferta de uma pluralização do estilo de vida; a cultura moderna oferece diversidade de estilos (dieta, vestuário, esportes), mundos de vida (ambientes de vida social), e de crenças (a modernidade opera na dúvida metódica). Ao contrário das culturas pré-modernas onde a aparência, o corpo, e a expressão do indivíduo era, em geral, padronizada nos critérios tradicionais. Assim, no universo social pós-tradicional “organizado reflexivamente, permeado por sistemas abstratos, o eu sofre mudança maciça” (GIDDENS, 2002, p. 79).

Sobre esse tema da individualização, cabe ressaltar dois aspectos. O primeiro é que apesar de parecer que o indivíduo começa a conquistar uma liberdade de expressão por meio da pluralização dos estilos de vida e de crenças, na verdade, o que ocorre é que a modernidade vai criar de forma abrangente a ilusão de uma emancipação individual por intermédio da secularização dos valores e da racionalidade instrumental. A partir daqui se forja um sujeito que se percebe livre e autoconsciente; um sujeito metodológico da ciência, da democracia e da empresa livre: todas figuras necessárias para manter em perfeito funcionamento a sociedade moderna.

Conseqüentemente, o individualismo criado nessa fase da modernização não se trata de autonomia e emancipação, na livre busca pela verdade; gera, ao contrário, atomização e anonimato. A secularização despertada não significa apenas a insurgência contra os dogmas religiosos, mas também a perda dos fundamentos e das grandes certezas, o que gera na sociedade uma angústia compensada por aspectos neuróticos/históricos do consumo. Ou nas palavras de Morin e Kern (2003, p.77): “A virtude até então rejuvenescedora da ideia do novo (novo = melhor = necessário = progresso) se esgota, ainda em uso somente para os descartáveis, as telas de televisão, as performances automobilísticas”.

O segundo aspecto refere-se ao fato de que a individualização assume uma característica distinta quando se trata dos países da América Latina. Martuccelli (2010) identifica uma metanarrativa que afirma que os sujeitos latino-americanos não desenvolveram uma individualidade. A forte presença de tutores paternalistas (nas formas do exército e da Igreja) inibiu a ascensão da autonomia, da liberdade de pensamento dos indivíduos. Essa estrutura hierárquica rígida incutiu no imaginário desses povos que eles seriam incapazes de se autogovernar, pois foram ensinados a desconfiar de sua própria razão e acreditar que necessitavam permanentemente de um guia, de alguém “mais sábio” para orientar suas vidas.

O que significa que a individualização nos países latino-americanos reflete uma ausência da autonomia: da capacidade de criar suas próprias leis, de fazer uma revolução política. No contexto desses países, uma hierarquia “natural” deveria ser prolongada devido à incapacidade das massas em forjar opiniões pessoais que não fossem manipuladas, alienadas ou simplesmente que não fossem criadas por indivíduos incapazes de um juízo crítico – ou seja, desprovidos da faculdade da autonomia. Logo, existe um conjunto de metanarrativas que vão sustentar que “*no hay individuos en América Latina*”<sup>60</sup>.

Portanto, o que é revelado a partir desta reflexão crítica quanto à construção da identidade do sujeito colonial/moderno/ocidental é o seu caráter prioritariamente coercitivo e utilitário. Observa-se que essa identidade começa a receber conteúdo no contexto da modernidade colonial quando é sugerido sobretudo que o sujeito opere segundo a lógica do capital. Nesse período, incutir a ideia de igualdade formal mostra-se relevante para permitir ao

---

<sup>60</sup> Martuccelli (2010) vai mostrar ao longo de sua obra, como essa metanarrativa disputa espaço com outra completamente oposta, a qual afirma que, mesmo com especificidades, a América Latina é de fato moderna e existem indivíduos no sul, os quais foram se conformando na contemporaneidade. Sem tomar partido de uma ou de outra dessas análises sociológicas, pois não é o objetivo desta tese aprofundar no tema, é importante levar em conta as diferentes visões, pois cada uma delas enriquece o debate sobre o processo de subjetificação do sujeito moderno/ocidental.

máximo a generalização das trocas mercantis, visto que é basilar nesse sistema a individualização apta a criar o trabalhador individual e o consumidor.

Já na fase da modernidade atrelada ao conceito de desenvolvimento (sob a perspectiva da industrialização e do progresso linear), a individualização mantém seu caráter utilitário, quando é imprescindível que o indivíduo acredite que a liberdade e a felicidade humana serão apenas alcançadas por meio da tríade ciência/tecnologia/capital. Nessa fase, o tema da emancipação é contaminado pela ilusão de que os imperativos dogmáticos da tradição e da religião precisam urgentemente ser substituídos pela razão, assim promete-se a emancipação da humanidade por meio do conhecimento e do racionalismo instrumental.

Contudo, conforme o mito do desenvolvimento avança, o cenário de extrema mercantilização de todas as esferas da vida e da promoção de uma falsa individualização começa a ser criticado; bem como as limitações, as desigualdades e os impactos socioambientais tornam-se motivos suficientes para influenciar a insurgência contra o poder capitalista vigente mediante processos coletivos e individuais de emancipação. Momento em que emerge um sujeito moderno/ocidental que questiona a eficácia da ciência/tecnologia/capital em conceber sociedades mais “desenvolvidas” e felizes – um sujeito que abre caminhos para formas alternativas de viver.

### 3.2 A BUSCA DE EMANCIPAÇÃO PELO SUJEITO MODERNO/OCIDENTAL

A ideia de emancipação humana estrutura o imaginário das diferentes esferas sociais desde o início da era moderna. Apesar de uma busca comum de libertar os indivíduos das limitações impostas externamente ou internamente, a política emancipatória se manifesta de modo específico quando associada a diferentes paradigmas. O paradigma marxista, por exemplo, defende que a emancipação da humanidade deve ocorrer mediante uma ordem sem classes; já no contexto da discussão de gênero e raça, a emancipação se dá pela eliminação das diferenças entre os grupos sociais, libertando os grupos não privilegiados de sua condição de submissão.

Independentemente do paradigma, há um princípio mobilizador que é a base da maioria das versões da política emancipatória: o princípio da autonomia. Para Rogers (1978, p. 14), no contexto da psicologia, a política funciona como *locus* de poder e controle, referindo-se ao exercício de “obter, compartilhar ou abandonar poder, controle, tomada de decisões”. Dessa forma, cada indivíduo cria manobras, estratégias e táticas, intencionais ou não, pelas quais exerce poder e controle sobre a própria vida e a de outros.

Foi abordado no início deste capítulo que existem condições externas específicas que potencializam ou enfraquecem a capacidade política do indivíduo, as quais devem ser levadas em conta quando se pensa em emancipação. Entre os agentes enfraquecedores encontram-se o sistema educacional, as empresas, as organizações militares, o governo, a religião, a família e todas as instituições que assumem a premissa de que a natureza humana não é de confiança, que os indivíduos devem ser guiados, instruídos, recompensados, punidos e controlados pelos mais sábios e superiores.

Visto isso, a proposta desta seção é a identificação de algumas saídas encontradas pelo sujeito moderno/ocidental para (propositalmente ou não) provocar fissuras no modelo de desenvolvimento hegemônico e criar meios de vida mais criativos e heterogêneos. Veremos como tais propostas emancipatórias se misturam, se complementam, servem de inspiração umas das outras; ou por vezes são inclusive absorvidas pela lógica do capital limitando sua potência de ação.

### 3.2.1 Sujeito moderno/ocidental da contracultura e do *New Age*

O triunfalismo anunciado pela fase anterior, da modernidade industrial, começa a despertar dúvidas e dá lugar a uma crescente insegurança e ansiedade na sociedade. Muitas ilusões são desfeitas, como o pleno emprego; a ideia de carreira; o imaginário de sucesso da vida urbana; e até mesmo a receita de felicidade que os meios de comunicação vendiam para homens e mulheres<sup>61</sup>. Assim, passa-se do mito eufórico da felicidade à problematização da felicidade; pois agrava-se a vida de alternâncias: trabalho/lazer, cidade/campo, mente/corpo, razão/emoção.

No contexto de um retraimento do papel do Estado e conseqüente redução das assistências sociais, o sujeito se vê forçado a desenvolver seus próprios recursos. O que leva ao surgimento de basicamente dois tipos de indivíduos: um que se sobrecarrega (de trabalho e de atividades) para alcançar uma independência e autossuficiência exagerada, motivado por uma promessa de emancipação pelo autossacrifício; e outro que toma consciência dos efeitos causados pelo mito do desenvolvimento e passa a buscar por algo que extrapolaria a racionalidade econômica, instrumental e cartesiana da época. Esse segundo sujeito dá origem ao movimento da Contracultura, que representa uma conquista simultânea da autonomia e da

---

<sup>61</sup> “A imprensa feminina aconselha suas leitoras a considerar corajosamente os problemas da separação, da solidão, da doença, do envelhecimento” (MORIN; KERN, 2003, p. 86).

comunidade, bem como de uma relação autêntica com a natureza, o que o possibilita encontrar sua própria essência. A recusa de uma vida corrompida pelos valores do mercado

revelam pelo avesso as carências que todos sofrem. De maneira mais profunda, o apelo dos adolescentes californianos dos anos 1960, *Peace and Love*, revela um mal profundo da alma privada de paz e de amor (MORIN; KERN, 2003, p. 85).

Nesse cenário, o imaginário alternativo foi se constituindo por uma série de movimentos liberatórios ocorridos nos anos 1960 e 1970: a ecologia acentua a busca do natural em todas as esferas da vida; a nova esquerda desperta a consciência de classe; os místicos clamam pelo despertar da consciência; e os movimentos feministas chamam atenção para as injustiças sociais das quais as mulheres eram vítimas. Apesar de cada grupo reivindicar pautas específicas, observa-se uma confluência de objetivos entre eles, que é a denúncia da tecnocracia e do pensamento especialista; do patriarcado; das instituições, dos valores, das práticas e dos modelos de vida do sistema dominante (ROSZAK, 1972).

A contracultura representa assim uma revolução política atravessada pela revolução do sujeito da racionalidade instrumental – ou nas palavras de Roszak (1972, p. 73), é possível discernir entre os jovens dessa época um *continuum* de pensamento e experiências que conecta:

a sociologia da Nova Esquerda de Mills, o marxismo freudiano de Herbert Marcuse, o anarquismo gestáltico de Paul Goodman, o apocalíptico misticismo corporal de Norman Brown, a psicoterapia Zen de Alan Watts e, finalmente, o narcisismo impenetravelmente oculto de Timothy Leary.

A unidade a que se sobrepõe os diversos grupos contraculturais se traduz na busca por estruturar uma personalidade e um estilo de vida condizentes com a crítica social da nova esquerda. Como pioneiros utópicos, os jovens buscam rejeitar a intelectualidade da “Grande Sociedade”, procurando engendrar uma base cultural para a revolução política e descobrir novos tipos de comunidades, padrões familiares, costumes sexuais, modos de vida, novas identidades pessoais dentro da sociedade de consumo e do lar burguês. Em outras palavras, enquanto a nova esquerda clama por paz criticando o ocorrido no Vietnã, “o hippie rapidamente traduz a palavra para *shantih*, a paz que ultrapassa todo entendimento, fazendo com que o conceito preencha as dimensões psíquicas do ideal” (ROSZAK, 1972, p. 75).

Em consonância com a visão desse movimento contracultural estadunidense e europeu emerge o *New Age* (Nova Era), tratado por vezes como um sistema de crenças baseado na profecia da mudança da era de Peixes (dedutiva, materialista, instrumentalista) para a era de



Aquário (indutiva, espiritual e sensitiva). Profecia que despertou a emersão de valores que dialogam com os projetos ambientalistas da época, mas sobretudo anseiam por um despertar espiritual, de respeito e amor à natureza; de crenças mágicas e exotéricas, e da refundação de comunidades baseadas numa inteligência emocional (DE LA TORRE; ZÚÑIGA, 2016).

Logo, esse movimento (que também teve repercussões na América Latina) é liderado por sujeitos modernos/ocidentais que buscam uma espiritualidade que abarca diversos saberes como a astrologia, as crenças celtas, o Taoísmo, o Budismo, a ecologia, a psicologia de Jung etc. Desde a perspectiva da Nova Era, todas as religiões existentes são compreendidas como expressões de uma só realidade interior dos seres humanos e todas são igualmente admissíveis, se se parte de uma busca pessoal genuína.

O “Movimento do Potencial Humano” no Oeste dos Estados Unidos, que surge a partir da década de 1970, se constitui como um segmento importante da rede internacional da Nova Era. Assim como a criação da comunidade espiritual Esalen que começa a espalhar ideias relativas à autonomia individual associadas à espiritualidade oriental; ao êxtase e às experiências culminantes; à ampliação da consciência; ao desenvolvimento da sensibilidade; ao movimento não dirigido; à atenção às sensações; ao contato corporal; à atualização das potencialidades; à harmonia com a natureza e à crença na energia universal (CAROZZI, 1999).

Em suma, a autonomia dessa época apresenta três aspectos principais: i) está associada à espiritualidade do Oriente, concebida como oposta às instituições ocidentais; ii) é amadurecida com a incorporação da psicologia humanista<sup>62</sup> de Maslow, quando se individualiza e interioriza, passando a ser concebida como uma liberação do indivíduo dos condicionamentos sociais e culturais; e iii) defende uma adesão permanente a comunidades contraculturais e à aceitação ortodoxa de seu corpo de doutrinas (cultiva-se, portanto, contatos horizontais entre os indivíduos, contrastando com as organizações hierárquicas que concentram informações nos níveis superiores e veiculam doutrinas de cima para baixo) (CAROZZI, 1999).

Outra característica importante a ser ressaltada é a transcendentalização da autonomia. Para Carozzi (1999), pesquisadora de fenômenos religiosos, enquanto movimentos como o feminismo e o ecológico baseiam-se (até então) na libertação das células locais em relação às organizações burocráticas e numa organização em rede entre indivíduos que se reúnem com fins específicos, na Nova Era a autonomia ganha uma nova roupagem. A novidade diz respeito a um indivíduo que deseja ser livre em relação a qualquer aspecto de sua socialização e a qualquer influência ou modelo externo, pois busca-se uma autonomia que se dá por meio do

---

<sup>62</sup> O homem autorrealizado da Psicologia Humanística é “o homem autônomo em relação às necessidades que lhe impõe sua socialização, criando livremente sua vida e seu destino” (CAROZZI, 1999, p. 184).

encontro com a centelha divina, o guia interior, o Eu superior. Evidencia-se, assim, um caráter espiritual e transcendental no âmbito da autonomia.

Ademais, nota-se uma ausência de identificação coletiva que parte de um estilo de discurso ubíquo entre os participantes ativos desse complexo espiritual (quase nenhum integrante do movimento se autoidentifica como “*new ager*”). Dessa maneira, apropria-se de uma identidade completamente anônima que não aceita qualquer tipo de influência externa, muito menos tem intenção de influenciar os outros<sup>63</sup>.

Esse movimento nega de certa forma que as transformações sejam sociais; ao contrário, reclama-se um “agente vago” responsável por qualquer tipo de interferência no indivíduo e/ou no meio social. Sugere-se um lugar ocupado por agentes proclamados como a-sociais, sejam eles naturais, sobrenaturais ou localizados no interior do indivíduo: “o corpo, o Eu superior, o guia interior, a centelha divina – ou que o transcendem e compreendem – a natureza, a terra, o cosmos e suas energias” (CAROZZI, 1999, p. 185).

Para encerrar esta seção, é importante destacar que a criação desse complexo alternativo pela busca da autonomia do sujeito moderno/ocidental, coevolui com debates sociais e políticos. Para citar, em 1972 o rei do Butão, Jigme Singye Wangchuck, introduz a palavra “felicidade” nas políticas do país, desenvolvendo um conceito alternativo ao PIB que pudesse representar melhor o modelo de desenvolvimento que se almejava para a sua nação. Como resultado, nasce o FIB (indicador de “Felicidade Interna Bruta”) que semeia inúmeros questionamentos sobre a aplicação do PIB nos países ocidentais e, conseqüentemente, sobre a relação entre os níveis de receitas e felicidade de uma localidade.

Ainda nesse contexto, E.F. Schumacher lança em 1973 o livro “*Small is Beautiful*”, no qual o autor se inspira no Budismo para buscar um caminho alternativo para a noção de felicidade correlacionada ao prazer, base da filosofia materialista. Para o autor, as pessoas precisam cultivar compaixão, pensamento positivo e confiança; e a sociedade precisa se concentrar mais na educação do espírito.

Resumindo, o que ocorre a partir desse período é uma revisão importante da arte de realizar demonstrações políticas por intermédio da inclusão das manifestações artísticas, espirituais, místicas e até psicodélicas do sujeito moderno/ocidental.

---

<sup>63</sup> Até nos processos terapêuticos, não existe um “certo” ou “errado”, mas sim aquilo que se constitui como o melhor, naquele momento, para o paciente.

### 3.2.2 Sujeito moderno/ocidental do desenvolvimento alternativo (e sustentável)

Na esteira dos acontecimentos que marcam o cenário de questionamento quanto à hipótese de uma suposta carência de capital, tecnologia ou de qualquer outro valor moderno como causa do subdesenvolvimento, propostas alternativas de desenvolvimento começam a ser visualizadas pautadas pela teoria da dependência (baseada no paradigma marxista) que postula que as raízes do subdesenvolvimento se encontravam, na verdade, na conexão entre a dependência econômica externa (dos países da periferia aos países centrais) e a exploração social interna (especialmente as de classe).

De maneira geral, a teoria da dependência fornece os elementos necessários para concluir que o subdesenvolvimento não é uma fase prévia ao desenvolvimento, mas sim, o seu produto – sobretudo, do colonialismo e do imperialismo. O capitalismo (ao promover assimetrias no comércio internacional) torna-se a explicação da situação desigual entre países do sul e do norte, e na verdade atua como um obstáculo ao progresso. Desse modo, enquanto a ideia de desenvolvimento convencional não contempla as situações históricas nem as relações de poder, essa teoria as coloca como imprescindível para compreender a situação desigual dos países (GUDYNAS, 2011) e propor propostas de desenvolvimento alternativo que contemplem as particularidades entre os países do norte e do sul.

Consequentemente, fica evidente que a emancipação dessa fase é impulsionada por uma forte crítica ao sistema capitalista; crítica que propicia a busca por formas (alternativas) de vida que rompessem com as desigualdades características desse sistema, expressas pelas filosofias socialistas, anarquistas e comunistas. Tais linhas teóricas são fundamentais para a desconstrução da ideia de desenvolvimento pautado no progresso constante e linear, tendo as sociedades europeias como o ápice da história da humanidade.

Dentro do rol de propostas de desenvolvimento alternativo, pode-se incluir o tão difundido “Desenvolvimento Sustentável”; conceito que postula um desenvolvimento orientado à satisfação das necessidades humanas por intermédio de um compromisso com as gerações futuras; que se dá mediante uma preocupação com a conservação dos recursos naturais (condição necessária para o crescimento econômico).

Embora a ideia de desenvolvimento sustentável tenha criticado um modelo pautado pela teoria do crescimento, o que se observa é que não houve um rompimento significativo com a mesma. A busca por uma maior eficiência na apropriação dos recursos naturais e o questionamento quanto à distribuição dos benefícios não foi embasada por uma discussão sobre as ideias de “avanço”, “atraso”, “modernização” ou “progresso”, permanecendo ainda a

importância do crescimento econômico como expressão do progresso material (GUDYNAS, 2011).

Logo, apesar do reconhecimento de que as propostas alternativas apresentam um válido questionamento quanto às limitações do crescimento econômico na garantia de felicidade e bem-estar social, autores identificam algumas contradições desse discurso, provocadas sobretudo pela absorção dos ideais revolucionários pelo mercado. Para fins desta pesquisa, vamos explorar a forma como o discurso ambientalista foi absorvido pelo capital, pois torna-se crucial para compreender a herança coercitiva na subjetividade moderno/ocidental que perdura até os dias atuais.

Sampaio e Guimarães (2012) defendem que em cada período histórico coexistem dispositivos<sup>64</sup> que modulam as formas de pensar, perceber e sentir o mundo. A subjetividade é assim engendrada pelos dispositivos que promovem visibilidades e enunciações que definem como os sujeitos se constituem, se veem e se narram. Visto isso, é de suma importância problematizar o que os autores denominam de “dispositivo da sustentabilidade” que está em constante atividade, forjando continuamente subjetividades por meio do domínio do saber e das relações de poder. Esse dispositivo se utiliza de tentáculos (ou linhas) para atravessar os sujeitos modernos/ocidentais mediante múltiplas estratégias, instando-os a falar sua língua, a moldar suas atitudes em conformidade com os discursos que balizam esse dispositivo (SAMPAIO; GUIMARÃES, 2012).

Desse modo, a conjectura da crítica diz respeito ao fato de que o dispositivo da sustentabilidade “esverdeia” seus sujeitos, demandando a produção de um tipo de sujeito disposto a alterar seus hábitos de vida e a se responsabilizar quase que integralmente pela catástrofe ambiental vigente. Denuncia-se outrossim um mercado que se revitaliza, se renova e se expande lucrativamente às custas do discurso ambientalista, conectando a sociedade a essa nova tendência, como se os próprios sujeitos (consumidores verdes) exigissem a produção de um novo conjunto de mercadorias e serviços. Em vista disso, Sampaio e Guimarães (2012, p. 403) evidenciam de que forma o dispositivo da sustentabilidade,

através das suas linhas de subjetivação, conforma modos de existir na contemporaneidade, atuando na produção de sujeitos preocupados com a

---

<sup>64</sup> Os autores partem da noção de dispositivo de Michel Foucault e de Gilles Deleuze para amadurecer a ideia de dispositivo da sustentabilidade. A noção de dispositivo para Foucault refere-se a um conjunto heterogêneo “[...] que engloba discursos, instituições, organizações arquitetônicas, decisões regulamentares, leis, medidas administrativas, enunciados científicos, proposições filosóficas, morais, filantrópicas”. Já Gilles Deleuze enfatiza que “o dispositivo é composto por linhas de diferentes naturezas, que se distinguem em suas dimensões e se articulam aos três grandes eixos desenvolvidos por Foucault em sua obra: o saber, o poder e a subjetivação” (SAMPAIO; GUIMARÃES, 2012, p. 399).

sobrevivência do planeta e, portanto, engajados na fabricação deste “mundo mais verde” por meio de ações cotidianas – especialmente quando consideramos aquelas ligadas ao consumo.

Por conseguinte, o dispositivo da sustentabilidade se usa da imagem de um *ethos* reconhecido e valorizado para convencer a sociedade a se resignificar como consumidora, mas não como uma sociedade que repensa propriamente seus hábitos, seus valores, seu papel na promoção de uma mudança concreta no modelo de desenvolvimento que não é sustentável. Ou seja, trata-se da incorporação dos sujeitos nas linhas de um dispositivo que visa a tornar “sustentáveis, verdes, lucrativas e econômicas não apenas nossas práticas cotidianas, mas nossos próprios corpos, nossos odores, nossas cores, nossas relações, nossas vidas” (SAMPAIO; GUIMARÃES, 2012, p. 404).

A falta de um questionamento mais profundo a respeito da forma de viver que poderia promover uma alteração concreta no projeto hegemônico de desenvolvimento, representa o que Brand (2011) qualifica como um projeto de *transição*, entendido como um conjunto de estratégias e mudança políticas e sociais orquestradas exclusivamente a partir de políticas públicas. Esse tipo de projeto, bastante representativo no debate sobre alternativas na América Latina e Europa e que se apresenta sob os rótulos de “desenvolvimento sustentável” ou “economia verde”, não tem uma capacidade transformadora pois são propostas que agem superficialmente e não na estrutura do capitalismo. Uma proposta de *transformação* seria aquela que não se restringe somente às políticas públicas e as suas estruturas, mas aponta para uma mudança social mais integral e profunda em várias esferas da vida social e com estratégias diversas (BRAND, 2011).

Para Brand (2011), a maioria dos atores representativos de um debate dito alternativo assume que um simples marco político direcionado ao crescimento e à economia verdes – capazes de criar novos mercados, inovações tecnológicas e postos de trabalho “verdes” – será a solução para todos os problemas ecológicos e ainda permitirá que, ao final, todos saiam ganhando (empresas, assalariados e a natureza). No entanto, essas estratégias limitam-se a políticas públicas no sentido de uma transição, não questionando o “modo de vida imperial” nos centros capitalistas, o qual depende e esgota os recursos e o trabalho de outras partes do mundo. O autor acrescenta que a economia verde também não questiona a opressão de gênero ou etnia, que atravessam toda a estrutura de classe.

Em suma, a proposta de desenvolvimento alternativo é um típico projeto de transição que fracassa por não considerar a multiplicidade de fatores socioeconômicos, culturais e políticos, além de não levar em conta uma transformação profunda das estruturas sociais

(BRAND, 2011); mantendo em seu núcleo central o progresso econômico e uma racionalidade instrumental (GUDYNAS, 2011).

Por isso, parece que o ponto chave de reflexão sobre a autonomia do sujeito moderno/ocidental que emerge a partir das propostas alternativas deveria caminhar na direção de uma reavaliação quanto aos processos de pensamento que promovem a objetificação do mundo e às estruturas da racionalidade moderna reducionista e fragmentada (de ordem científica, econômica ou jurídica), onde o sujeito moderno/ocidental foi construído e tem permanecido desde a colonização. Deveria ser reconhecida a existência de uma rede de determinações e sentidos que se interiorizam na subjetividade, na qual ocupa lugar central a configuração das estruturas econômicas: a racionalidade que as organiza, a acumulação originária do capital, a globalização do mercado que sujeita e degrada a ordem da vida.

Ao romper os vínculos com o cosmo e a natureza, as relações de reciprocidade – o dar e receber que forja os laços sociais de identidade e solidariedade –, o ser humano se converte em sujeito igualitário, em objeto para um intercâmbio de equivalentes em valor de sua força de trabalho (LEFF, trad. nossa, 2014, p. 271)<sup>65</sup>.

Além do questionamento sobre uma economia que elimina os atributos do homem, para convertê-lo em trabalho abstrato e energia produtiva (em cálculo de valor), é preciso assumir também que as estruturas econômicas – que determinam o lugar objetivado no mundo e limitam a autonomia do sujeito – atua em conjunto com outras estruturas. Ao mesmo tempo que o sujeito econômico é convertido em força de trabalho; o sujeito político é alienado pela burocracia; o sujeito jurídico é reduzido aos seus direitos individuais; e o sujeito psicológico está limitado às formações do inconsciente. O que existe, portanto, é um sujeito moderno/ocidental que passa a ser um efeito-sujeito das estruturas inconscientes que o determinam; das estruturas simbólicas da cultura; das estruturas de poder na configuração da gramática; das estruturas do discurso e do saber (LEFF, 2014).

Nesse contexto, a emancipação do ser (a des-sujeitificação do eu) exige a desconstrução do pensamento instrumental, da filosofia racionalista e do logocentrismo das ciências – herança do discurso da modernidade, porque a ordem da racionalidade moderna captura e cega o sujeito, “aniquilando sua capacidade de manifestar-se desde seu ser: de seu ser no mundo; seu ser dentro

---

<sup>65</sup> “*Al romper los vínculos con el cosmos y la naturaleza, las relaciones de reciprocidad – el dar y recibir que forja los lazos sociales de identidad y solidaridad –, el ser humano se convierte en sujeto igualitario, en objeto para un intercambio de equivalentes en valor de su fuerza de trabajo*” (LEFF, 2014, p. 271).

da natureza; de ser ante o outro” (LEFF, trad. nossa, 2014, p. 267)<sup>66</sup>. Logo, uma das saídas para esse sujeito dominado e vazio de sentido, é a emancipação por intermédio de uma autoconsciência conquistada pelo exercício da reflexividade.

### 3.2.3 Sujeito moderno/ocidental da modernidade reflexiva<sup>67</sup>

Ao pensar sobre a condição do sujeito na contemporaneidade, de um sujeito que vem sendo desde a colonização oprimido, reprimido e deprimido; de um sujeito cegado por uma realidade cada vez mais incerta e complexa; é quase impossível enxergar a liberdade de sua consciência alienada. Os estudos que se debruçam sobre a subjetividade dessa época, questionam-se sobre as motivações do desejo de vida e que mobilizam a ação social de um sujeito que se diz contemporâneo, mas que ainda permanece preso às malhas da modernidade. Questiona-se as razões que podem justificar certas condutas autodestrutivas ou emancipatórias; busca-se entender por quais vias se move o sujeito ocidental/moderno para compreender sua condição esvaziada de sentido ante a sobrecarga de imperativos categóricos e de contradições dialéticas (LEFF, 2014).

Nesse momento, perguntas como: “O que fazer? Como agir? Quem ser?”, se tornam centrais para os sujeitos que vivem nas circunstâncias da modernidade tardia. É certo que essas perguntas sempre acompanharam a história da humanidade, por exemplo, no início do século XX Jung já afirma que “em tempo algum, meditar sobre si mesmo foi uma necessidade tão imperiosa e a única coisa certa” (JUNG, 1980, p.04); e no final desse mesmo século, Roszak (1972) salienta que a humanidade vive numa época em que a experiência de ter uma identidade pessoal a descobrir, um destino pessoal a realizar, tornou-se uma força subversiva da maior importância. No entanto, parece que só a partir da modernidade reflexiva difundiu-se amplamente tal necessidade de assumir um trabalho de autoconhecimento como um compromisso do indivíduo com a sua vida e com a própria realidade social.

As características dessa época se assemelham muito com o impulso reflexivo iniciado na contracultura e no movimento da Nova Era. O trato com uma espiritualidade interior impulsiona questões existenciais, bem como uma intensificação da auto-observação,

<sup>66</sup> “[...] *aniquilando su capacidad de manifestarse desde su ser: de su ser en el mundo; su ser dentro de la naturaleza; de ser ante lo outro*” (LEFF, 2014, p. 267).

<sup>67</sup> O termo modernidade reflexiva é usado por autores como Beck, Giddens e Lash. Outros termos também usados para expressar a contemporaneidade são: alta modernidade e modernidade tardia. Para Leff (2014), tal diversificação de nomenclatura, modernidade reflexiva ou tardia, não dissolve o núcleo central da racionalidade da modernidade que ainda é causadora da crise socioambiental e tampouco é capaz de abrir a imaginação sociológica para uma nova ordem social que rompa com a hegemonia da modernidade.



autocuidado, autotransformação, autorrealização e da autoterapia. Assim, o sujeito da pós-modernidade volta a se questionar sobre o “ser” e sobre a vida diante de um mundo em crise, não somente como uma indagação ontológica e existencial, mas

como um imperativo de sobrevivência, como o desejo de reviver a mesma vida, e de restaurar a vida dentro das condições da vida, no sentido da imanência da vida (LEFF, trad. nossa, 2014, p. 272)<sup>68</sup>.

Ao longo desse reposicionamento individual e social do sujeito moderno/ocidental, as atividades terapêuticas ganham destaque. Para Giddens (2002, p. 38), a terapia faz parte de um sistema especializado profundamente imbricado no projeto reflexivo do eu, visto que quando a modernidade rompe com o referencial da pequena comunidade e da tradição (que, de alguma forma, protegem e apoiam o indivíduo) este “se sente privado e só num mundo em que lhe falta o apoio psicológico e o sentido de segurança oferecidos em ambientes mais tradicionais”. Por isso, a terapia passa a ser valorizada, se tornando “uma versão secular do confessionário”.

Essa fase de intensa busca individual abre espaço para uma libertação de contextos que antes eram veementemente reprimidos. Como exemplo, Martins (1999) cita a libertação do corpo físico do sujeito que no auge da modernidade representa um forte instrumento de poder e riqueza obtido por uma rigorosa disciplinaridade – a imagem do corpo moderno é a de uma ferramenta de trabalho; no caso do corpo masculino vincula-se à reprodução do capital, e o do corpo feminino à reprodução da família. Já na alta modernidade, esse corpo acaba sendo redescoberto “como lugar de conforto e de emancipação do desejo” (MARTINS, 1999, p. 85), iniciando-se um movimento contra o racionalismo instrumental que busca eliminar as emoções, as fantasias e a imaginação. Desse modo, o corpo-instrumento dá lugar a um corpo-linguagem que valoriza as emoções, os desejos, o prazer e o lúdico<sup>69</sup>.

Os meios utilizados para despertar esse corpo-linguagem, que se torna parte fundamental da reflexividade da modernidade, dizem respeito principalmente a exercícios corporais que incentivam a pessoa a “sentir” as mensagens que o corpo está passando para ela, de forma que o corpo adquira os atributos de um agente autônomo de cuja ação, o indivíduo é apenas testemunha. Como consequência, o corpo autonomiza-se da mente – o corpo-agente, inconsciente de seu condicionamento social, vê-se assim como fonte de um agir autônomo

---

<sup>68</sup> “[...] como un imperativo de supervivencia, como el deseo de revivir la vida misma, el de restaurar la vida dentro de las condiciones de la vida, en el sentido de la imanencia de la vida” (LEFF, 2014, p. 272).

<sup>69</sup> “Como o eu, o corpo não pode mais ser tomado como uma entidade fisiológica fixa, mas está profundamente envolvido na reflexividade da modernidade. [...] O próprio corpo foi emancipado – condição para sua reestruturação reflexiva” (GIDDENS, 2002, p. 201).

liberado não somente da autoridade de um mestre/professor/terapeuta, mas também da mente do próprio aluno/paciente.

A implicação disso é que a partir do momento que os sujeitos são capazes de se libertar das culpas e medos que os atormentam e aprisionam, o corpo físico se liberta de uma vigilância radical exercida pelas instituições disciplinares<sup>70</sup>. Resultando numa problematização da autonomia e do potencial do sujeito; e na consolidação da ideia de atores sociais capazes de reconfigurar seus modos de vida e a constituir-se, eventualmente, como agentes de mudanças socioambientais.

De que forma isso acontece? Os indivíduos passam a agir conscientemente ante ao mundo em constante mutação, refletem sobre os riscos que surgem nas suas vidas e sobre as opções que o mercado, os avanços tecnológicos e a sociedade de consumo oferecem. Assim, apesar da herança da racionalidade moderna incentivar uma identificação com os símbolos neoliberais, provoca num sentido oposto, identidades de resistência, estratégias emancipadoras e a afirmação de singularidades pessoais e coletivas.

No âmbito do conhecimento acadêmico-científico, observar e validar essa outra perspectiva do sujeito moderno/ocidental promove diferentes esquemas de compreensão na sociologia, especialmente no que tange à superação de uma sociologia que esteve sempre focada no sujeito como um efeito de sujeição, de opressão. A fim de exemplificar essa transformação, Leff (2014) argumenta que a sociologia da ação social se converte, desse modo, na expressão do triunfo da modernidade fundada na autoconsciência do sujeito: Touraine explora o conceito de ator social que é assentado no poder de liberação dos sujeitos encarnados no processo de individualização; Giddens aborda um *self* que ressignifica sua história de vida; e Beck vê nessa individualização a resposta ante as condições incertas que impõe a sociedade de risco (LEFF, 2014). Conseqüentemente, existe um pós-estruturalismo que pretende liberar o sujeito moderno/ocidental das determinações construídas pelos esquemas estruturalistas das Ciências Sociais.

Portanto, o papel de agente mobilizador da mudança social é decorrente de uma revitalização do sujeito induzida pelo imaginário evolucionista da sociedade e do progresso da humanidade e também pelo imperativo de um reordenamento e adaptação social ante um mundo em crise: crise das incertezas, crise da insegurança, crise de sentido, crise socioambiental (LEFF, 2014).

---

<sup>70</sup> “Liberto, o corpo físico aparece como símbolo, veículo e lugar de uma nova ordem cultural e social” (MARTINS, 1999, p. 83).

A título de conclusão desta seção, infere-se que a modernização reflexiva, ao reivindicar direitos humanos, gera uma política identitária que ativa nos sujeitos uma busca pelo seu direito de ser, pelos modos próprios de estar e reafirmar-se no mundo, pelas possibilidades de desenhar seus corpos, de modificar seus gestos, de rearticular seus discursos e de reconstruir suas práticas de vida. Ou nas palavras de Giddens (2002, p. 139): “O ímpeto para o controle, engatado à reflexividade, lança o eu no mundo externo de uma maneira que não tem paralelo claro em tempos anteriores”. Sublinha-se, porém, que os mecanismos que promovem a autoidentidade não esvaziam por completo o ser, como se surgisse um sujeito moderno/ocidental completamente novo. Trata-se simplesmente de remover os antigos apoios nos quais se fundava, permitindo que o “eu alcance maior domínio sobre as relações e contextos sociais incorporados reflexivamente na forja da autoidentidade do que era previamente possível” (ibidem, p. 139).

Logo, estimula-se a desconstrução de conceitos que moldam o “eu” e o ego no processo de racionalização dos seres humanos, abrindo espaço para uma concepção diferente do ser, mais próximo do termo “*self*”. O *self* se configura desde uma subversão às identidades de gênero até a reconstrução das identidades tradicionais numa resistência à globalização econômica, tecnológica, informática e cultural; se configura a partir da racionalização global do ser, da amálgama de identidades interculturais, da hibridação tecnológica do *self*, da ressignificação com a natureza e da abertura e encontro com a outreidade (LEFF, 2014).

### 3.2.4 Sujeito moderno/ocidental do pós-desenvolvimento

Foi visto que a partir da modernidade tardia, passa a ser possível analisar o sujeito para além do paradigma simplificador da modernidade e a considerá-lo em sua complexidade; isto é, como uma subjetividade múltipla de sentidos e que em sua busca pela emancipação particular influencia no coletivo de bem-estar social. E no rol dos sujeitos reflexivos que questionam o processo de subjetificação pautado num modelo de desenvolvimento colonial/moderno/patriarcal/capitalista, há que se incluir os povos tradicionais, que ofertam um abandono da tradição de intelectualidade secular, cética, que se constitui durante trezentos anos como a base do pensamento técnico-científico no Ocidente.

Antes de tratar especificamente sobre a contribuição desses povos, faz-se mister introduzir a proposta de “alternativas ao desenvolvimento” que traz esses sujeitos como os possíveis protagonistas de outro projeto de emancipação.

O conceito de pós-desenvolvimento surge para abrir espaço discursivo a diferentes formas de descrever a realidade dos continentes asiático, africano e latino-americano; menos pautadas por premissas de subdesenvolvimento e que permitam inclusive o fim da ideia de desenvolvimento. Dessa forma, a proposta de “desenvolvimento alternativo” cede lugar à ideia de “alternativas ao desenvolvimento”<sup>71</sup>. Pois, para os pós-desenvolvimentistas, embora o pensamento classificado como desenvolvimento alternativo questionasse o modelo que provocou o enfraquecimento da participação democrática; a distribuição desigual dos recursos e produtos; e a agressiva exploração do meio ambiente, os binômios formados a partir do termo “desenvolvimento” (desenvolvimento participativo, sustentável, alternativo) não representam de fato uma alternativa, mas fazem parte do mesmo discurso.

Para Sousa Santos e Rodríguez (2005), é fato que algumas das propostas desse grupo mais recente, coincidem com as dos defensores do desenvolvimento alternativo – por exemplo, a ênfase no local e a promoção da autonomia comunitária. No entanto, um fator bastante distinto promove a diferença entre ambas, que passa pela radicalização da crítica à noção de crescimento, visto que a proposta de alternativas ao desenvolvimento prevê que o crescimento econômico é impossível de ser sustentado sem causar a destruição das condições de vida sobre a Terra. Logo, seguindo uma tradição de pensamento e ação que teve suas manifestações na luta contra o colonialismo, buscam a rejeição total ao paradigma do desenvolvimento econômico (SOUSA SANTOS; RODRÍGUEZ, 2005).

Desse modo, a contribuição que esse movimento oferece é uma solução que passa pela ação de: (1) rechaçar o rótulo de “subdesenvolvidos” e reconhecer as múltiplas formas de organização social e econômica que existem; (2) questionar a herança colonial e patriarcal que se arrasta ainda sob alguns territórios sob a forma de extrativismo, consolidando a dependência dos países exportadores de matéria-prima; e (3) problematizar um desenvolvimento entendido hegemonicamente como um processo linear, ininterrupto, associado à dominação da natureza e reduzido ao acúmulo incessante de mercadorias, como indicador de qualidade de vida.

---

<sup>71</sup> O início do debate se deu em meados da década de 1980 e 1990, por um grupo de pensadores de diferentes países, como Gustavo Esteva e Ivan Illich no México; e Arturo Escobar na Colômbia. Apesar de ter permanecido estagnado durante alguns anos, há sinais de que o movimento está ressurgindo. Miriam Lang (que impulsionou o Grupo Permanente de Trabalho sobre Alternativas ao Desenvolvimento) cita várias redes que começaram a trabalhar em torno das alternativas ao desenvolvimento recentemente: Centro latino-americano de Ecologia Social, no Uruguai; o Coletivo Vozes de Alerta, na Argentina; a Redge e o Programa de Transformação e Democracia Global, no Peru; e o escritório andino da Fundação Rosa Luxemburgo, no Equador (LANG, 2016). O movimento das alternativas ao desenvolvimento sublinha que é preciso reconhecer outras racionalidades, podendo até recorrer aos povos originários (culturas nascidas com base na relação ancestral com os ciclos da natureza) para extrair ideias para se pensar concretamente um modo de vida que não carregue as noções que acompanham o conceito hegemônico de desenvolvimento.

Mas para conquistar tal transformação é imprescindível se ancorar em outra racionalidade que não esteja contaminada pela lógica materialista e utilitarista dos sistemas de vida. Racionalidade que está presente no modo de viver dos povos tradicionais.

Os sujeitos subalternos da América Latina propõem outro ponto de vista e apresentam uma proposta completamente inovadora no que tange à transgressão do sujeito moderno/ocidental. Em primeiro lugar, esses povos vêm tentando demonstrar os diversos feixes de poder que perpassam seus corpos<sup>72</sup>; arrancando-os de suas divindades, terras, práticas, instituições e de suas próprias vidas. A partir da denúncia dessa violência inerente ao surgimento de um sujeito moderno revela-se a colonialidade do ser (DUSSEL, 1994), eixo primordial na construção da modernidade universalizante que insiste em ocultar as peculiaridades dos grupos marginalizados, explorados e dizimados.

Em segundo lugar, ao lado dos sujeitos da contracultura, da Nova Era e reflexivos antes esboçados, esses povos decoloniais anseiam por um reconhecimento da influência de culturas pautadas na diferença e não no universalismo, que carregam uma visão de ser humano enquanto parte de uma organização comunitária e não individualista; culturas que, embora rechaçadas e oprimidas, permanecem reexistindo e se reinventando, principalmente na América Latina.

As comunidades tradicionais resistem principalmente porque sobrevivem (GROSGOUEL, 2008), lutando para manter sobre a terra uma relação de pertencimento. O modo de vida desses povos informa um conjunto de saberes e experiências que colocam esses atores sociais como guardiões da diversidade biológica, cultural e social (ISAGUIRRE-TORRES; FRIGO, 2013, p. 8). Assim, além de expressar formas de resistência essas comunidades também ressignificam a cultura hegemônica, ao exercer influência mediante outras propostas de civilização.

A fim de estruturar a voz desses povos, nasce no contexto do pós-desenvolvimento, propostas como o “*buen-vivir*”<sup>73</sup> em busca de reunir e reconhecer as diferentes visões de povos marginalizados, por intermédio dos eixos da relacionalidade e complementariedade entre todos os seres vivos (ACOSTA, 2016, p. 74). Os termos *sumak kawasay* (em kichwa) ou *suma*

<sup>72</sup> Foi visto na seção sobre a modernidade colonial, como o corpo dos sujeitos colonizados passa a ser conceituado como algo essencializado, meramente biológico e a-histórico. A objetificação dos corpos brancos e não brancos decorreu da construção de uma ideia de indivíduo que parte de visões de mundo centradas em uma idealização de “Ser” do homem, ou seja, de uma “natureza humana”.

<sup>73</sup> O “*buen-vivir*” carrega os seguintes pontos estruturais: a) se aproxima da proposta de alternativa ao desenvolvimento; b) propõe uma transição do antropocentrismo para o biocentrismo; c) trata-se de um modo de “desenvolvimento” vivido pelos indígenas, mas que foi sendo perdido durante o processo de modernização e colonização; d) não existe consenso teórico sobre seu conteúdo; e) acusa o pós-extratativismo e denuncia o capitalismo objetivando a construção de uma sociedade pós-capitalista e pós-colonial; e e) reivindica uma cosmovisão, pluriverso.

*qamaña* (em aymará), ambos traduzidos frequentemente como *buen-vivir*, é a chave da cosmovisão dos povos originários do Equador e da Bolívia, uma noção que expressa o modo de existência ancestral dos povos andinos, pautado numa relação harmônica com os ciclos naturais, com o cosmo e com a história, respeitando todas as formas de existência.

O *buen-vivir* ultrapassa a perspectiva de “viver melhor” e colide diretamente com o individualismo e o dualismo entre ser humano e natureza que estrutura a modernidade (ACOSTA, 2016, p. 83); consiste portanto numa proposta ancorada na solidariedade e no reconhecimento das civilizações que sobrevivem ao Estado moderno. Ao lado da interculturalidade, versa sobre uma profunda reformulação no campo do ser, do saber, do poder, propondo um novo espaço epistemológico que incorpore tanto conhecimentos indígenas como ocidentais, porém tendo em mente a colonialidade do poder e a diferença colonial imposta aos conhecimentos não ocidentais, pela construção de outra civilização (WALSH, 2007, p. 52).

Dessa forma, o *buen-vivir* é sobretudo um horizonte de sentido, um indicativo de que é possível transitar para outros modos de vida e formas civilizatórias não aprisionadas na modernidade e no desenvolvimento hegemônico, expressados (em sua forma mais radical) no capitalismo, embora não unicamente. Não se trata de um modelo ou um projeto claro, mas de um sentido que exige capacidade de construir, inventar, criar e permitir a germinação do existente, que reconfigura a dominação de outros horizontes. Para Hidalgo-Capitán (2012), essas novas formas civilizatórias demandam diversidade e pluralidade, por isso não permite falar de um modelo a ser seguido; trata-se antes de um vocabulário territorial, partindo de uma ontologia mais que de uma epistemologia, uma ontologia relacional onde o conflito é o ponto de partida.

Fazendo um paralelo com as demais propostas de emancipação citadas nas seções anteriores, os defensores do *buen-vivir* estão alinhados ao movimento da contracultura por postular uma crítica ao mundo materialista, ler as demandas ecológicas respaldados em argumentos morais e opor-se à determinação social das identidades por meio do mercado; se aproximam do movimento *New Age* ao estruturar-se nos cultos originários dos povos tradicionais americanos e também contestar a instrumentalidade e o pragmatismo dominante mediante a revitalização da dimensão transcendente; e emprestam ao sujeito reflexivo diferentes formas terapêuticas de autoconhecimento, que a partir de racionalidades específicas, permitem ao sujeito moderno/ocidental confrontar sua identidade a partir de pontos de referência bastante distintos.

É importante salientar que o pós-desenvolvimento não diz respeito apenas ao *buen-vivir* e aos povos tradicionais, as alternativas ao desenvolvimento ultrapassam qualquer modelo,

campo acadêmico e esfera estatal – elas se manifestam em práticas sociais e individuais que, desde dentro do capitalismo, propõem um tensionamento do mesmo (não necessariamente rumo ao socialismo porque não parte do Estado). Portanto, refere-se a uma proposta de transformação das estruturas de mercado para estruturas não mercantis, para depender cada vez menos do sistema global.

Logo, representam formas econômicas que se assentam numa ideia de reciprocidade, de relacionalidade, da satisfação das necessidades e não dos desejos baseados na falta. Uma proposta completamente distinta que é inspirada na cosmovisão dos povos tradicionais, mas que está sendo trabalhada também no ambiente urbano. Sousa Santos (2014) cita como exemplo desse movimento: o *Buen-vivir*, a Economia Solidária, a Soberania Alimentar, a Agroecologia, a criação de moedas locais; entre outras iniciativas que surgem nos ambientes rurais e urbanos por meio da organização de bairros, grupos sociais, vizinhos, agricultores, indivíduos, amigos, municípios, que promovem como consequência, uma democracia mais participativa. Em suma, as diversas correntes que buscam pelas alternativas ao desenvolvimento compartilham dos seguintes princípios:

a colaboração em vez da concorrência que o capitalismo promove; a valorização da convivencialidade; a importância da autonomia, da autogestão e dos processos construídos localmente a partir de baixo; o respeito à diversidade e o valor central da deliberação; a democratização da economia e da tecnologia; a transformação da propriedade privada em propriedade social (que não é o mesmo que propriedade estatal) ou em comuns; a soberania alimentar; a solidariedade e a reciprocidade (LANG, 2016, p. 34).

Princípios estes que dão espaço ao pós-estruturalismo, ao pós-desenvolvimento e ao pós-extratativismo, conceitos que convidam um repensar sobre o relacionamento entre os seres humanos e a natureza, de forma a favorecer uma vida que flua para todos e para todas, não somente para os seres humanos, mas igualmente para outras formas de vida com base numa noção de redistribuição orientada à igualdade, equidade ou harmonia entre os diferentes. Parte-se do princípio que a relação entre seres humanos e natureza é um dos dispositivos mais fortes para desconstruir as lógicas do desenvolvimento e do crescimento ilimitado.

### 3.2.5 Sujeito moderno/ocidental ecológico ou *self* ecológico

Por fim, para encerrar a discussão sobre a configuração do sujeito moderno/ocidental no decorrer das múltiplas facetas do desenvolvimento e os seus diversos projetos de



emancipação, faz-se mister abordar o surgimento da noção de *self* ecológico que emerge no contexto do ambientalismo e da psicologia, e promove implicações diretas no debate sobre desenvolvimento.

Conforme observamos ao longo deste capítulo, crenças antropocêntricas dominantes nas sociedades modernas são incoerentes com a ideia de interdependência entre sociedade e natureza. Não obstante, desde a década de 1990, ramos da psicologia têm dedicado uma atenção especial para a relação sujeito, sociedade e natureza; e como fruto dos amadurecimentos obtidos nesse campo do conhecimento, desenvolvem-se conceitos como: “Inconsciente Ecológico”, “Ego Ecológico”, “Ecopsicologia”, “Sabedoria Ecológica” e “Ecosofia”. Nesta seção, vamos explorar algumas das premissas básicas desses conceitos para entender como a psique se comporta no contexto da crise socioambiental.

Simplificadamente, o conceito de inconsciente ecológico emerge no fundamento da ecopsicologia<sup>74</sup> partindo do reconhecimento de que é necessário compreender as pessoas como atores conectados a um campo planetário que molda e é moldado pelo sistema biosférico. Significa dizer que as pessoas são emocionalmente conectadas à terra ou que existe na psique humana um inconsciente ecológico (ROSZAK, 1995). Esse conceito integra pessoa, sociedade e natureza; e na dimensão subjetiva, ele é a presença da natureza na psique, se expressando “para o mundo natural com a mesma disposição ética normalmente reservada aos humanos” (CARVALHO, p. 23, 2013).

Uma expressão clara da supressão do inconsciente ecológico é a vida encerrada entre quatro paredes das crianças, jovens e adultos das grandes metrópoles. A troca do contato direto com a natureza por uma relação íntima com o universo das novas tecnologias e do mundo construído artificialmente, agrava a desconexão com o mundo natural. Logo, a ideia de repressão do inconsciente ecológico tem uma relação direta com o “Transtorno de Déficit de Natureza”, que é a falta do estímulo de vínculos entre o sujeito e a natureza. O que significa dizer que a repressão da conexão do ser humano com a natureza representa uma “meta-patologia que abrange a totalidade da cultura dominante, expressando-se nas estruturas de produção, consumo e descarte; nas estruturas de poder e dominação; nas religiões etc.” (CARVALHO, p. 29, 2013).

Contudo, a contribuição da ecopsicologia vai além do reconhecimento de um “Transtorno de Déficit de Natureza” nas sociedades modernas/ocidentais; esse conceito convida à reflexão de que é possível traduzir as atitudes dos humanos com o meio ambiente

---

<sup>74</sup> A Ecopsicologia surge como uma proposta de conciliar o debate da Psicologia com a Ecologia.

natural como projeções dos desejos e necessidades inconscientes. Precisamente porque os humanos adquiriram o poder de imprimir seus desejos no meio ambiente: “o planeta se tornou como uma tela psiquiátrica branca na qual o inconsciente neurótico projeta suas fantasias” (ROSZAK, trad. nossa, 1995, p, 05)<sup>75</sup>.

Assim, essas premissas provocam uma inevitável reviravolta no campo da psicologia e da ecologia. Primeiro porque não havia tal possibilidade de enxergar o modo como o planeta é abusado como uma consequência da psique individual; e, por outro lado, porque a psicologia clássica estava acostumada a limitar as terapias ao território urbano, não considerando que a “falta” da natureza na vida do sujeito poderia ser motivo para o desenvolvimento de neuroses. Para mudar esse cenário limitado, uma nova geração de psicoterapeutas está propondo caminhos nos quais a própria psicologia pode contribuir com a crise ambiental; em outras palavras, os psicólogos começam a atuar em conjunto com os ecologistas, promovendo uma profunda mudança no coração e mente dos seres humanos.

Uma vez compreendidos os fundamentos da ecopsicologia, é fundamental incluir uma ponderação realizada por Roszak (1995) que permite conectar essa discussão com os demais projetos de emancipação citados no decorrer deste capítulo. O autor coloca sabiamente que apesar da ecopsicologia ser considerada uma abordagem contemporânea, ela nada mais é do que a manifestação de um saber que sempre existiu no seio das sociedades tradicionais. Afinal, o que representa a sabedoria dos anciões curadores senão o próprio exercício da ecopsicologia? Nas sociedades tradicionais os curadores não conheciam outro modo de curar a não ser por intermédio de um trabalho que considerasse a reciprocidade ambiental.

Portanto, voltamos novamente para a contracultura, a Nova Era, o debate das “alternativas ao desenvolvimento” e o “*buen-vivir*”; porque, ao fim, todas essas propostas estão de certa forma conectadas pela demanda mais abrangente que é o despertar de uma cosmovisão e de uma ecologia dos saberes.

Especificamente no contexto da psicologia, o desafio que a ecopsicologia apresenta é o de superar o abismo que existe entre a psicoterapia da sociedade industrial e o conhecimento psicoterápico tradicional; pois: “Em nossa cultura, ouvir as vozes da Terra como se o mundo não humano sentisse, ouvisse, falasse seria visto como a essência da loucura para a maioria das pessoas” (ROSZAK, trad. nossa, 1995, p. 07)<sup>76</sup>.

---

<sup>75</sup> “[...] *the planet has become like that blank psychiatric screen on which the neurotic unconscious projects its fantasies*” (ROSZAK, 1995, p, 05).

<sup>76</sup> “*In our culture, listening for the voices of the Earth as if the nonhuman world felt, heard, spoke would seem the essence of madness to most people*” (ROSZAK, 1995, p. 07).

Isso se dá devido ao julgamento do conhecimento tradicional como sentimentalista, romântico e até louco pela psicoterapia moderna/industrial/ocidental (postura tão necessária para o avanço da civilização industrial e que representa a própria mutilação psíquica dessa sociedade). Não é por acaso que a terra começa a ser, desde a colonização, uma coisa morta e servil que não tem sentimento, memória ou intenção própria. E assim, com total autoridade, a ciência moderna/ocidental de racionalidade instrumental exclui as formas de psicoterapias tradicionais como potenciais recursos de cura. Tal postura de desqualificação de um sistema de práticas que se ancora em outro tipo de episteme é indicativa do que Sousa Santos (2007) caracterizou como epistemicídios – o ato de desqualificar diferentes formas de saberes, provocando uma monocultura de saberes<sup>77</sup>.

Por conseguinte, a proposta da ecopsicologia não desafia somente a capacidade de estabelecer uma reconexão da cultura com a natureza, ou de resistência dos sujeitos sociais ante os imperativos categóricos de uma globalização que avassala a vida e subjuga a subjetividade pelas relações de dominação, exploração e exclusão; mas desafia a possibilidade de resistência do ser cultural. Relaciona-se, desse modo, com o conceito de *self* ecológico, que é aquele sujeito que configura sua identidade a partir do reconhecimento sobre o direito de ser das pessoas e dos diferentes povos do mundo; de uma abertura a saberes (próprios ou não) que orientam novas estratégias de apropriação da natureza e de construção de mundos de vida.

A abordagem sociológica de um *self* ecológico, elucidada por Leff (2014), pontua que não há subjetificação fora das condições socioambientais de existência: do mundo social, dos processos ecológicos e do espaço territorial, estes são fundamentais para a construção dos mundos de vida. A busca identitária remete, nesse contexto, à conexão dos sujeitos para além do seu próprio ego, a uma identidade que se define diante da outreidade como reconhecimento de um frente ao outro; e na raiz de suas condições ambientais, culturais, territoriais e de existência. As identidades escapam da identidade formal, do sujeito sujeito pelas estruturas ou capaz de governar sua existência, para reconfigurar-se no âmbito da complexidade ambiental, desde a tecnologização da vida e em sua reconexão com a natureza (LEFF, 2014).

Ao que parece, ambas as abordagens (ecopsicológica e sociológica) defendem que o que está em jogo na reflexão do sujeito desde a perspectiva do ambientalismo é a formação de um sujeito que repensa a sua relação com o mundo que habita partindo dos seus imaginários de vida; da reinvenção de suas identidades e de seus processos de reterritorialização; do seu encontro com a outreidade cultural, por meio de uma política da diferença. Portanto, a crise

---

<sup>77</sup> Monocultura de saberes é um termo cunhado por Boaventura de Sousa Santos para se referir à prática moderno/ocidental de desqualificar saberes que não são validados pelo conhecimento acadêmico-científico.

ambiental provoca uma dissolução do sujeito para a construção de um ser cultural, desde a significação de seus imaginários e a reconfiguração de suas identidades.

Por fim, entende-se que a partir da complexidade ambiental emergem identidades híbridas que se forjam numa outra relação entre o real e o simbólico, entre o ser do mundo e o ser no mundo, na relação do ser com o outro, no encontro de seres culturais diferenciados e diversos. Sugere-se identidades que se configuram mediante estratégias simbólicas que criam novos territórios de vida. Assim, consolidado na complexidade ambiental, objetiva-se a construção de um ser constituído “por sua história, para o inédito, o impensado, o possível; para uma utopia arraigada na potência do real e do simbólico; construída desde os potenciais da natureza e dos sentidos da cultura” (LEFF, trad. nossa, 2014, p. 298)<sup>78</sup>.

### 3.3 AS MÚLTIPLAS TRANSFORMAÇÕES DO SUJEITO MODERNO/OCIDENTAL

Para encerrar este capítulo, elaboro nos próximos parágrafos uma tentativa de sintetização e, naturalmente, de explorar um elo comum entre todas as propostas de emancipação apresentadas.

Vimos como o sujeito moderno/ocidental, desde a colonização, esforça-se para encontrar seu lugar entre as diversas teorias e políticas desenvolvimentistas que têm a tendência de lhe indicar um modo único, linear e hegemônico de vida. Por vezes fica preso e restrito às malhas da modernidade industrial e da racionalidade instrumental; em outros momentos se perde nas saídas enviesadas da proposta de desenvolvimento alternativo (sustentável); ou ainda tenta se encontrar a partir da relação com o outro e consigo mesmo ao aderir propostas alternativas ao desenvolvimento e práticas terapêuticas.

Independentemente do sucesso ou fracasso desses movimentos de associação e dissociação aos discursos de desenvolvimento e retomando a reflexão do início do capítulo sobre o caráter (social e individual) da revolução, vimos que de fato a revolução parte de todos os lados, não dependendo exclusivamente de um ator (o partido, o proletariado), de uma única ação (a tomada do poder) e/ou de um só núcleo social (os meios de produção). Ao contrário, a revolução emerge “de uma multiplicidade de mudanças/transformações/revoluções simultaneamente autônomas e interdependentes, e em todos os domínios (incluindo o do pensamento)” (MORIN, 2010, p. 51).

---

<sup>78</sup> “[...] *por su historia, hacia lo inédito, lo impensado, lo posible; hacia una utopía arraigada en la potencia de lo real y lo simbólico; construída desde los potenciales de la naturaleza y los sentidos de la cultura*” (LEFF, 2014, p. 298).

E mesmo que exista um pessimismo em relação ao que acontece a partir da modernidade tardia, ao constatar-se que: “quando a estratégia de “voz” coletiva não é completamente abandonada, é amplamente negligenciada em favor de estratégias de “saídas” individuais” (MARTUCCELLI, trad. nossa, 2010, p. 55)<sup>79</sup>; fica claro que há sim sinais de conquistas ao redor do nascimento desse “*individuo, demasiado individuo*”. A exploração de um sujeito desligado de um projeto político mais amplo e que não concebe sua identidade de maneira monolítica e monocultural (desde uma classe, um gênero ou uma raça), favorece para que as minorias consigam ter seus direitos legitimados pela lei e sejam incluídas no Estado, ao mesmo tempo que permite o reconhecimento de que existe, mesmo dentro das comunidades, a individualidade<sup>80</sup>. Nesse cenário, assiste-se a uma dialética entre a afirmação dos direitos minoritários e as aspirações democráticas individuais.

Conclui-se, portanto, que é preciso considerar que haverá maior sucesso se as ações coletivas de emancipação forem entendidas para além da relação entre pessoas e coisas; e que alcançar uma situação de equidade material não será anterior à revolução (psíquica/emocional/espiritual) do sujeito, mas sim concomitante, pois na medida em que o sujeito se transforma e emancipa, o campo coletivo também é transformado e emancipado<sup>81</sup>. Ou nas palavras de Morin (2010, p. 50), a (r)evolução da humanidade virá “do feminino, do masculino, do juvenil, do adulto, do idoso, do planetário, do intelectual. Ela virá de miríades de transgressões confluindo em sinergia geral”.

E o que conecta a Contracultura, a Nova Era, o *Buen-Vivir*, a Ecopsicologia e o *Self Ecológico*? Defendo que o ponto em comum entre tais propostas de emancipação tem a ver principalmente com a criação de um diálogo de saberes, onde a racionalidade instrumental não é excluída, mas dialoga com outras racionalidades (próximas talvez dos saberes compartilhados pelos povos tradicionais, sejam eles ocidentais ou orientais). Esse diálogo é visto como a chave para o sujeito moderno/ocidental encontrar meios de construir uma identidade mais liberta e plural, promovendo uma individualidade da diferença.

Como consequência, em resposta à um sujeito moderno/ocidental que exclui, classifica, divide, julga e restringe direitos; emerge um sujeito que se mantém sob o título de

---

<sup>79</sup> “[...] cuando la estrategia de “voice” colectiva no es abandonada del todo, es ampliamente descuidada en favor de estrategias de “exit” individuales” (MARTUCCELLI, 2010, p. 55).

<sup>80</sup> Por muito tempo negou-se a existência de um conjunto de vozes livres dentro das comunidades – ou seja, que por trás das identidades coletivas, se afirmam cada vez mais estratégias individuais.

<sup>81</sup> Trata-se de uma atitude de reconhecer que o sujeito não é passivo, pois ao forjar suas autoidentidades, ao enfrentar problemas pessoais, os indivíduos contribuem ativamente para reconstruir o universo social à sua volta – influências sociais que são globais em suas consequências e implicações. Por isso, os problemas, sofrimentos e as crises pessoais não devem ser deixados de lado quando se busca por um panorama social sobre temas como a modernidade, o desenvolvimento e o meio ambiente.

“moderno/ocidental”, mas que procura agregar, unir, reconhecer e partilhar. Observa-se, nesta postura, uma cosmovisão e cosmoprática – uma perspectiva da inclusão em contraposição ao dualismo, na qual emergem indivíduos mais receptivos à ideia de que não existe apenas um caminho, uma verdade, um sistema de conhecimento e/ou um modo de vida; e mais dispostos à extrapolar os limites de significação impostos pela cultura moderna, abrindo-se ao campo dos sentidos ao invés de afirmar a tradição dominante.

E a implicação no modelo hegemônico de desenvolvimento dessa heterogeneidade de saberes que permite uma ressignificação identitária do sujeito moderno/ocidental é que com ela toda uma visão dominante de progresso social e humano começa a ser questionada; toda justificativa em favor do domínio do homem sobre a natureza é revista; toda visão de mundo que divide matéria e espírito não pode mais ser sustentada; e toda teodiceia que serviu ao Ocidente por mais de dois mil anos passa a perder o seu controle. Nesse sentido, constata-se que é no coração do Ocidente que a “ocidentalização” está enfrentando seu maior desafio; e parece “inevitável que tal mudança revolucionária na visão de mundo dominante anuncie, por sua vez, uma nova consciência ética<sup>82</sup>” (CAMPBELL, 1997, p. 20).

---

<sup>82</sup> Segundo Campbell (1997, p. 13), o processo de “Orientalização do Ocidente” não se restringe a uma mera virada para o Oriente, mas se dá “por uma “volta” mais radical às tradições religiosas que o próprio Ocidente derrotou”. Acrescenta ainda que o paradigma cultural que tem sustentado a prática e o pensamento ocidental pelos últimos dois mil anos está sofrendo uma profunda substituição pelo paradigma que tradicionalmente caracterizou o Oriente. Assim, a ética a conduzir a conduta da sociedade ocidental no século XXI, provavelmente será congruente com essa nova teodiceia emergente.

#### 4. A MEDITAÇÃO E SUA MATRIZ CONCEITUAL

No capítulo de metodologia foi brevemente esclarecido que um estudo sobre meditação jamais deve ser descolado das bases filosóficas que lhe dão sentido, porque de forma alguma a meditação trata-se de uma disciplina independente. Esclareceu-se também que para definir essa prática, seria usada a matriz conceitual budista devido à minha familiaridade com essa tradição. Por isso, este capítulo se dedica a explorar a meditação sob a perspectiva do Budismo, que define os problemas que ela procura solucionar, bem como o objetivo para o qual se direciona.

Para operacionalizar esse esforço, primeiramente é necessária a obtenção de um certo conhecimento sobre o Budismo (mesmo que superficial e generalista), o que me leva a iniciar o capítulo com uma explanação geral sobre os principais valores que compõem essa religiosidade de origem oriental. Posteriormente são introduzidos conceito, finalidades e técnicas da meditação, bem como são elucidadas algumas fragilidades que a “versão ocidental” da prática carrega, justamente por se afastar do seu núcleo ético original. Por fim, o capítulo é encerrado com uma explicação de como a purificação da mente<sup>83</sup> ocorre por meio da prática constante e regular da meditação.

Faz-se mister salientar que e a tentativa de compreensão de outra episteme implica na perda de qualidades essenciais que comprometem sua complexidade<sup>84</sup>. Logo, assumo que há limitações no esforço empreendido aqui de traduzir o Budismo, já que resulta de uma atitude orientada por uma mentalidade essencialmente moderno/ocidental. Portanto, em meio à dificuldade de me manter completamente fiel a um conhecimento tão complexo, reconheço que o resultado obtido é uma simples descrição dos preceitos éticos budistas que acompanham o tema da meditação – lampejos que podem iniciar um clareamento sobre o assunto, mas que está longe de concluir.

---

<sup>83</sup> Apesar de haver uma confusão comum entre mente e cérebro, adianta-se que para o Budismo são duas coisas diferentes, metaforicamente o cérebro é como o *hardware*, faz parte do corpo, enquanto a mente é o *software* do ser humano. Assim, de forma geral, a mente é composta por quatro componentes (partindo da mais periférica para o centro): camada da percepção; camada do registro sensorial; camada central de processamento; e camada cognitiva (DHAMMAKAYA OPEN UNIVERSITY, [20- ?]).

<sup>84</sup> Jung e Wilhelm (2017) expressam encontrar uma enorme dificuldade ao tentarem se apropriar do conhecimento do I-Ching, motivo pelo qual defendem que a tentativa de traduzir a religiosidade oriental para a compreensão da racionalidade ocidental/moderna/científica é uma tarefa praticamente impossível de se realizar, já que a mentalidade ocidental é incapaz de operar sob a mesma perspectiva que a oriental (e vice-versa).



#### 4.1 O BUDISMO (*BUDDHADHAMMA*)

O Budismo é uma palavra fundamentalmente ocidental, no Oriente o termo original é *Buddhadhamma*, que em sânscrito está composto das palavras: *Buddha* “o desperto”, e *Dhamma*<sup>85</sup> “assunto, fenômeno”; combinação que significa: “o assunto do despertar” (BUSTAMANTE, 2004).

O conhecimento transmitido pelo Budismo resulta da autoiluminação adquirida pelo príncipe Siddhartha Gautama há estimados 2.500 anos<sup>86</sup> na Índia. Basicamente, os ensinamentos do *Buddha* se fundamentam na “*Triple Gem*<sup>87</sup>”: 1) *Lord Buddha*; 2) *Dhamma* ou os ensinamentos do *Buddha*; 3) e *Sangha* ou os discípulos de *Buddha*. Os ensinamentos do *Buddha* (ou *Dhamma*) tratam sobre as “Nobre Verdades” e o modo correto de viver a vida para beneficiar todos os seres e não somente os humanos. Acredita-se também que por meio dessa tríplice as pessoas podem descobrir como lidar com o sofrimento da vida de uma forma mais consciente.

*Buddha* era interessado no assunto da natureza da existência humana, e por falta de instrumentos mais sofisticados de pesquisa baseou-se na sua própria mente e corpo para promover uma investigação contemplativa sobre a causa do sofrimento e da condição humana. Como resultado, obteve uma série de profundos *insights* que se constituíram numa visão compreensiva da natureza dos seres e uma medicina formal para tratar das fundamentais doenças causadas principalmente pelos três venenos: ganância, raiva (aversão) e ignorância (KABAT-ZINN, 2003).

Devido a essa característica intuitiva do ensinamento, muitos consideram o *Dhamma* como uma gramática genética, um conjunto inato de regras empiricamente testáveis que governam e descrevem o ambiente interior dos seres humanos – as experiências de sofrimento e de felicidade humana. Nesse sentido, não se trata apenas de uma crença, mas sim de uma descrição fenomenológica da natureza da mente, das emoções, do sofrimento e da sua potencial

---

<sup>85</sup> A palavra *Dhamma* também pode ser encontrada escrita como *Dharma* em algumas literaturas. Isso ocorre porque alguns autores escolhem usar termos sânscritos enquanto outros usam termos na língua pali. Mas as duas formas de escrever carregam praticamente o mesmo significado. O mesmo ocorre com os termos *Karma* e *Kamma*.

<sup>86</sup> Pesquisas recentes do pesquisador Robin Coningham indicam que o nascimento de Buda é mais antigo do que se pressupunha, datando do século VI antes de Cristo.

<sup>87</sup> Segundo a tradição *Theravada*, divulgada pelo Budismo *Dhammakaya*, essas são as três gemas externas, mas também existem três gemas internas que correspondem a: *Buddharatana*, *Dhammaratana* e *Sangharatana*. A primeira é *Phra Dhammakaya*, entidade que existe no interior do corpo de qualquer ser humano e o conduz a obter iluminação. *Dhammaratana* corresponde à esfera de *Dhamma* localizada no centro do corpo *Phra Dhammakaya*, é como uma esfera clara e brilhante. *Sangharatana* é o corpo refinado de *Dhammakaya* que se localiza no centro de *Dhammaratana*, seu objetivo é preservar *Dhammaratana*. Assim, a tripla gema externa ajuda os seres a alcançar a tripla gema interna.

libertação “com base em práticas altamente refinadas, destinadas a treinar e cultivar sistematicamente vários aspectos da mente e do coração por meio da faculdade da atenção consciente” (KABAT-ZINN, trad. nossa, p. 145, 2003)<sup>88</sup>.

A grande propagação do Budismo aconteceu na época do rei Asoka que enviou monges monásticos em nove diferentes direções, levando essa tradição da Índia para países da Europa e Ásia. Devido a posicionamentos contrários, o Budismo na Índia começou a se separar em diferentes escolas e aos poucos foi se enfraquecendo nesse país, ao passo que o Hinduísmo e o Islamismo ganhavam força. Apesar de ter se enfraquecido na Índia, em outros países a tradição budista se fortaleceu, chegando até a se tornar a principal prática daquelas sociedades.

Assim, à medida que o conhecimento se expande pela Ásia, as escolas que já estavam se formando na Índia começam a se consolidar em regiões específicas. Por exemplo, em países como Sri Lanka, Tailândia, Burma, Camboja e Laos a escola *Theravada* foi predominante; enquanto que na China, Japão, Coreia e Vietnã a escola *Mahayana* prevaleceu; e a mais recente escola *Vajrayana*, tradição oriunda do Budismo Tibetano e fundada no Tibete, se espalhou pela Mongólia, Nepal e Butão.

O Budismo pode ser tratado como uma religião que apresenta um conhecimento sobre o ser e ensina que a vida é determinada pelas próprias atitudes dos indivíduos e não por um ser superior. Isso significa que não é colocado ênfase na fé, não pressupondo que para ser budista o indivíduo precisa acreditar em algum livro sagrado (como a Bíblia ou o Alcorão) ou na existência de um ser superior que irá atender as necessidades das pessoas. A fé, no Budismo, serve meramente como um ponto de partida para conduzir os indivíduos no aprendizado sobre a realidade da vida a partir de seus próprios *insights*.

Para além dessa qualificação religiosa, muitas vezes o Budismo pode ser definido outrossim como ciência, filosofia e psicologia. Ciência, porque trabalha com hipóteses e apresenta os métodos para que todos possam verificar mediante sua própria experiência; filosofia, porque discute a essência do ser, dos fenômenos e das pessoas, possui uma lógica especializada complexa e disponibiliza uma epistemologia ou explicação sofisticadas; e psicologia, porque pode ajudar o ser humano a compreender sua psique, os processos de infelicidade e felicidade (BUSTAMANTE, 2004).

Para o Budismo, todos os seres são governados pelo seu próprio *Kamma* que significa um ato intencional conduzido pelo corpo, pela palavra e pela mente. Ou seja, o destino de cada ser humano é determinado pelo seu *Kamma* (que é o resultado do acúmulo de ações das

---

<sup>88</sup> “[...] based on highly refined practices aimed at systematically training and cultivating various aspects of mind and heart via the faculty of mindful attention” (KABAT-ZINN, p. 145, 2003).

gerações passadas até a presente existência) e que nenhuma outra força exterior pode tornar a vida das pessoas melhor ou pior, o que implica no entendimento de que cada pessoa é o mestre do seu próprio destino. Nesse sentido, quem procura o Budismo é movido por questões como: “As coisas que tenho na vida realmente podem me fazer feliz?” ou “Como fugir dos problemas, da dor, do medo, do sofrimento que sinto?”.

O veículo utilizado para responder essas perguntas é a mente (no Budismo, a mente toma uma proporção diferenciada quando comparado com outras religiões). Segundo essa tradição, o ato de observar, conhecer e transformar a mente é pré-requisito para conquistar uma vida mais plena, saudável e feliz. Além disso, acredita-se que ao mesmo tempo que é somente por intermédio da mente que os cinco sentidos podem provar a existência de algo, é igualmente somente mediante ela que é possível experimentar e provar a existência de uma natureza refinada composta de mundos e seres que não são mensurados a partir dos cinco sentidos. Logo, para os budistas, a mente apresenta três características principais (BUSTAMANTE, 2004, p.08):

- i) É vazia de essência inerente: está além de qualquer particularidade que a limite;
- ii) É clara ou luminosa: tudo aparece na mente nitidamente e claramente; é consciência pura e potencialidade; mas toma forma quando conhece o particular e geralmente se associa erroneamente a ele, chegando a ser governada por ele e perdendo sua claridade;
- iii) É ilimitada: tudo pode aparecer na mente, como um espelho onde tudo pode ser refletido.

Simplificadamente, o que essas características apontam é que a mente é essencialmente neutra, clara e luminosa, mas fica nebulosa a partir do momento em que há uma identificação limitada do indivíduo às qualidades que compõe a sua personalidade, ou seja, quando a identidade do “eu” (ego) fica limitada a padrões culturais e históricos de existência humana, reforçando estados como a ignorância, a aversão e a raiva.

E quanto mais restrita é essa percepção do “eu”, mais dificuldade uma pessoa encontra em apaziguar seu sofrimento, já que ela se torna extremamente identificada com os conteúdos nebulosos da sua mente. Logo, medita-se para recuperar o estado original de transparência, de forma que a meditação é a prática que possibilita despertar na mente uma capacidade de entrar em contato com sua natureza refinada.

## 4.2 A MEDITAÇÃO: CONCEITO, TÉCNICAS E FINALIDADES

Da mesma forma que “Budismo” é um termo criado no Ocidente para traduzir a denominação oriental “*Buddhadhamma*”, a palavra “meditação” também se trata de uma versão ocidental para uma prática que era originalmente denominada na Índia como “*samadhi*”. Esse termo em sânscrito, muito conhecido entre os praticantes de Yoga, se refere a um estado superconsciente beatífico, momento no qual o praticante (iogue) percebe a identificação entre a alma individualizada e o Espírito Cósmico (YOGANANDA, 2013). Tal compreensão se aproxima de um posicionamento não-dualista defendido por escolas do hinduísmo (como o Vedanta), onde a não-dualidade significa a ausência de uma distinção entre o *Atman* (o eu mais profundo) e *Brahma* (a realidade divina); sendo o objetivo da busca espiritual a compreensão de que só existe uma realidade última que é simultaneamente *Atman* e *Brahma*.

De certo modo, esse entendimento ainda permanece vivo em escolas budistas (como na tradição tibetana) que adapta essa linguagem para a existência de uma natureza búdica em todos os seres, tendo portanto a meditação o propósito de ajudar o praticante a desvelar-se para que tal natureza emerja. Sob essa visão, não há o desenvolvimento de novas habilidades durante a prática da meditação, mas de um (des)cobrimento – o cerne da prática se torna o reconhecimento de qualidades (compassivas, altruístas, de bondade, de plenitude) intrínsecas que já estão disponíveis no ser<sup>89</sup>.

Não obstante, é impossível afirmar que essa definição se aplica a todo o conjunto filosófico budista. Conforme vimos anteriormente, o Budismo se divide em três escolas principais (*Theravada*, *Mahayana* e *Vajrayana*), as quais também se separam em várias subtradições (cada uma se fundamentando em textos específicos); fato que pode implicar numa apropriação da meditação de modo bastante particular no seio de cada tradição. Consequentemente, o termo “meditação” no contexto budista se diversifica da sua versão original “*samadhi*”, adquirindo significados por vezes concordantes ou antagônicos a ela.

Sob a perspectiva do Budismo *Theravada*<sup>90</sup>, por exemplo, a busca por uma resposta sobre a questão da unidade final entre uma entidade individual e absoluta (ou seja, a descoberta

---

<sup>89</sup> Pesquisas científicas estão constatando que de fato preexistem virtudes no ser humano como uma bondade básica intrínseca, claramente identificadas na infância; o que é consistente com tradições religiosas que afirmam existir qualidades essenciais, as quais podem ser inclusive fortalecidas por um treinamento em bondade e compaixão (GOLEMAN; DAVIDSON, 2018).

<sup>90</sup> O Budismo *Theravada* não é dualista nem não-dualista. Essa tradição tenta preservar a abordagem original de Buddha que não visa a descoberta de um princípio unificador por trás da experiência humana no mundo. Por isso, essa tradição ensina que o ensinamento de Buddha é sobretudo pragmático e não se baseia numa grande teoria filosófica especulativa.

do “eu”) deve ser descartada, pois trata-se de uma especulação metafísica originada na inabilidade de compreender adequadamente a natureza da experiência concreta. Além disso, o incentivo dessa postura especulativa leva o indivíduo a se identificar novamente com a noção de “eu” (*Atman*), que é justamente o que o Budismo *Theravada* não quer estimular, visto que a causa do sofrimento humano reside na identificação com essa noção – em outras palavras, a concepção de uma identidade, seja ela ancorada na realização de um eu verdadeiro (absoluto), representa as algemas que aprisionam os seres ao ciclo de renascimentos.

Nesse sentido, o esforço maior da escola *Theravada* pauta-se em diagnosticar o problema central que se encontra no núcleo da existência humana (o sofrimento) e oferecer um caminho para a sua solução. E, sob tal perspectiva, a meditação se aproxima mais de uma intenção pragmática de solucionar um dilema existencial no seu plano mais básico, do que de um interesse em qualificar a realidade como dualista ou não-dualista. Afirma-se que, em essência, o Budismo não estimula o exercício de especulação, sendo antes de tudo pragmático.

Independentemente dessas diferenças entre as tradições budistas que versam sobre a natureza dual ou não dual da vida, o sofrimento humano é o tema central e o fio condutor das práticas realizadas por todas as escolas budistas, sendo unânime o ensinamento das “Quatro Nobres Verdades” do sofrimento: sua origem, sua cessação, o caminho para a cessação e a proclamação das coisas como elas realmente são. Assim, o estado mais elevado de emancipação do ser humano para o Budismo está diretamente ligado ao processo interno de rompimento da mais sutil noção de um eu (raiz do sofrimento humano). Com isso, a realização da libertação está diretamente relacionada ao desenvolvimento de um entendimento de que não existe um “eu”.

Para tanto, a meditação carrega a seguinte definição: “Meditação é o estado da mente que é quieto, pacífico e focado em um ponto” (DHANISSARO [20- ?]); e traz como objetivo central a purificação mental por meio da remoção das impurezas e o cultivo de estados mentais virtuosos<sup>91</sup>.

Quando se diz que durante a meditação ocorre um exercício de liberação das impurezas, significa que ela tem o propósito de conhecer num sentido figurado o “meio ambiente interior” (a mente) para poder transcender seu conteúdo. Simplificadamente, o conteúdo a ser

---

<sup>91</sup> Existe um erro comum de correlacionar a meditação com o ato de “refletir sobre algo”. Isso deve ser evitado quando se trata de meditação no contexto budista, porque a meditação objetiva manter a mente livre dos pensamentos. Por isso ela não é a prática de pensar em algo, de refletir e de analisar alguma coisa – já que se parte do pressuposto que a meditação é um estado de quietude, o ato de refletir sobre alguma coisa não permitirá que a mente alcance essa quietude.

transcendido são as estruturas mentais (intelectuais e emocionais<sup>92</sup>) conectadas ao desenvolvimento de estados de ignorância, apego e aversão que constituem as principais causas da criação de impurezas. Uma vez que ocorre a liberação da “persona” (máscara), inicia-se a fase de “iluminação” ou de “despertar”, pela qual o indivíduo encontra o que o Budismo chama de “budeidade” – a felicidade que emerge a partir da transcendência de uma estrutura mental limitante (BUSTAMANTE, 2004).

Em vista disso, durante a prática contínua da meditação os indivíduos se autoliberam dos seus condicionamentos e dos seus limites; de uma mente que está repleta de dor, de medo, de angústia, de expectativas, de uma falsa impressão de carência e de um mundo conceitual<sup>93</sup>. Quando a liberação das causas do sofrimento acontece, sentimentos como felicidade, compaixão, amorosidade, paz, alegria e gratidão são sentidos; além de uma percepção interior mais aguçada, um aumento da lucidez, um melhor funcionamento do cérebro e de vários sistemas do corpo (DHANISSARO [20- ?]).

Para acionar esse processo todo, são disponibilizadas uma miríade de técnicas a serem usadas durante a meditação, as quais são escolhidas de acordo com o estado da mente do praticante e do tipo de benefícios que ele quer alcançar. Da mesma forma que um exercício físico treina o corpo e melhora a performance muscular do praticante, essas técnicas treinam a mente e desenvolvem habilidades mentais específicas, tais como a aquisição de um melhor estado de concentração ou do desenvolvimento da compaixão. As técnicas mais pesquisadas e difundidas atualmente no Ocidente são (ANDREWS, 2018):

- i) **Atenção focada:** Abordagem que envolve focar a atenção num dado objeto (interno ou externo) sem distração, de modo sustentado. O praticante dessa técnica escolhe um objeto para focar a atenção, como um mantra (foco interno) ou a chama de uma vela (foco externo). Para manter o foco, o praticante deve monitorar permanentemente sua concentração, para que ela não seja desviada por distrações externas ou internas. A maioria das demais técnicas de meditação geralmente começam por essa abordagem, pois é uma forma de acalmar a mente e reduzir as distrações, preparando a mente para as etapas mais avançadas<sup>94</sup>.

---

<sup>92</sup> “*The true mark of a meditator is that he has disciplined his mind by freeing it from negative emotions*”. Fala de Dalai Lama citada no livro de Goleman e Davidson (2018, p. 45).

<sup>93</sup> Cabe lembrar que durante esse processo de transcendência, não se trata de eliminar o ego, mas sim de transformá-lo em um instrumento útil. Logo, a ideia de transcender não significa eliminar, mas ir além.

<sup>94</sup> A capacidade de concentração é inerente ao ser humano, de uma forma ou de outra todos conseguem expressar essa habilidade. Uma das contribuições da tradição budista nesse tema é o ensino de caminhos simples e efetivos para cultivar e refinar essa capacidade e incluí-la em todos os aspectos da vida do indivíduo.

- ii) **Monitoramento aberto:** Nessa abordagem, o praticante não escolhe um objeto para exercitar o foco, ele apenas permite que emergja na sua mente o pensamento que for e sua atitude é de um observador que testemunha sem julgar. O praticante permanece apenas no estado “monitorador”, atento a qualquer coisa que ocorra durante a experiência. A meta é reconhecer a natureza dos padrões emocionais e cognitivos.
- iii) **Meditação da benevolência-amorosa:** Essa abordagem envolve cultivar sentimentos de “compaixão-amorosa” por si e pelos outros. Ela incorpora elementos das abordagens anteriores com o objetivo de preparar a mente para que depois seja possível focar no desenvolvimento do amor e da compaixão. Primeiramente, desenvolve-se esses sentimentos para si mesmo e gradualmente estende-se para todos os seres vivos. Nessa abordagem, qualquer associação negativa que possam emergir devem ser substituídas por positivas.
- iv) **Meditação mântica:** Trata-se de um tipo de meditação na qual se usa a repetição mental de uma palavra ou uma expressão para a finalidade de transformar o cérebro e a mente por meio do poder psicoacústico.
- v) **Imaginação guiada ou visualização criativa:** Abordagem que envolve o uso do foco mental para criar pensamentos intencionais, imagens ou metas na mente, geralmente de natureza positiva.

É importante esclarecer que essas técnicas fazem parte do processo de meditação – elas auxiliam o praticante a modificar seu estado mental, mas não representam o propósito final da meditação em si. Apesar de alguns programas, cursos, treinamentos e aplicativos de meditação no Ocidente promoverem uma confusão sobre esse tema, é preciso levar em conta que a tradicional prática oriental (da qual estamos tratando aqui) vai muito além da simples aplicação de uma técnica de concentração; conforme veremos a seguir.

#### 4.2.1 As práticas meditativas: *deep path* e *wide path*

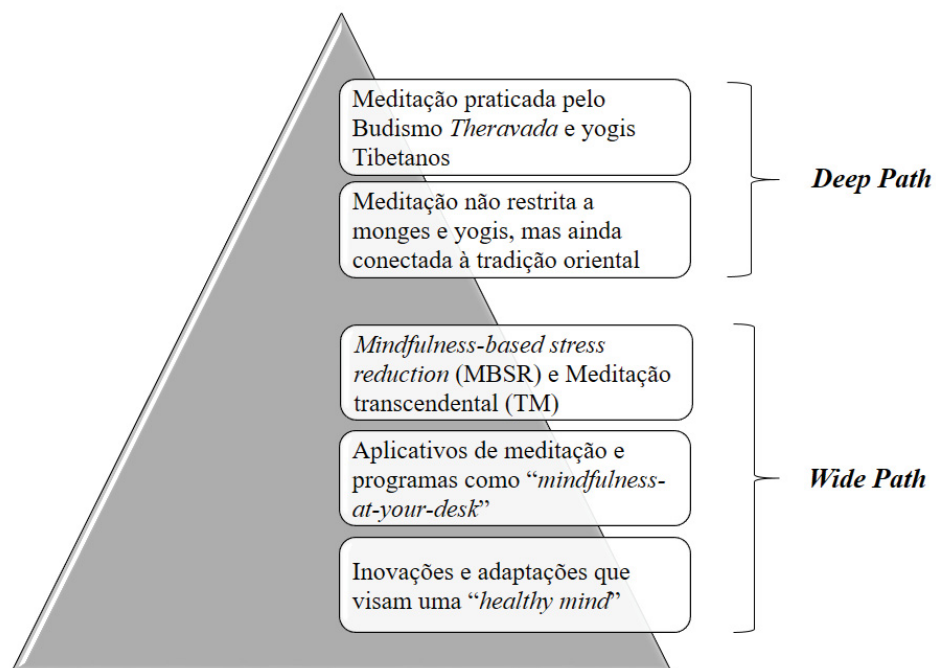
Os psicólogos estadunidenses Daniel Goleman e Richard Davidson, juntamente com uma equipe de pesquisadores, estão há décadas tentando separar o “joio do trigo” e mostrar que existe uma grande diferença entre praticar técnicas de meditação dentro e fora do seu amplo sistema ético e filosófico de base. No livro: “*Altered Traits: Science Reveals How Meditation Changes Your Mind, Brain and Body*”, eles procuram fornecer lampejos sobre o tema e adotam



uma estratégia para tratar das interpretações errôneas acerca da meditação que é classificar as práticas em dois grupos: *deep path* e *wide path*.

Apesar desses grupos serem normalmente confundidos entre si, os psicólogos garantem e provam (por meio de estudos científicos) que eles diferem significativamente; pois como os próprios nomes sugerem, existem práticas que são mais superficiais e outras mais profundas. Na imagem a seguir, é possível visualizar claramente quais práticas são consideradas profundas e quais são superficiais sob o crivo dos autores.

FIGURA 1 - O *DEEP PATH* E *WIDE PATH* DA MEDITAÇÃO ORIENTAL E OCIDENTAL



FONTE: realização própria a partir de Goleman e Davidson (2018).

O critério que os psicólogos usam para classificar cada prática como profunda ou superficial se dá pelo envolvimento com os preceitos pertinentes às tradições religiosas orientais. Assim, quanto mais distante das filosofias de base, mais superficial a prática se torna.

Começando pelo grupo das práticas profundas, este se divide em dois níveis. O primeiro nível se refere ao mais intenso tipo de prática, o qual ainda é mantido nas linhagens ancestrais do Budismo *Theravada*, no sudeste asiático, e nas linhagens do Budismo Tibetano; restringe-se portanto ao estilo de vida dos monges e yogis. O segundo nível apresenta já um distanciamento da vida monástica e/ou yogi, sendo adaptado a formas mais acessíveis aos ocidentais. No entanto, mesmo que nesse nível a meditação tome um formato que deixa para trás certos contextos originais da cultura asiática, ainda se mantém um vínculo espiritual.

Na categoria das práticas superficiais, os autores começam com um nível ocupado por práticas como a *mindfulness*<sup>95</sup> e a meditação transcendental. Nesse nível, ocorre um completo distanciamento do contexto ético, como se a meditação passasse agora a ser uma prática totalmente isolada de qualquer tradição religiosa. Inclusive esse pode ser um dos motivos do porquê dessas técnicas terem conquistado amplo espaço em hospitais, empresas e escolas de países ocidentais. Já sobre as práticas pertencentes ao quarto nível, os autores usam o termo “*watered-down*” para qualificá-las, ou seja, diz respeito a uma prática de meditação bastante diluída, que é oferecida pelos diversos aplicativos e/ou programas de meditação que sugerem uma prática rápida e em qualquer lugar. Por fim, o último nível compõem as inovações e adaptações que pesquisadores estão fazendo no âmbito da meditação para alcançar uma mente saudável, mas que não tem nada a ver com a proposta original.

Visto isso, Goleman e Davidson (2018) criticam que a atual onda de excitação sobre a meditação espalha diversas informações erradas, principalmente no que diz respeito ao não reconhecimento dessa enorme diferença entre as práticas superficiais e profundas; o que implica num falso entendimento de que os mesmos benefícios podem ser conquistados com a prática de meditação atrelada a qualquer nível de profundidade<sup>96</sup>.

Ainda nessa esteira, existe igualmente uma desinformação quanto à finalidade da prática da meditação. A mídia e o “*welfare market*” vêm associando à meditação ganhos basicamente utilitaristas, tais como aquisição de concentração, foco e clareza; aspectos atrelados a um desejo exclusivo de alta performance pelo qual os indivíduos conseguem gerenciar melhor o ambiente mental para obter eficiência nas atividades profissionais. Entretanto, o verdadeiro objetivo da meditação não é esse, mas sim a liberação de um estado mental (impuro) que gera uma condição de sofrimento constante e impede às pessoas acessarem sua verdadeira natureza (que é naturalmente compassiva e amorosa), conforme Goleman e Davidson (trad. nossa, 2018, p. 07) explicam: “A nosso ver, os impactos mais marcantes da meditação não são uma saúde melhor

---

<sup>95</sup> No Ocidente há uma enorme confusão a respeito do significado da prática de *mindfulness*, porque muitos usam esse termo como um correlato para todos os tipos de meditação ou para se referir à própria prática de meditação em si, o que é errado porque no Oriente *mindfulness* representa apenas um dos vários métodos que existem dentro do universo da meditação. Para esclarecer: como o próprio nome já diz, *mindfulness* ambiciona adquirir atenção e num sentido mais amplo significa a aquisição de consciência que emerge através do ato de prestar atenção no momento presente e não julgar o que surge (sentimentos, sensações, pensamentos) durante o período de observação (KABAT-ZINN, 2003). Se praticada sozinha somente irá fornecer ao indivíduo uma mente focada e nenhum outro ganho é obtido; mas para a tradição budista, *mindfulness* pode ser considerado como o coração da meditação, pois sem ele todo o restante do processo não pode ser realizado; ou seja, ele representa o estágio inicial da meditação (para entender mais, ver Goleman e Davidson, 2008, p. 74).

<sup>96</sup> “So, differing types of meditation produce unique results. [...] In sum, “meditation” is not a single activity but a wide range of practices, all acting in their own particular ways in the mind and brain” (GOLEMAN; DAVIDSON, 2018, p. 68-69).

ou um melhor desempenho dos negócios, mas, sim, um maior alcance em direção à nossa melhor natureza”<sup>97</sup>.

As práticas atreladas ao *wide path* podem até gerar efeitos positivos – além de uma maior capacidade de concentração, o resultado mais palpável que se percebe a curto prazo é de uma aplicação terapêutica sobretudo em nível mental, que fornece uma imediata sensação de bem-estar. Todavia, se comparadas à proposta original da meditação, essas práticas nem seriam tratadas como meditação em si, mas como simples técnicas contemplativas que não criam alterações permanentes na personalidade do praticante. Para o Budismo, a receita para promover uma verdadeira transformação na atitude do indivíduo e no funcionamento das emoções e da mente (*altered traits*) é um combinado da adoção de valores éticos com um envolvimento profundo com a prática da meditação (*deep path*).

Dentre os elementos que compõem o processo de transformação pessoal encontra-se, antes de tudo, o tratamento da vida como algo sagrado; ou seja, o reconhecimento de uma dimensão espiritual da vida, onde o potencial humano não é visto apenas sob uma perspectiva utilitarista (que valoriza o acúmulo do conhecimento lógico, do controle, do poder e de bens materiais), mas ao contrário adquire uma amplitude que passa pela harmonização entre razão, emoção e espírito.

Em consonância com essa compreensão soma-se um conjunto de diretrizes que facilitam mudanças internas e são transmitidas pela tradição budista, tais como: intenção altruísta; confiança na tradição e nos mestres que passaram por ela replicando os ensinamentos; orientação personalizada que garante que o praticante vá receber as orientações necessárias para progredir; respeito pelas pessoas e princípios da tradição; comunidade formada por pessoas que compartilham do mesmo propósito; e uma cultura de apoio. Esses elementos, juntamente com a meditação, representam para o Budismo os ingredientes necessários para alterar traços de personalidade.

Portanto, é importante esclarecer que historicamente, dentro da tradição budista, não se pratica meditação (nem mesmo *mindfulness*) para melhorar a saúde ou conquistar sucesso profissional – “O verdadeiro objetivo da contemplação sempre foi alterar traços de personalidade” (GOLEMAN; DAVIDSON, trad. nossa, 2018, p. 269)<sup>98</sup>. Essas práticas estiveram continuamente atreladas a uma estrutura ética orientada a não violência e à

---

<sup>97</sup> “As we see it, the most compelling impacts of meditation are not better health or sharper business performance but, rather, a further reach toward our better nature” (GOLEMAN; DAVIDSON, 2018, p. 07).

<sup>98</sup> “The true contemplative goal has always been altered traits” (GOLEMAN; DAVIDSON, 2018, p. 269).

compaixão de todos os seres<sup>99</sup>, justamente porque o Budismo entende que uma mente não treinada pode significativamente contribuir para o sofrimento humano – o seu próprio e dos outros (KABAT-ZINN, 2003). Nesse sentido, o termo “prática” usado no contexto da meditação é melhor compreendido como um modo de ser, de ver, de agir e de relacionar que se fortalece mediante a implementação dos métodos e técnicas que abrangem a disciplina.

#### 4.2.2 O processo de purificação da mente por meio da meditação

Simplificadamente o processo pelo qual a mente é purificada por intermédio da meditação apresenta os seguintes passos: 1) a meditação acalma a mente a fim de adquirir uma certa estabilidade, o que permite; 2) que o indivíduo comece a se dar conta de seu próprio estado mental e emocional que o prejudica a acessar o estado natural de paz e equanimidade; e 3) uma vez consciente desse conteúdo, escolhe-se antídotos benéficos a fim de promover a transformação das impurezas mentais. Apesar de parecer simples, trata-se de um exercício complexo que demanda disciplina, determinação e persistência; além de um certo conhecimento sobre como a prática se manifesta quando entra em contato com as “camadas mentais” – assunto da seção final deste capítulo.

Cada tradição religiosa e/ou espiritualista guarda uma explicação própria sobre a natureza do Ser. Genericamente, o que elas compartilham entre si é a adoção do conceito da “Grande Corrente do Ser” que se refere ao reconhecimento de uma dimensão espiritual dos seres a qual se manifesta numa hierarquia de seguinte característica: corpo físico – mente – mente sutil – espírito<sup>100</sup>; e o que difere é principalmente como elas definem a constituição da forma não-física. Isso se dá também no contexto do Budismo. Em cada escola há uma certa compreensão de como a mente atua em consonância com o corpo físico, com o meio externo e com o mundo espiritual; e conseqüentemente como a mente é afetada mediante a meditação.

Em meio a tantas especificidades e a fim de facilitar a compreensão do processo de purificação da mente, optou-se em utilizar a descrição desenvolvida pela psicóloga e antropóloga Andrews (2018) que traduz de modo simples e acessível aos ocidentais como o

---

<sup>99</sup> Um exemplo disso é que as palavras mente e coração são as mesmas nas línguas asiáticas. Portanto, praticar meditação não se trata de apenas focar a mente num só objeto e/ou experiência, mas inclui exercitar um estado de ser afetuoso e compassivo.

<sup>100</sup> No Budismo não se usa a noção de “espírito”, considera-se que essa ainda é uma camada sutil da mente. Para o Budismo Theravada, as percepções (*Sanna*) são constituídas pelos cinco sentidos: visão, audição, tato, olfato, paladar, e pelas as emoções; as sensações (*Vedana*) representam sentimentos como felicidade; as formações mentais (*Sankhara*) representam aqueles aprendizados já internalizados no indivíduo como caminhar, falar, sentar, comer; e a consciência (*Vinnana*), última constituinte da mente, significa a cognição, o conhecimento gerado pelas informações absorvidas pelos cinco sentidos.

Oriente compreende de forma geral esse processo. Defende-se, portanto, a existência de um espírito (infinito) que é recoberto por camadas<sup>101</sup>, como as pétalas de uma flor de bananeira; e quando removidas as pétalas mais externas, duras e ásperas, revelam-se pétalas mais suaves e macias, onde estão concentrados vastos reservatórios de energia e conhecimento (ANDREWS, 2018).

A primeira camada, e considerada a mais densa do ser, é chamada de sensório-motora que tem a função de sentir, desejar e agir. Esse nível mais externo da mente opera o corpo físico, pois recebe os estímulos externos através dos cinco órgãos sensoriais e projeta desejo ou aversão em relação a tais estímulos. Para Andrews (2018), essa é a lamentável condição da maioria das pessoas, na qual o primeiro e mais extrovertido nível da mente está desequilibrado.

Por meio da aquietação e controle da primeira camada que está completamente ligada ao mundo externo, é possível acessar uma segunda camada mais sutil que tem a função de pensar, lembrar e experienciar prazer e sofrimento. O motivo pelo qual muitas pessoas estão experimentando patologias ligadas à ansiedade profunda, é a falta de sintonia e sincronia entre a primeira e a segunda camada. Essa falta de união entre as duas é responsável pela famosa mente que divaga, que produz um diálogo ou monólogo interno incessante sobre si mesmo – é uma voz que especula, julga, compara, gosta, desgosta, reclama.

Esse diálogo contínuo que os indivíduos têm com eles mesmos, se transforma numa ruminação interior centrada nas infundáveis listas de tarefas diárias ou em arrependimentos sobre o passado (grande fonte para a ansiedade crônica), e continua até que o sujeito passe a focar sua atenção em alguma atividade externa ou mental, como a meditação. Logo, o que ocorre durante a prática da meditação é que por meio das técnicas de concentração toma-se plena consciência desse diálogo, da presença dos pensamentos<sup>102</sup> que surgem espontaneamente a todo momento.

Nesse sentido, o primeiro estágio da meditação (que é a concentração<sup>103</sup>), começa verdadeiramente a partir da atuação na segunda camada interna da mente<sup>104</sup> – ao focar no momento presente, no “aqui e agora”, os circuitos neurais que promovem a divagação mental

<sup>101</sup> Na tradição Védica, esses níveis são chamados de *koshas*. Na ordem do mais denso para o mais sutil, os *koshas* são: *kámamaya kosha*; *manomaya kosha*; *atimánasana kosha*; *vijínámaya kosha*; *hiranyamaya kosha*.

<sup>102</sup> “Estes, se não forem dominados, impedem todos os homens, imparcialmente, em todas as terras, de vislumbrar sua verdadeira natureza, que é Espírito” (YOGANANDA, 2013, p. 277).

<sup>103</sup> Para algumas escolas budistas esse estágio é denominado de “*mindfulness*” que é o desapego do futuro e do passado ilusório para permitir que o presente não ilusório se manifeste. É o que Tolle (2010) chama de “O Poder do Agora”.

<sup>104</sup> “Para meditar, precisamos nos tornar atentos e desativar esses circuitos cerebrais de ruminação – desativar essa implacável voz dentro das nossas cabeças e desligar o “eu” por um tempo” (Andrews, p. 37, 2018).

são desativados (já quando os sistemas sensoriais são desligados, a mente conseqüentemente vagueia).

Quando se transcende o nível puramente mental, da segunda camada, entra-se na próxima e mais sutil camada da mente que é o domínio dos sonhos intuitivos, das metáforas, das artes, dos mitos, da poesia e dos arquétipos. Camada que é frequentemente experienciada como um *flash* de *insight*. Andrews (2018) cita que apesar de ser comum associar a capacidade de receber *insights* somente a filósofos, inventores, sábios e artistas<sup>105</sup>, a experiência não é restrita a eles, todas as pessoas são capazes de acessar o pensamento intuitivo.

Já a quarta camada encontra-se também num nível supramental, tal qual a terceira, com a diferença de que é nessa camada onde se acessa o “conhecimento especial”, o discernimento entre o que é a duradoura realidade e o que é um evento passageiro. É aqui que o indivíduo vai ser capaz de perceber que existe uma expansão da realidade, onde tudo está submerso, como um holograma. Andrews (2018) afirma que a ideia de que vivemos num holograma cósmico teve sua primeira aparição na Nova Era quando foi considerada uma especulação “bizarra”, enquanto nos dias atuais é vista com seriedade pela ciência, como áreas da física que já trabalham com a possibilidade de que o mundo tridimensional é uma ilusão, no mesmo sentido que o holograma é um tipo de ilusão.

O que está sendo defendido por esses cientistas contemporâneos é que o espaço em si é simplesmente uma projeção de informações. Descobertas que provocam a única certeza de que os mistérios do Universo vão além da capacidade de pensamento do ser humano; e que na nebulosa realidade do universo não existe espaço para cogitação intelectual e conclusões teóricas, apenas a experiência prática pode ser capaz de informar que de fato se vive num enorme holograma ou numa fantasmagórica ilusão (ANDREWS, 2018).

A quinta camada diz respeito ao último nível da mente superconsciente, onde entra também a limitação do pensamento em ser capaz de encontrar uma explicação (lógica) para descrever o estado acessado nesse nível de consciência<sup>106</sup>. Para melhor transmitir a sensação que se experimenta nesse momento de êxtase, empresto as palavras do mestre espiritual Paramahansa Yogananda impressas no seguinte poema:

---

<sup>105</sup> Nietzsche, Mozart, Tchaikovsky e Tagore são alguns pensadores e artistas que relatam terem experimentado esse nível mais expandido da consciência.

<sup>106</sup> A ciência ocidental ainda não foi capaz de desenvolver uma compreensão consistente da consciência em si, mas há avanços. Andrews (2018) cita estudos recentes que mostram que a maioria das células emite luz, os chamados biofótons, e que os cérebros humanos podem transmitir mais de um bilhão de biofótons por segundo. A relação que falta acontecer é: se quanto mais uma pessoa é capaz de produzir luz (luz que se comunica entre os seus neurônios) mais consciente ela é?



Esvaíram-se os véus de luz e sombra,  
 Sumiram os vapores dos pesares,  
 Zarpou a aurora da alegria efêmera,  
 Foi-se a miragem dos sentidos.  
 Amor, ódio, saúde, enfermidade, vida e morte – partiram-se, sombras falsas  
 no telão da dualidade.

[...]

Todo pensamento humano, passado, presente, futuro,  
 Toda folha de relva, eu mesmo, a humanidade,  
 Cada partícula de pó universal,  
 Raiva, cobiça, bem, mal, luxúria, salvação, eu engoli – e os transmutei num  
 vasto mar de sangue do meu próprio único Ser!  
 Alegria em brasa, abanada pela meditação constante,  
 Cegando meus olhos lacrimosos,  
 Explodiu em chamas imortais de júbilo e consumiu as minhas lágrimas, a  
 minha forma, eu todo (YOGANANDA, 2013, p. 182).

No âmbito da Psicologia o acesso a esse estado da mente é traduzido como “experiência-ápice”, e se dá quando se sente os mais elevados níveis de felicidade, harmonia e até mesmo de consciência transcendental (uma sensação de unidade com toda a vida). Já no contexto religioso e espiritual defende-se a existência de uma “Luz Interior” que acompanha a experiência da “Divindade”, da “Consciência-Absoluta” e que se manifesta nesse último nível da mente superconsciente. Trata-se de uma espiritualidade que se expressa na crença de que os seres humanos estão inexoravelmente ligados uns aos outros por uma forma maior que eles próprios. Conexão que pode ser nomeada como Deus, amor, compaixão, natureza, entre outras denominações que as diversas tradições espirituais fornecem.

A existência desses estados transcendentais é inquestionável para quem está imerso numa jornada de evolução espiritual e se dedica seriamente ao propósito de acessar as camadas mais sutis da mente. Mas como soam essas informações para a ciência que opera sob a premissa de que algo só pode ser conhecido se for passível de fragmentação, análise, medição e replicação? Para comprovar a autenticidade das experiências espirituais, diversas áreas da neurologia, psicologia, biologia e física estão se ancorando em amadurecimentos científicos para se debruçar sobre certos fenômenos pertinentes aos mistérios da espiritualidade.

A neuroteologia (campo de pesquisa que estuda os efeitos neurológicos das experiências religiosas e espirituais) conseguiu comprovar que de fato as pessoas conseguem alterar o funcionamento cerebral durante experiências místicas. Portanto, em termos científicos, um meditador pode experimentar uma sensação de unidade com o todo porque durante a meditação cria-se uma reduzida atividade nos lobos parietais, o que conseqüentemente diminui a distinção perceptível entre o indivíduo e os demais seres e objetos (ANDREWS, 2018).



Ademais, a descoberta da neuroplasticidade<sup>107</sup> possibilitou diversos avanços por insurgir contra a antiga crença de que o cérebro é um órgão diferente dos demais pois não gera novas células como a pele que, quando é ferida, consegue se curar pela ação permanente de regeneração celular. A neuroplasticidade provou que isso não é verdade – as células do cérebro também podem ser regeneradas e alteradas a partir de determinados estímulos. Esse avanço da ciência era o que pesquisadores como Goleman e Davidson esperavam há décadas para poder provar que a meditação pode alterar traços de personalidade<sup>108</sup>. Além da constatação de que o cérebro é capaz de ser regenerado e/ou alterado, também foi descoberto que as mudanças podem ser positivas e negativas; o que significa que a experiência “certa” pode mudar o cérebro humano de forma que a personalidade do indivíduo seja alterada de modo benéfico/positivo<sup>109</sup>.

Como resultado, temos que atualmente o progresso espiritual de uma pessoa pode ser “medido” cientificamente, uma vez que o desenvolvimento de estados como gentileza, compaixão, contentamento e de enfraquecimento dos desejos deixam marcas no cérebro (ativam ou neutralizam zonas cerebrais específicas) que podem ser facilmente rastreadas. Por exemplo, observa-se que circuitos são amplificados à medida que é sentida uma forte preocupação empática ou o amor dos pais, e observa-se uma diminuição do volume de circuitos cerebrais associados ao “apego” em praticantes avançados de meditação.

A neuroplasticidade oferece uma base científica para entender como um treinamento repetitivo pode criar aquelas qualidades duradouras de ser que nós encontramos em vários yogis, swamis, monges e lamas excepcionais. A mudança de comportamento deles se encaixa em descrições antigas de transformações duradouras nos níveis mais altos (GOLEMAN; DAVIDSON, trad. nossa, 2018, p. 53)<sup>110</sup>.

---

<sup>107</sup> Neuroplasticidade refere-se ao termo utilizado para descrever a capacidade do cérebro em adaptar-se e moldar-se a nível estrutural e funcional ao longo do desenvolvimento neuronal e quando sujeito a novas experiências (DAVIDSON; LUTZ, 2008).

<sup>108</sup> “*Neuroplasticity provides an evidence-based framework and a language that makes sense in terms of current scientific thinking. It was the scientific platform we had long needed, a way of thinking about how intentional training of the mind, like meditation, might shape the brain*” (GOLEMAN; DAVIDSON, 2018, p. 52).

<sup>109</sup> Contudo, há algumas considerações a serem feitas sobre essa possibilidade de alteração de comportamento que diz respeito principalmente à repetição e constância. A meditação trata-se de um treinamento da mente e da mesma forma que ocorre com a musculação (que é um treinamento do corpo) observa-se maiores resultados quanto mais se pratica. Ou seja, os benefícios alcançados dependem da quantidade de horas praticadas. Conforme Kabat-Zinn alerta, meditação não se trata meramente de uma “boa ideia” que apenas ao ser escutada vai permitir que o indivíduo acesse imediatamente uma vida sem ansiedade e depressão. Alcançar um estado mais equânime de viver, requer dedicação “*and it is greatly enhanced through regular disciplined practice, both formally and informally, on a daily basis*” (KABAT-ZINN, 2003, p.148).

<sup>110</sup> “*Neuroplasticity offers a scientific basis for how repeated training could create those lasting qualities of being we had encountered in a handful of exceptional yogis, swamis, monks, and lamas. Their altered traits fit ancient descriptions of lasting transformations at the higher levels*” (GOLEMAN; DAVIDSON, 2018, p. 53).

Todavia, a grande contribuição da meditação, na opinião dos psicólogos, não é somente a conquista da neuroplasticidade, mas parte de uma combinação da neuroplasticidade com a promoção de um “ambiente” saudável para a mente se desenvolver, um ambiente com pensamentos positivos e compassivos. Para os autores, é irrelevante a existência de sujeitos que são capazes de autorregenerar células cerebrais mas que continuam a viver num ambiente tóxico, com pensamentos impiedosos e incapazes de alterar a realidade em que vivem.

Mesmo que seja interessante conhecer o resultado dessas pesquisas que testam a eficácia de determinadas práticas espirituais, a maioria dos praticantes de meditação não se atêm às explicações científicas sobre o que ocorre em seus cérebros quando sentam para meditar<sup>111</sup>, pois sua atitude está orientada justamente pelo propósito oposto: o de silenciar os questionamentos, as dúvidas e a necessidade de rotular e explicar todas as coisas; meditam para esvaziar a mente das informações produzidas pelo intelecto e experienciar um vazio que não tem forma, não cria, reflete ou julga<sup>112</sup>. Nesse sentido, o sujeito meditante tem demandas que muitas vezes vão na contramão do modelo hegemônico de vida, conforme veremos no próximo capítulo.

---

<sup>111</sup> Richard Davidson cita que a primeira expedição realizada ao Himalaia em 1992, na qual levaram diversos equipamentos (naquela época, bem pesados e grandes) para analisar o cérebro de yogis experientes, foi um completo fracasso (em termos científicos). Nenhum yogi quis participar da pesquisa alegando que não tinham a menor ideia do que aquelas máquinas faziam e que provavelmente o que eles iam descobrir seria irrelevante ou desencorajador para a vida que optaram levar (GOLEMAN; DAVIDSON, p. 211, 2018).

<sup>112</sup> “Todos anseiam por verdades mais simples ou, pelo menos, por ideias que falem não somente ao intelecto, como também ao coração, trazendo clareza ao espírito observador e paz ao incessante turbilhão de sentimentos” (JUNG; WILHELM, 2017).

## 5. O SUJEITO MODERNO/OCIDENTAL MEDITANTE

*“Mas eu não sei bem o que eu estava procurando, sabe? Eu só achava que não era suficiente a perspectiva de vida que eu estava tendo naquele momento. Tinha que ter alguma coisa que desse sentido mais profundo para as coisas que eu já estava fazendo”.*

(UEHARA, 2018).

Ao longo do Capítulo 3, refletimos sobre certas particularidades pertinentes aos movimentos da Contracultura, Nova Era, Modernidade Reflexiva, Pós-desenvolvimento e do *Self* Ecológico; bem como reconhecemos que intencionalmente ou não certos posicionamentos adotados pelos seus representantes (ainda que modernos) podem ser traduzidos como propostas emancipatórias de uma modernidade que restringe a subjetividade a uma racionalidade instrumental, fragmentária e materialista, e desconsidera a inter-relação que existe entre sujeito, natureza e sociedade.

A partir de agora vamos analisar quem é o sujeito moderno/ocidental meditante; como se constitui sua crise; de que forma ele se configura (e se ressignifica) no contexto da crise do desenvolvimento hegemônico; e quais as novidades apresenta ante ao tema da emancipação. Adianta-se que os entrevistados meditam para desenvolver autoconhecimento (como um exercício de encontrar-se consigo mesmo<sup>113</sup>); para educar-se espiritualmente (AMARAL, 1999); para desaparecer de si (LE BRETON, 2018) em meio às exigências da sociedade de desempenho (HAN, 2017); para silenciar e esvaziar; e para acessar uma inteligência suprema mediante o aprimoramento da intuição.

Conforme vimos no capítulo de descrição da metodologia desta tese, para apresentar o Discurso do Sujeito Coletivo (DSC) optou-se em agrupar as ideias centrais identificadas nas falas dos entrevistados em grandes temas, os quais representam seções específicas deste presente capítulo, de forma que suas subseções trazem as expressões-chave que sustentam as ideias centrais e introduzem problematizações que complementam o tema a partir da perspectiva de pesquisas semelhantes e/ou de autores que denunciam a crise do desenvolvimento hegemônico. Desse modo, ao final, teremos visto como os elementos constituintes da crise do sujeito meditante – suas incertezas, ansiedades e angústias identificadas na etapa de análise das entrevistas – realçam aspectos da crise do conceito

---

<sup>113</sup> A “alma humana necessita naturalmente de esferas onde possa estar *junto de si mesma*, sem o olhar do outro” (HAN, 2017, p. 13).

hegemônico de desenvolvimento (colonial/moderno/eurocêntrico/patriarcal/capitalista), ao mesmo tempo que são resultantes dele.

## 5.1 A CRISE DOS FUNDAMENTOS RELIGIOSOS E O AUTOCONHECIMENTO

A religião é um dos grandes temas que se destaca nas entrevistas e revela aspectos que merecem ser debatidos. A análise quantitativa quanto ao pertencimento religioso do grupo entrevistado ilustra a seguinte proporção: 64% se declara sem religião, 29% budistas e 7% espírita.

Apesar da análise quantitativa nos dar uma noção de como o grupo de entrevistados se organiza em torno do tema do pertencimento religioso, é preciso levar em conta que os subgrupos não são homogêneos, cada indivíduo possui trajetórias de afiliação e desfiliação; identificação e desidentificação; crenças e descrenças que compõem o complexo cenário que o leva a se posicionar como “sem religião”, budista ou espírita. Por isso, procurei tratar de algumas dessas especificidades a fim de evitar perder detalhes que podem ser importantes para cumprir o objetivo central da tese de analisar criticamente de que forma o sujeito moderno/ocidental meditante se configura (e se ressignifica) no contexto da crise do desenvolvimento hegemônico.

A primeira informação a ser esmiuçada é a categoria “sem religião”, significativamente maior do que as demais e que apresenta elementos claros de como esse grupo de meditantes dialoga com reflexões despertadas pelo movimento da Nova Era, no que tange ao amadurecimento do que vem a ser uma crise dos fundamentos religiosos. A segunda informação analisada é a categoria “budista” que carrega o similar desejo pelo autoconhecimento, porém por meio de um suporte religioso (budista), lugar onde o meditante encontra, além de tudo, um sentido para sua vida. Por fim, a terceira informação, que não foi levantada quantitativamente pois emergiu durante o processo de identificação das ideias centrais, diz respeito a uma crença que transpassa as duas categorias “sem religião” e “budista” que é a noção de um progresso espiritual. Assim, como resultado desse grande tema, temos que independentemente do viés religioso, os meditantes desta pesquisa buscam se tornar um ser humano mais evoluído no que tange à aquisição de habilidades intangíveis como compaixão, resiliência e intuição.

A seguir, vamos explorar melhor cada um desses subtemas e conhecer as ideias centrais e as expressões-chave que os compõem.

### 5.1.1 Discurso do autoconhecimento sem o suporte da religião

**Discurso-síntese:** “Eu buscava um espelho para me ver, uma reeducação, um tipo de prática empírica para eu me libertar, para eu expandir, para eu entender o que é a vida; e os caminhos tradicionais nunca me satisfizeram”.

No rol dos variados motivos que levam os entrevistados a se posicionar na categoria “sem religião<sup>114</sup>”, ressalta-se o desejo de preservar uma abertura religiosa pelo simples fato de se manter livre para explorar diferentes caminhos. Postura encontrada também por Amaral (1999) em sua pesquisa sobre a Nova Era. A antropóloga salienta que desde a culminância desse movimento os indivíduos estão cada vez mais abertos à possibilidade de não se rotular como pertencentes a uma religião específica, devido ao interesse de experimentar caminhos/filosofias/práticas e explorar os benefícios de cada uma – o uso de um rótulo acabaria “encerrando” o indivíduo numa determinada religião e limitando sua busca.

Ao lado dessa motivação de abertura observou-se igualmente uma certa insatisfação contra qualquer tipo de comunidade religiosa, insurgência que parte de uma vontade em extrapolar os limites de significação impostos pela cultura moderna, abrindo-se ao campo dos sentidos e da experiência ao invés de afirmar a tradição dominante (AMARAL, 1999). A insatisfação fundamenta-se contra doutrinas que sugerem uma verdade não comprovada, mas baseada na fé; que exigem filiação, dependência a um líder e das escrituras, e não incentivam o sujeito a buscar o conhecimento sobre si e a vida autonomamente.

Como é o caso de Vieira (2018), praticante do Zen Budismo, que diz ter buscado a meditação pois precisava de uma prática que lhe fornecesse um conhecimento empírico:

Eu buscava um tipo de prática que fosse bastante, que fosse palpável [...] que fosse algo empírico e não algo simplesmente de acreditar [...]. Em 2008 eu tive essa crise depressiva e eu resolvi buscar um caminho, e os caminhos tradicionais nunca me satisfizeram, eu tenho uma família que é cristã, meus pais são católicos, só que eu nunca acreditei, fui por obrigação, fui batizado e crismado, mas aquilo nunca fez sentido para mim (VIEIRA, 2018).

Nesse caso, foi evidenciada uma voluntária desfiliação da religião de origem à medida que se passa a enxergá-la como incapaz de atender uma necessidade individual que, para Vieira

---

<sup>114</sup> O problema de inserir a categoria “sem religião” nas pesquisas é misturar pessoas com interesses e crenças diversas num único subgrupo. A pesquisa realizada por Rabbia (2017) na cidade de Córdoba, Argentina, ilustra a problemática do tema ao demonstrar que esse grupo é na verdade bastante heterogêneo, pois engloba ateus, espiritualistas e aqueles que são completamente indiferentes à religião. Essa mistura de interesses e motivações numa mesma categoria enfraquece a complexidade por trás desse fenômeno de não filiação religiosa que cresce mundialmente.

(2018), se refere a uma prática empírica cotidiana de autoconhecimento e autodesenvolvimento para enfrentar a crise depressiva. A meditação, por sua vez, oferece para o entrevistado essa oportunidade de desenvolver um disciplinamento, por meio de um exercício pragmático que lhe apresenta resultados práticos. O pragmatismo é tão evidenciado na fala de Vieira (2018) que ele comenta que ao buscar um centro de meditação para aprender a técnica, escolheu o Zen Budismo justamente pelo modo como essa tradição se apresenta no Ocidente<sup>115</sup>, como uma “prática que era mais seca com menos entorno que pudesse levar a qualquer conotação religiosa [...] O Zen é sim uma religião, mas é uma religião que para mim era mais pragmática e a meditação é o cerne dela”.

É interessante notar que esse tipo de posicionamento de Vieira (2018) de dessacralizar a meditação, de certa forma, coaduna com o pensamento moderno/ocidental que rechaça qualquer tipo de conhecimento que não obedeça aos critérios científicos de verdade. À medida que o fascínio do pensamento científico começa a se espalhar pelas sociedades ocidentais, ocorre imediatamente uma transferência de tudo que não seja plena e articuladamente passível de manipulação empírica ou matemática à categoria puramente negativa chamada de o “inconsciente”; o “irracional”; o “místico” e o “subjetivo”. E esse é um pensamento que perdura entre alguns praticantes de meditação que preferem acreditar que ela é somente uma “técnica” neutra<sup>116</sup> que não carrega nenhum tipo de misticismo, ritual ou crenças (essa reflexão será retomada e melhor elaborada ao final deste capítulo, a fim de apontar as implicações desse tipo de posicionamento).

Inclusive esse pode ser um dos motivos pelos quais a meditação se instalou nas grandes metrópoles do Ocidente separada da sua matriz filosófica e religiosa. Inserir a meditação como uma mera técnica de treinamento da mente é completamente aderente a um grupo social que não está interessado mais em assumir uma religião, mas que ao mesmo tempo necessita de algo que os oriente num processo de autoconhecimento, seja para se autoaprimorar espiritualmente ou apenas se tornar mais produtivo e funcional.

Entretanto, existe um paradoxo nessa atitude. Explicou-se no capítulo anterior que todo significado que suporta a meditação está intrinsicamente atrelado a alguma tradição religiosa oriental (hinduísta ou budista), o que significa que ela não fala por si mesma. A característica da autonomia, por exemplo, é pronunciada pelas próprias escrituras budistas, como no cânone

---

<sup>115</sup> De maneira geral, a meditação budista apresenta bons motivos para conseguir adeptos no Ocidente, já que é um método que oferece a “possibilidade da experiência controlável e assim satisfaz a necessidade científica de ‘fatos’” (YOGANANDA, 2013, p. 279).

<sup>116</sup> Talvez essa ideia venha de um hábito ocidental tecnocrático de acreditar que toda técnica é essencialmente neutra, mesmo que seja uma técnica que parte de um contexto religioso.

páli (textos antigos do Budismo) onde é possível encontrar trechos (como *Kalama Sūtra* e o *Tevijja-Sūtra*) no qual Buda quer superar a fé cega dos seus ouvintes incentivando-os a contemplar autonomamente as hipóteses apresentadas em disputas inter-religiosas e a chegar a uma opinião própria. Ou seja, a tentativa de desinstitucionalizar a meditação fundamentada pela ideia de liberdade é de certa forma paradoxal, já que o discurso libertário que permeia essa prática está inteiramente ancorado em um sistema religioso, o Budismo.

Cabe ressaltar que comparado com o restante do grupo, Vieira (2018) é o que adquire a posição mais radical no que diz respeito ao ato de rotular a meditação como uma simples técnica de autoconhecimento – ele se autoqualifica como ateu e não demonstra acreditar em uma dimensão espiritual da vida. Diferentemente dele, os demais entrevistados irreligiosos, mesmo não pertencendo a nenhuma religião específica, elaboram uma compreensão bastante sagrada da vida (como veremos no item 5.1.3).

De toda forma, o discurso de descontentamento quanto às instituições religiosas (independentemente de qual origem seja) e uma preferência pela ausência da institucionalização na prática da meditação é compartilhado por outros entrevistados, como o professor de Yoga e músico Thomas (2018), que afirma ter sido esse um fator predominante para participar de retiros de meditação da tradição Vipassana: “E o fato do Vipassana não ser vinculado a nenhum tipo de corporação, religião, instituição, me fez também ficar mais interessado” (THOMAS, 2018).

Trata-se de uma atitude que combina com o espírito de uma época em que as grandes narrativas perderam sua relevância no exercício de compreensão da existência humana. Defende-se que não é possível mais confiar somente nas escrituras sagradas e nas palavras dos profetas ou messias, pois essas são consideradas fontes de conhecimento duvidosas por suas inevitáveis distorções devido a interpretações, traduções e até manipulações políticas; além de manterem uma hierarquização (de cima para baixo) no processo de transmissão (e não produção) do conhecimento. Em suma, o que “os jovens hesitantemente procuram em meio à sua indefinida religiosidade é uma distinção absolutamente crítica” (ROSZAK, 1972, p. 153).

Outro ponto elucidado pelos entrevistados que de alguma forma os motiva a se desfiliar do cristianismo e optar por práticas como a meditação, é a percepção sobre a incapacidade dessa religião em prover as ferramentas necessárias para desenvolver na sociedade habilidades como resiliência e inteligência emocional. Goleman (2011) utiliza esse último termo para se referir à capacidade do indivíduo de identificar suas emoções e gerenciá-las de forma inteligente, minimizando atitudes reativas, impulsivas, agressivas e/ou ansiosas.



Muitos meditantes relatam ter experimentado intensamente o sofrimento de um evento traumático que resultou em doenças como depressão e ansiedade crônica (como exemplo foram citados: a morte de um parente próximo; o término de um relacionamento; e demandas estudantis como concluir uma graduação e produzir uma dissertação de mestrado). Explicou-se que a crise não se estrutura a partir da experimentação dessas doenças em si, mas na crença de que o desenvolvimento delas é um indicativo de que não possuem habilidades internas necessárias para suportar certas perdas e/ou encarar certos desafios da vida; fator que os levou a procurar meios para desenvolver resiliência e inteligência emocional. No decorrer dessa busca, por um lado deparou-se com o cristianismo que apresenta apenas recomendações (você deve ou não fazer isso ou aquilo), mas não um método; e de outro lado deparou-se com a meditação que fornece um passo-a-passo para ensinar os praticantes a lidar com suas emoções e conseqüentemente com suas crises.

Desse modo, o elemento de reflexividade dos processos de vida conta como um ponto favorável da meditação quando comparada com as doutrinas cristãs, como exemplifica Thomas (2018):

O Vipassana é uma reeducação [...] ele vai te mostrar através da prática a importância da moralidade, por exemplo, a importância de ser uma pessoa menos egoísta, não por algum tipo de contexto filosófico, mas você percebe através das sensações, da meditação, como aquilo, como você é o primeiro afetado pela maneira como você vê o mundo. E você vai vendo aquilo repetidas vezes na prática, e aquilo vai te transformando de dentro para fora. [...] Não é porque Deus acha que é certo fazer isso, porque Jesus, porque minha mãe falou, não... é porque eu percebo que quando eu gero raiva, eu sou o primeiro afetado por isso: minha mente fica turva, o ambiente ao redor fica cheio de animosidade.

A partir dessa fala não apenas se compreende como a meditação disponibiliza um método para gerir as emoções, mas fica claro que a apropriação desse método é algo extremamente importante para os entrevistados, porque do contrário alimenta-se o sentimento de culpa muito comum nas doutrinas cristãs. Foi levantado o fato de que nessas doutrinas quando as “boas ações” não são praticadas interpreta-se como má vontade do indivíduo, mas o que não é levado em conta é que na maioria das vezes inexitem condições internas (ambiente mental) aptas ao desenvolvimento de pensamentos, emoções e ações de forma saudável para o indivíduo e para a sociedade. Ou seja, existe uma complexidade muito maior por trás do processo de transformação pessoal que tem a ver com o despertar de uma autoconsciência crítica e com a utilização de um treinamento específico para lidar com as singularidades de cada um.

Em vista disso, começamos a perceber de que forma se constitui a crise dos fundamentos religiosos ocidentais sob a perspectiva do sujeito moderno/ocidental meditante, a qual trava indubitavelmente vínculos com a crise dos fundamentos epistêmicos hegemônicos e com a necessidade de pensar os contornos dos sistemas de práticas de saúde e religiosos dominantes.

Mas se os entrevistados estão insatisfeitos com o cristianismo e já adotam uma prática conectada às religiões orientais, por que não adotar o Budismo como uma nova religião? A realidade encontrada no universo que aponta para 71% de praticantes de meditação que não se considera budista é um aspecto bastante estudado por cientistas da religião e antropólogos que se debruçam sobre a apropriação das religiões orientais pelo Ocidente.

Como exemplifica o estudo de Madalena Genz (2006) – cujo objetivo foi analisar o processo de desenvolvimento do Budismo no Brasil, sua apropriação e ressignificação a partir da prática e entendimento por brasileiros sem ligação anterior com a religião – que obteve como um dos resultados a existência de um grande número de praticantes, da comunidade Zen budista analisada, que não correlaciona sua prática como uma atividade religiosa, conseqüentemente, não assumindo o Budismo como uma nova religião.

Logo, constata-se que apesar de haver um interesse pelas filosofias orientais, a maioria dos meditantes ocidentais não opta por conhecer a fundo a matriz filosófica que deu origem à prática; ocorrendo apenas uma assimilação parcial de técnicas e rituais isolados, mas não da religião como um todo. Que seria equivalente ao que Goleman e Davidson (2018) definem como uma prática *wide path* da meditação.

No caso desta tese defendo que, a partir da observação dos dados coletados pelas entrevistas e do comportamento desse universo específico de sujeitos meditantes, existem três possíveis motivos para justificar a não aderência ao Budismo pelos entrevistados. Primeiro, porque observa-se que a prioridade dos meditantes irreligiosos não é encontrar uma nova religião, mas sim um tipo de treinamento mental que possa ser realizado individualmente para conquistar emancipação de padrões emocionais e de comportamento desfavoráveis.

Em segundo lugar, porque alguns deles tiveram acesso a um tipo de meditação que está vinculado a propósitos específicos, os quais não guardam relações íntimas com o sistema ético e religioso budista. É a realidade dos entrevistados que conheceram a meditação a partir da ONG “Mãos Sem Fronteiras”. A ONG oferece internacionalmente um curso de formação na técnica de estimulação neural, no qual a meditação é incluída como etapa fundamental no aprendizado desse tipo de tratamento. Contudo, a prática meditativa ensinada é diluída em fundamentos particulares para cumprir a finalidade de assimilação da técnica de autocura, não apresentando o objetivo de aprofundar na filosofia budista.

Por último, temos na outra extremidade, e de forma bastante particular se comparado aos demais entrevistados, uma praticante que esteve inserida no Budismo por mais de 20 anos e atualmente não se qualifica como budista pois acredita que o ato de se “rotular” vai contra a própria filosofia budista (comportamento igualmente encontrado no estudo de Madalena Genz (2006) com praticantes da comunidade Zen budista analisada). Para Baja (2019), professora de yoga e meditação, afirmar-se budista é contraditório justamente porque o Budismo é uma filosofia empenhada em promover a liberação de rótulos, de títulos e de estruturas que aprisionam o ego e não permitem o indivíduo de se recriar, se renovar e se reinventar. Pensamento que é clarificado nesse discurso:

Eu senti que o Budismo não me ofereceu o Budismo. Eu senti que o Budismo me ofereceu um espelho para eu me ver. Para eu me conhecer, para eu me libertar, para eu expandir, para eu entender o que é a vida, para eu vivê-la. Então como é que eu vou dizer que eu me tornei budista? Então para mim é difícil hoje dizer: - Eu sou budista. Não é que eu não estou conectada ao Budismo, que eu não tenha respeito [...] eu sinto que eu faço isso, mas eu não consigo falar que eu sou budista, parece que eu estou traindo a essência do Budismo, que é simplesmente fazer com que os seres humanos floresçam, sem rótulos. [...] Eu quero ter esse cuidado de não me colocar um rótulo e uma etiqueta e dizer que eu me tornei alguém, eu não sinto que eu me tornei alguém, eu sinto que eu me tornei aberta (BAJA, 2019).

Em suma, sintetizo que a paradoxal realidade de que 71% dos praticantes de meditação entrevistados não se considera budistas se dá porque: a) o interesse primordial não é de filiação a uma outra religião, mas sim de encontrar ferramentas para conquistar resiliência e inteligência emocional; b) alguns foram “apresentados” à meditação por um tipo de prática diluída em outros fundamentos filosóficos que não mantêm relação íntima com o Budismo; c) existe um desejo de abertura religiosa para explorar diversas tradições, ao mesmo tempo que não há o interesse em institucionalizar a prática espiritual e/ou de autoconhecimento da qual a meditação faz parte; e d) os que conhecem o Budismo profundamente acham contraditório se rotular como pertencentes à essa religião.

E quais as principais contribuições para esse tema que os 29% dos entrevistados que praticam meditação e se autoqualificam como budistas podem oferecer?

### 5.1.2 Discurso do sentido da vida encontrado a partir da meditação e do Budismo

**Discurso-síntese:** “Parece que a vida precisava ter alguma coisa, parecia que faltava alguma coisa, então eu fui procurar. E tudo ganhou um sentido diferente com o Budismo. Até

o processo de meditação já não significava mais simplesmente meditar por um bem-estar, significava uma atitude religiosa, uma atitude de devoção. O mais importante é não perder esse fio condutor, os ensinamentos, o refúgio. Acabo tendo um objetivo agora de tentar atingir a iluminação e tentar trazer benefícios para as pessoas”.

Enquanto alguns meditantes “sem religião” estão concentrados em uma prática *wide path*, esse grupo de entrevistados está conectado ao *deep path*, pois tratam-se de pessoas intimamente ligadas a alguma linhagem tradicional do Budismo; seja como praticantes, monge e/ou coordenador de atividades de centros budistas localizados em Curitiba. As contribuições trazidas por eles difere do grupo anterior à medida que aqui a crise não se conjectura contra um paradigma religioso. Ao contrário daqueles meditantes que rechaçam todo tipo de institucionalização da espiritualidade ou do exercício de autoconhecimento, os meditantes budistas acreditam que é justamente no seio do Budismo que suas crises pessoais serão apaziguadas.

Esse é o caso da médica Uehara (2018) que comenta que após ter dedicado anos da sua vida exclusivamente aos estudos e à preparação para o campo profissional, começa a sentir que se dedicar apenas ao desenvolvimento dessas metas é insuficiente: “Assim, só eu fazer faculdade e pensando em ter um trabalho é... parecia que faltava alguma coisa”. O sentimento de que falta algo marca o início de uma busca por diferentes tradições religiosas para encontrar um entendimento quanto à existência humana: a verdadeira natureza e a causa da vida humana. Os questionamentos basilares da sua jornada de descoberta sobre o propósito da vida são elucidados nessa fala:

Então as perspectivas futuras são o que? Eu estou estudando para eu virar uma trabalhadora, para eu ter uma família, para o que mais assim? Então precisava de alguma coisa e eu não sabia exatamente o que era. Então eu fui procurar. [...] Mas eu não sei bem o que eu estava procurando sabe? Eu só achava que não era suficiente a perspectiva de vida que eu estava tendo naquele momento. Tinha que ter alguma coisa que desse sentido mais profundo para as coisas que eu já estava fazendo (UEHARA, 2018).

A psicanalista Maria Lúcia Homem (2018) definiria os questionamentos de Uehara (2018) como uma angústia estrutural que significa um “não saber sobre a causa da vida humana”. Se não respondida adequadamente, essa angústia pode ser transformada num sentimento de carência que é utilizado pelo capitalismo para criar necessidades; as quais, por sua vez, alimentam um consumo desenfreado por objetos, relações e experiências. Pensamento reforçado por Wada (2018): “No íntimo as pessoas percebem o quão vazia é essa vida daqui

que a gente vive, como ela é desprovida de sentido. E a gente tenta botar sentido em coisas, objetos e objetivos da vida”.

O Budismo não é a única tradição religiosa que vai se apresentar como um caminho para pessoas que estão, como Uehara (2018), em busca de respostas para o sentido da vida; seus questionamentos retratam uma inquietação que há séculos desencadeia um conflito intenso entre diferentes epistemes – religiões e ciências tentam provar a causalidade última da existência do universo, da vida e da consciência, oferecendo à sociedade uma miríade de respostas. Todavia, o diferencial dessa tradição (na visão dos meditantes budistas) pauta-se na supervalorização do momento presente e nos métodos que apresenta para o ser humano conquistar uma vida mais equânime. No âmbito dos ensinamentos compartilhados pela maioria das suas escolas, o foco dessa tradição recai pontualmente no tratamento das crises humanas por meio do exercício das práticas contemplativas.

Assim, mediante a meditação os praticantes começam a compreender que existem diferentes paisagens sutis da mente que operam de acordo com o papel que estão desempenhando em dada situação de vida; o que possibilita uma compreensão do funcionamento de suas emoções. Mas isso tudo depende da contemplação, que é o primeiro passo para estimular o processo de observação da mente atuando.

Aí sim, você vê que você está atuando com uma mente raivosa, irritada, tudo bem, isso vai produzir certas consequências, resultados. E não vale a pena talvez. Aí você começa a diminuir isso. Não quer dizer que você não tenha ainda, mas aí você já começa a ver aquilo surgindo (DAVANZO, 2018).

A disponibilização de um método para lidar com as crises individuais já foi identificado pelos meditantes irreligiosos como um ponto favorável do Budismo em relação a tradições cristãs, e é reforçado também pelos meditantes budistas. Sendo inclusive esse um dos motivos que fez Davanzo (2018) migrar do cristianismo para a religião budista, uma vez que aquele apresenta apenas recomendações: “você deveria fazer. Mas não tem um método de como que eu faço para ser mais generoso ou bondoso, ou como que eu faço para superar a raiva”. O coordenador de uma das unidades do CEBB (Centro de Estudos Budistas Bodisatva) de Curitiba defende que a meditação é um método que ajuda a aproximar mais as pessoas do caminho espiritual visto que atua diretamente na superação de paisagens mentais limitadas.

Voltando para a questão existencial colocada por Uehara (2018) como o estopim da sua jornada espiritual, ela encontra no Budismo uma explicação tida como suficiente: a finalidade última da existência humana é viver cada fração do momento presente evitando limitar a mente

em conteúdos de ignorância, raiva e aversão; e procurar agir compassivamente com todos os seres. Acredita-se, portanto, que quanto mais um praticante aprofunda nos ensinamentos budistas mais se amplia sua consciência, e a expectativa é que não existam mais dúvidas quanto ao motivo da sua existência. Perguntas como: “O que que eu estou fazendo da vida? O que que eu estou fazendo no mundo?” desaparecem, porque “é como se a gente entendesse que não tem duas coisas para fazer. E trazer benefícios aos seres é o nosso ponto” (DAVANZO, 2018).

Ademais, Davanzo (2018) explica que, no contexto budista, a vida deve ser destinada a desenvolver as quatro qualidades incomensuráveis do ser: o amor, a compaixão, a equanimidade e a alegria. O amor é potencializar o que o outro tem de positivo; a compaixão é o interesse em trazer benefícios a todos os seres, a buscar socorrer o outro de forma sábia; a equanimidade é a disposição em praticar as duas qualidades de compaixão e amor; já a alegria é fruto natural desse processo todo<sup>117</sup>. Para Uehara (2018), o desenvolvimento dessas qualidades é consistente com sua busca por um propósito maior para a vida.

Acabo tendo um objetivo agora de tentar atingir a iluminação e tentar trazer benefícios para as pessoas né? Mas acho que é isso [...] Então essas coisas trazem um sentido maior, porque antes parecia assim... a vida tem que valer a pena de algum jeito sabe? E aí quando eu penso nessas coisas que a meditação e o Budismo me traz (sic), é... faz mais sentido. Neste sentido que eu acho que preencheu aquele vazio que eu tinha (UEHARA, 2018).

A seriedade com que esse grupo de entrevistados enxerga o Budismo como um suporte para suas vidas e principalmente para a prática da meditação faz com que tenham, inevitavelmente, críticas às práticas associadas ao *wide path* que terminam por restringir o propósito original da meditação que estaria ancorado na base conceitual budista. Conforme denuncia o monge Wada (2018): “Eu respeito esse movimento de *mindfulness*, de aumento de produtividade, de benefícios da meditação na vida cotidiana, mas esse é um aspecto ainda muito raso sobre o que ocorre de fato”.

Wada (2018) explica que de uma forma ou de outra a prática constante da meditação resultará na aquisição de foco, concentração e clareza – habilidades que auxiliam as pessoas a organizar seus pensamentos de forma favorável ao desempenho das atividades diárias e profissionais – todavia, usar a meditação somente para tal finalidade é distorcer e limitar os reais propósitos pelos quais a prática foi mantida viva no Budismo há mais de dois milênios. Desse modo, enxerga-se como equivocado o comportamento dos que optam por usar a

---

<sup>117</sup> “E aí a equanimidade assim, não tem outra coisa para fazer. - Mas será que eu faço isso ou faço aquilo? Não, a equanimidade é uma igual disposição de fazer essas duas coisas, e aí surge uma alegria”. (DAVANZO, 2018).

meditação como uma simples ferramenta para conquistar uma vida de alta performance, na qual uma produtividade eficiente é a máxima demonstração de sucesso.

Usando como exemplo a sua própria experiência, Wada (2018) comenta que inicialmente buscou a meditação pois estava com dificuldades em se recuperar de um evento traumático; porém, sua relação com a prática mudou completamente quando se tornou monge e teve contato com os rituais e as cerimônias da religião budista, passando a compreendê-la como um caminho espiritual. A partir de então, a meditação não tinha mais um propósito de alcançar bem-estar, mas “significava uma atitude religiosa, uma atitude de devoção. [...] Isso, de repente, começa a fazer sentido” (WADA, 2018).

Ele complementa que um dos fatores que o distanciou dessa dimensão religiosa da meditação foi o desenvolvimento de uma mentalidade demasiada científica que rejeitava qualquer prática mística: “Eu segui por muito tempo esse lado científico né? Então essa visão, enfim, qualquer coisa de misticismo é completamente subjetivo né? Então, isso é simplesmente deixado de lado” (WADA, 2018). Discurso que nos remete novamente à questão dicotômica entre ciência e religião, já abordado anteriormente. Ao que parece essa dicotomia foi incorporada de tal forma na vida dos sujeitos modernos/ocidentais que eles próprios sentem que o exercício da ciência não os permite exercitar ao mesmo tempo uma prática espiritual. Restando a eles escolher apenas uma abordagem, que nas palavras de Wada (2018) se resume à escolha de “botar o coração nisso aqui<sup>118</sup>”.

Retomando a discussão sobre o verdadeiro objetivo da meditação, depois de amadurecer alguns conceitos, Wada (2018) defende que a meditação não deve ser tomada somente como uma técnica para melhorar o desempenho do indivíduo, pois perde-se a oportunidade de uma profunda autotransformação e de alterar a racionalidade instrumental na qual a sociedade está presa desde a incorporação dos valores modernos.

O médico Corbi (2018) corrobora essa crítica e acrescenta que as práticas orientais estão sendo usadas como um “kit felicidade” que, uma vez aplicadas conjuntamente com uma dieta alimentar restritiva, leva as pessoas a se tornarem altamente produtivas e realizadas. Mas o que não é levado em conta é a existência de todo um processo (lento, contínuo e profundo<sup>119</sup>) de autotransformação.

---

<sup>118</sup> “A mudança começou a ocorrer quando eu comecei a ter fé naquilo, tipo: - Não, acho que se eu não botar o coração nisso aqui, isso aqui não vai funcionar. [...] A partir desse momento, não só a cerimônia começou a fazer mais sentido, como a própria meditação começou a ir muito mais fundo” (WADA, 2018).

<sup>119</sup> “*Just as regular workouts give you better physical fitness, most any type of meditation will enhance mental fitness to some degree. As we’ll see, the specific benefits from one or another type get stronger the more total hours of practice you put it*” (GOLEMAN; DAVIDSON, 2018, p. 10).



Você sabe que a meditação e o Budismo como é visto no convencional é isso, é qualidade de vida, como o yoga. Você sabe, a pessoa toma o suco verde, faz yoga, medita, agora ela é mais feliz. Ou ela produz mais, ganha mais dinheiro, fica mais sarada. E daí não é esse o caso. [...] Na meditação vem também conteúdos difíceis. [...] O mais importante é não perder esse fio condutor, os ensinamentos, o refúgio (CORBI, 2018).

O termo “refúgio” usado por Corbi (2018) é comum entre os budistas e quer dizer colocar-se sob a proteção dos ensinamentos e da comunidade de *Buddha* (toma-se refúgio no *Buddha*, no *Dharma* e na *Sangha*). Davanzo (2018) explica que a maioria das pessoas toma refúgio em coisas que são qualificadas como “impermanentes”: trabalho, casamento, bens materiais, dinheiro; e o resultado disso é a patológica instabilidade do ser, porque essas coisas são transitórias: “Aí quando a energia do outro oscila, se a gente é demitido, a gente oscila” (DAVANZO, 2018). Ao compreender essa dinâmica, o indivíduo naturalmente entende que é preciso tomar refúgio naquilo que é permanente, no que é mais elevado, nos valores ou no Divino (numa linguagem cristã); visto que essas são fontes estáveis de segurança e de felicidade.

Portanto, fica claro para os entrevistados budistas que a meditação não deve ser condicionada a fins egoístas de simplesmente oferecer à pessoa uma mente mais “organizada” e uma vida material mais próspera. Mesmo porque, a motivação de alta performance é autocentrada e limitada no tempo; uma pessoa pode até sentir que está alcançando melhores resultados no trabalho ou nos estudos, mas se o ambiente mental não for adequadamente purificado, depois de um tempo ela vai experimentar as mesmas sensações de insatisfação e sofrimento de sempre (DAVANZO, 2018). Em razão disso, defende-se que é preciso manter uma prática consistente<sup>120</sup>, profunda e suportada pelos ensinamentos da tradição, combinação eficaz na tarefa de purificar a mente das toxicidades que podem vir a engatilhar atitudes nocivas ao próprio ser, aos outros e ao meio ambiente e, conseqüentemente, conduzi-la para uma fonte de energia que é estável e que está sempre disponível.

Outra crítica formulada às práticas *wide path* é que ao invés de ajudar o indivíduo a sair de uma condição de sofrimento, elas podem acabar mascarando ou até reforçando tal realidade. É o caso de uma pessoa que está em crise, mas não tem interesse em buscar as raízes da sua insatisfação; optando, ao contrário, em apenas encontrar uma maneira de silenciar a crise e voltar a ser funcional e produtivo. Nessas situações a meditação acaba atuando como uma

---

<sup>120</sup> Davanzo (2018) reforça a questão da persistência na prática de meditação sugerindo que até mesmo a motivação da pessoa pode mudar caso ela persevere: “A pessoa vai entrar com a motivação que for, mas se ela ficar, ela vai atingir a motivação certa”.

ferramenta para manter o indivíduo ativo e em “perfeito” funcionamento na engrenagem social, conforme elucida esse discurso de Wada (2018):

Algumas pessoas enxergam a meditação dessa maneira, né? Eu sou uma pessoa com dificuldades, eu sou uma pessoa ansiosa e, por favor, dê uma polida aqui, dê uma ajeitada na minha engrenagem para que eu possa funcionar como todos os outros funcionam. Mas essa pessoa não se dá conta de que o próprio processo de rejeitar-se, faz-se questionar sobre aquilo que você está fazendo. E a partir de então, essa engrenagem na qual você quer se encaixar, ela começa a deixar de fazer sentido também. E esse processo é inevitável.

Nessa fala, o monge define um tipo de pessoa que não se permite refletir sobre suas crises a partir de uma perspectiva mais crítica, enxergando cada situação/sentimento que a impossibilite de continuar atuando favoravelmente ao sistema social como algo que deve ser imediatamente silenciado – e para tanto, vale tudo, até se usar da meditação no seu sentido “inverso”. Wada (2018) explica que talvez esse indivíduo até se dê conta que mantém um estilo de vida autodestrutivo, mas ao invés de procurar uma mudança estrutural – que envolveria uma profunda transformação dos pensamentos, comportamentos e emoções – acaba buscando modos de entorpecer os “sinais” de que algo não vai bem. Em suma, são pessoas que não procuram sugestões sobre como mudar seus hábitos, mesmo que o estilo de vida que levam comprometa sua saúde física/mental/emocional.

Essas observações quanto à consideração dos sintomas críscos como sinais importantes ao indivíduo, também foram compartilhadas pelos entrevistados “sem religião”. Na verdade esse é um dos pontos que une os dois grupos; ambos estão dedicados a percorrer caminhos (reconhecidos como religiosos ou não) de autoconhecimento para alcançar um autoaprimoramento, mesmo que isso implique na desconstrução de crenças pessoais.

Baja (2019) afirma ser a capacidade de auto-observação a sua primeira conquista com a prática da meditação, o que a levou consequentemente a um questionamento quanto às suas certezas: “Duvidar do meu posicionamento central das coisas. Eu fui me colocando mais à margem, me observando mais e tendo a oportunidade de mudar meu comportamento”. Essa ânsia por mudar o comportamento, aperfeiçoar, melhorar, ou seja, tornar-se um ser humano “melhor” tem a ver com a noção de “progresso espiritual” compartilhado pela maioria dos meditantes (sejam eles adeptos a alguma religião ou não), como veremos a seguir.

### 5.1.3 Discurso da espiritualidade como a fonte de conexão com o todo

**Discurso-síntese:** “Para mim espiritualidade é a essa ligação com o cosmo, assim como uma célula faz parte do meu corpo, eu faço parte de um corpo maior. E a intuição e o silêncio são nossas ferramentas de comunicação com o fluxo da vida, com essa inteligência da terra (do cosmo)”.

Um dos elementos de complexidade que permeia a análise do tema “religião” é que a autodenominação por grande parte dos entrevistados como irreligiosos não implica necessariamente indiferença ou incredulidade espiritual. Muito pelo contrário, a fala deles demonstra que se reflete sobre o tema; que possuem crenças, praticam rituais e compartilham de uma visão pluralista e integralista da vida – o que os leva a considerar que a espiritualidade não é um âmbito diferenciado dos demais, ela permeia e é permeada por todos os contextos de vida. Portanto, o que se nota é que para uma parcela dos irreligiosos a ausência de uma institucionalização da prática da meditação não quer dizer inexistência de uma crença espiritual, mas sim a existência de um modo diferenciado de vivê-la.

Antes de avançar na explanação desse tema, é preciso fazer uma ponderação a respeito de uma discussão que tomou proporção com o advento da Nova Era<sup>121</sup> e que versa sobre uma perspectiva espiritualista que emerge em oposição à religião tradicional. Para esse fenômeno cultural, a religiosidade prevê uma adesão formal e limitante a critérios externos entendidos como “fossilizados”, enquanto o que a sociedade precisa é de experiências vivas, autênticas e pessoais do sagrado (FRIGERIO, 2016).

Assim, resumidamente, defende-se que a religião está associada a uma prática mais orientada a dimensões externas que incluem instituições, igrejas e templos, profissionais religiosos, símbolos e rituais sagrados a um Deus de “fora”; sendo o religioso aquele que vive no âmbito das práticas institucionais, da obrigação, dos rituais e dos líderes religiosos tradicionais (aqui o olhar negativo recai sobre a falta de autenticidade). Em outra extremidade, encontra-se a espiritualidade mais ligada com a autonomia e a subjetividade que remete à busca de expressões associadas com a ideia da plena consciência e autenticidade. Logo, a culpa, o

---

<sup>121</sup> Ao resgatar o surgimento e amadurecimento da Nova Era nos Estados Unidos e América Latina, Amaral (1999, p. 56) constatou que o movimento não se trata de uma exigência econômica da “lógica do mercado” capitalista, mas sim de um tipo de resposta a uma “lógica espiritual” que “tem na dispersão do sagrado a originalidade de sua concepção de mundo e do divino no mundo”.

medo ou as obrigações intrínsecas à religião se contrapõem ao desenvolvimento livre e pessoal da espiritualidade<sup>122</sup>.

E como os sujeitos modernos/ocidentais meditantes analisados nesta tese se posicionam ante esse tema? Os meditantes “sem religião”, de certo modo, estão alinhados com essa perspectiva da espiritualidade livre e autônoma à medida que desenvolvem um entendimento próprio do que seria a espiritualidade a partir de uma síntese de tudo o que já vivenciaram em rituais, cursos, retiros e encontros de diferentes tradições como o xamanismo, espiritismo, hinduísmo, budismo e o próprio cristianismo. A reflexão mais enfaticamente compartilhada entre eles é a ideia de espiritualidade como aquilo que define o sentimento de pertencimento ou o entendimento de comunhão entre todos seres. Como é explicado nessa fala de Thomas (2018):

Existe uma inteligência que é o planeta, do qual eu faço parte, assim como uma célula faz parte do meu corpo, eu faço parte de um corpo maior. Então, você se enxergar nesse campo mais amplo, para mim é espiritualidade. E eu conseguir ver isso, sair do centro do mundo, é isso que é espiritualidade para mim.

Desse modo, acredita-se que a espiritualidade é o polo oposto da ilusão da separatividade<sup>123</sup>. Em suma, a separatividade é uma ilusão à medida que se consolida por alguém que está identificado com as camadas mais superficiais da mente, permanecendo preso aos conceitos, rótulos, imagens, palavras, julgamentos, definições e formas que simbolizam o ego<sup>124</sup>. As formas não são apenas externas, mas formas-pensamento que continuamente surgem no campo da consciência e que bloqueiam toda a verdadeira relação que existe entre os sujeitos e sujeitos; sujeitos e natureza; e os sujeitos e uma inteligência superior. Nesse sentido, a espiritualidade é o desenvolvimento de uma capacidade em dissolver a ilusão da separatividade e em experimentar a conexão cósmica.

Para os meditantes que compartilham dessa visão espiritual, no silêncio da meditação uma força se manifesta para além da dualidade. A luz divina que brilha na escuridão do ser é substância e força; amor e vontade; feminino e masculino; mãe e pai. Essa luz integradora pode ser qualificada como a energia primitiva, a natureza, o poder mágico, a saúde, a fertilidade etc.

---

<sup>122</sup> Sociólogos da religião observam que no século XXI, ambas as modalidades de misticismo (dentro e fora das igrejas) têm ganhado força. Mas o antropólogo argentino Frigerio (2016) defende que, quantitativamente, o “*unchurched mysticism*” ainda se desenvolve de forma mais expressiva nas sociedades contemporâneas.

<sup>123</sup> O escritor espiritualista Eckhart Tolle (2010) explica que um pensador compulsivo, que está encerrado exclusivamente em sua mente pensante, tende a viver num estado de total separação que consequentemente cria um mundo com todas as fragmentações de uma mente que não é capaz de integrar.

<sup>124</sup> “O ego é a conglomeração de recorrentes formas-pensamento e de padrões mentais-emocionais que estão investidos com a sensação do eu. Isso é o esquecimento do “Ser”, o erro primordial, a ilusão da absoluta separação” (TOLLE, 2010).

São elementos primitivos, originais, que estão disponíveis no ser humano desde o embrião, aguardando apenas o seu acesso.

Assim, passa-se a compreender e a sentir que o ser humano é um cosmo em miniatura e que a psique e o cosmo comportam-se como mundo interior e mundo exterior; o que implica que “o homem participa por sua natureza de todo acontecimento cósmico e está entretecido a ele, interna e externamente” (JUNG; WILHELM, 2017, p.80). É essa integração entre ser humano (mente, corpo, emoções) e cosmo (universo, natureza) que os sujeitos que meditam relatam experienciar: “Nós, no nosso silêncio, a gente une céu e terra no nosso coração (BAJA, 2019)”.

A aceitação de que existe tal conexão cósmica leva inevitavelmente ao igual consentimento de que há um método pelo qual é possível desenvolver ou resgatar a capacidade de interconexão. Para alguns entrevistados, isso se dá pelo aprimoramento da intuição, faculdade que foi rechaçada por Platão, seguido de Descartes e veementemente silenciada durante os processos de modernização, colonização, industrialização e especialização; mas que volta a ser valorizada pelos meditantes como um meio de conhecimento eficaz, principalmente no que tange à experiência da espiritualidade. A professora Garanhani (2018) resume essa crença na seguinte fala:

Para mim, espiritualidade é isso. É essa ligação com o cosmo que a gente não conhece muito, a gente imagina e acredita. [...] A única ferramenta de comunicação com tudo isso, para mim é só uma: é a intuição. [...] A gente aprimora ela por meio da meditação, a gente desenvolve e aprimora. [...] A intuição é a nossa ligação com o cosmo, é a nossa ligação energética com o cosmo.

Acreditar que a meditação pode auxiliar no aprimoramento da intuição (que, por sua vez, é a chave da experimentação da interconectividade da vida) é compartilhada pelos entrevistados budistas que explicam em outras palavras como se dá a liberação do sentimento de separatividade. Primeiro enfatiza-se que, no contexto do Budismo (tibetano), a compreensão da espiritualidade está inevitavelmente atrelada ao reconhecimento de que existe uma natureza última (a natureza de *Buddha*), e isso “é o que há de mais espiritual. Perder essa visão é perder a espiritualidade” (DAVANZO, 2018). Depois esclarece-se que é possível que uma pessoa não seja capaz de perceber a natureza última devido a obscurecimentos que a impedem de tal constatação, é quando a meditação entra como um instrumento que ajuda a remover os obstáculos que causam o obscurecimento – para cada tipo de obstáculo existe um tipo de prática meditativa que vai ajudar a alterar as estruturas mentais. Assim, quanto mais “eu removo os

obscrecimentos, menos eu opero fixado numa identidade ou achando que aquela realidade é fixa (DAVANZO, 2018)” e mais me aproximo da natureza de *Buddha*.

Cabe lembrar que essa ideia de natureza última parte de uma visão não-dualista que não é compartilhada por todas as escolas budistas. Para o Budismo *Theravada*, por exemplo, trata-se de uma escolha que muitos indivíduos fazem em sacrificar a realidade pela unidade. Essa particularidade foi descrita no capítulo anterior quando explicou-se que, para essa escola em particular, os ensinamentos de *Buddha* não são direcionados para a afirmação de um absoluto que tudo incorpora e onde as tensões da existência diária se dissolvem em uma unidade metafísica; ao contrário, são direcionados para o entendimento das coisas como realmente são, para a realidade como domínio último da compreensão<sup>125</sup>.

Entretanto, como essa visão não-dual de certa forma é predominante nas entrevistas (mesmo entre os entrevistados que não são budistas) optei em explorar ela um pouco mais para tentar elucidar quais suas implicações no contexto da sociedade hegemônica ocidental.

A crença no (des)cobrimento de uma inteligência superior da qual os seres humanos fazem parte é um fenômeno categoricamente estudado no campo dos estudos religiosos. Ao investigar o movimento denominado por “Orientalização do Ocidente” Campbell (1997) assume que estamos passando por um radical distanciamento da doutrina literal e histórica do cristianismo, que reforça uma imagem transcendental de Deus. As crenças orientais, pulverizadas em diversas práticas terapêuticas de cura, em textos filosóficos e de autoajuda constroem um alicerce de substituição da imagem transcendente do divino tradicionalmente ocidental pela imagem imanente oriental, onde a bondade da humanidade e a espiritualidade que conecta a natureza do homem ao mundo natural são enfatizadas. Nesse contexto, pensar em “orientalização” não se resume à simples discussão sobre a introdução de ideias e valores religiosos do Oriente, mas refere-se a um profundo enfraquecimento do modo tradicional do Ocidente de conceber o divino e suas relações com a humanidade e o mundo.

Figerio (2016) acrescenta que essa crença na existência de uma centelha divina no interior de cada indivíduo carrega implicações ontológicas e epistemológicas. Ontológica porque o sujeito passa a considerar uma dimensão sagrada no seu processo de sujeição, que o conecta holisticamente a tudo e permite uma superação do próprio estado de alienação. E

---

<sup>125</sup> No capítulo anterior foi esclarecido que essa atitude não-dual de buscar a unidade faz com que a própria meditação apresente propósitos diferentes. Enquanto na tradição *Theravada* o objetivo é a purificação da mente, nas tradições não-duais observa-se essa tendência de romper as aparências diversificadas de modo a descobrir a realidade unificadora que está por trás delas.

epistemológica porque passa-se a incluir como fonte de conhecimento um tipo de experiência individual que é justamente fruto da (re)conexão com essa dimensão sagrada do sujeito.

Nesse sentido, o próprio conhecimento sobre a espiritualidade sofre uma ressignificação, enquanto a religião a ensina de forma coletiva, moral, institucional e simbólica; já no movimento “pós-cristão” rechaçam-se as crenças e adota-se a gnose da experiência, postulando que o sagrado é conhecido por intermédio da própria consciência, sensação ou intuição. Assim, a “nova” espiritualidade pressupõe um deslocamento da fonte que sanciona a legitimidade do seu conhecimento e prática, uma vez que essa fonte é sobretudo individual, interna, vivida, subjetiva e sensível (FIGERIO, 2016).

Outro aspecto que é transparecido a partir desse movimento de ressignificação da espiritualidade pautado no entendimento de que cada ser carrega a “centelha de Luz Divina” é que se fortalece um conceito diferenciado de “progresso” humano que se distancia do entendimento de desenvolvimento (material, econômico, intelectual) cultivado pela modernidade e se atém à algo menos tangível. Ou nas palavras de Garanhani (2018), almeja-se um progresso que se define pela conexão com átomos de luz:

Eu acredito em átomos de luz superiores, que são átomos que viveram experiências “como” eu não ainda não sei, mas são luzes muito intensas, energias muito intensas. E nós estamos buscando essa intensidade enquanto luz, enquanto energia.

Levando em consideração outros estudos que se debruçaram sobre o tema do progresso espiritual, suponho que esse discurso da entrevistada remete ao processo denominado por Amaral (1999) como “educação espiritual”. Educar-se espiritualmente é ampliar o poder humano, desenvolver sensibilidade e intuição para, em sintonia com essa “centelha divina<sup>126</sup>”, permitir a manifestação plena da vida – que o poder divino possa agir por meio do espírito humano (AMARAL, 1999). Insere-se nesse contexto também, a noção de escala espiritual, a qual prevê que “todos os seres existem em uma escala de espiritualidade, uma escala que pode se estender além desta vida” (CAMPBELL, 1997, p. 12). Ideia que traz tantos outros elementos, como a reencarnação e a necessidade de cada indivíduo de se autoaperfeiçoar em oposição à noção ocidental de salvação, o que representa mais um rompimento com os ideais cristãos.

Portanto, tomando como base os estudos supracitados e os discursos elaborados pelos entrevistados desta pesquisa, infere-se que para os sujeitos modernos/ocidentais meditantes o

---

<sup>126</sup> “A consciência individual ampliada torna-se consciência planetária e cósmica, outorgando à autonomia um novo significado. Ser socialmente autônomo é agora ser divino e estar ligado a uma totalidade divina” (CAROZZI, 1999, p. 160).



conceito de progresso e desenvolvimento atrelado exclusivamente ao acúmulo material, econômico e de conhecimento intelectual é revisto, de forma que a imagem de um “modelo de sucesso” não é mais possuidor das seguintes características: homem, branco, acumulador de posses, empresário, heterossexual, católico. Se existe um modelo, um exemplo de ser (humano ou não) a se admirar, ele está simbolicamente representado por um “ser de luz” que pode ser acessado fisicamente ou não; por um homem/mulher de cor morena, sem posses, sem vaidades, de vestes laranjadas e cabeças raspadas – ou seja, por um ser que inspire sabedoria, paz, serenidade e indique um caminho para que as pessoas sejam capazes de educar-se espiritualmente e encontrar a “verdadeira” felicidade.

A crença em tal progresso espiritual implica outrossim no abandono de uma visão autocentrada da vida e na fragilização da dessacralização radical<sup>127</sup>, ambos posicionamentos marcantes da era moderna que situou o homem no centro do universo e desconsiderou o inconsciente para cultuar o consciente. Nesse sentido, observa-se uma predisposição em resgatar tradicionais meios de conhecimento que se ancoram nos sentidos e na intuição para explorar o desconhecido; e em confiar que nem sempre é necessário desenvolver uma compreensão lógica de todas as coisas – o silêncio, o mistério<sup>128</sup> e o inexplicável são respeitados.

Como exemplo, Davanzo (2018) salienta que a natureza de *Buddha* é inconcebível e inexprimível, a partir do momento que se tenta explica-la, ela já se esvazia de significado. “Tudo que a gente falar dela, já não é [...] Quando a gente usa a linguagem a gente já está usando uma dualidade. Já é alguém descrevendo alguma coisa. Então não precisa ser descrita” – ela precisa ser manifestada de forma incessante e não compreendida. Portanto, defende-se que quanto mais se especula intelectualmente sobre a dimensão sagrada da vida, mais se enfraquece o poder do senti-la e intuí-la.

Desse modo, os meditantes refletem que as sociedades humanas se beneficiaram muito e ainda podem continuar evoluindo às bases do conhecimento lógico e instrumental; mas assumem que é preciso valorizar igualmente as crenças, os mitos e os mistérios das culturas

---

<sup>127</sup> A ideia de que Deus é uma “hipótese suscetível de um enfoque intelectual” ou que “os fatos religiosos podem ser criticados intelectualmente” começa a ser enfraquecida (JUNG, 1980). Passa-se a valorizar a experimentação dessas sensações sagradas e não mais a sua compreensão. Ou nas palavras de Yogananda (2013, p. 607): “Como podem os limitados poderes de raciocínio do homem compreender os motivos inconcebíveis do Absoluto Incriado? A faculdade de raciocínio no homem, acorrentada pelo princípio de causa e efeito do mundo dos fenômenos, desconcerta-se ante o enigma de Deus”.

<sup>128</sup> Para Roszak (1972, p.153), nenhuma sociedade, “nem mesmo nossa tecnocracia profundamente secularizada, pode jamais dispensar o mistério e o ritual mágico, que são os verdadeiros elos da vida social”.

tradicionais, pois nem tudo pode ser conhecido e controlado pela mente humana – há um limite para a interferência do homem sob a perspectiva do mundo supernatural.

Baja (2019) explica melhor essa ideia ao afirmar que a inteligência humana, ocupada exclusivamente da garantia da sua sobrevivência, acaba criando um mundo descolado da harmonia que existe na natureza e cria um descompasso da magia que é esse fluxo natural da vida<sup>129</sup>. “E aí descolado dessa harmonia a gente não entende o que está regendo as coisas e começa a querer controlar as coisas, para que elas tenham correspondência com as minhas ideias sobre a vida” (BAJA, 2019); mas quanto mais se esforça para controlar a vida mais se afasta da mente universal, que opera por intermédio de uma inteligência invisível.

Essa inteligência a qual Baja (2019) se refere trata-se de uma faculdade que não pode ser obtida pela “corrente dos saberes humanos”, que não vem pelo exercício do raciocínio, mas sim pelo silêncio.

Ela vem do silêncio. [...] Tudo isso ocorre em silêncio se você pensar, uma árvore cresce em silêncio, não tem um raciocínio conduzindo aquilo tudo. Então silêncio quando eu falo é a ausência de uma mente cognitiva criando ideias, controlando as coisas, criando conceitos. O fluxo da vida é silencioso. Então quando eu silencio a minha mente, eu volto a estar conectada a esse fluxo vivo. Daí não tem personalidade nisso, você não pode dizer que isso é teu. Não foi você, você não desenvolveu nada ali. [...] A gente começa a entender algo muito maior, misterioso. E não te passa pela cabeça se desconectar disso, dessa inteligência da terra (BAJA, 2019).

O ato de reposicionar a razão e o próprio ser humano como centro de tudo indica um interesse em desestruturar a realidade do ego como uma unidade de identidade isolável e puramente cerebral (transcendendo a consciência da cultura dominante); e um despertar das sensações, das emoções, dos sentidos, do corpo, e de outra forma de conhecer e vivenciar a espiritualidade. Ademais, a prática de uma espiritualidade que não transita pelo inteligível<sup>130</sup>,

---

<sup>129</sup> O excesso de poder e força característico da sociedade moderna/ocidental gerou um entendimento de que todas as conquistas do sujeito são apenas resultado de um esforço consciente da sua vontade. Mas para Jung (1980), um desejo só se concretiza se já houver simultaneamente um fluxo natural no mesmo sentido. O que significa que é preciso reconhecer que existe uma “força” externa ao sujeito que opera na sua vida, conduzindo-o a tomar determinadas direções, as quais podem estar alinhadas com a vontade dele ou não. Portanto, é preciso deixar de dispender esforços desnecessários de desespero para conquistar determinado objeto ou transformação, pois entende-se que se algo não flui naturalmente, o resultado do esforço não vai ser positivo, ao contrário, vai gerar mais repressões: “Estou mais do que convencido de que o caminho da vida só continua onde está o fluxo natural” (JUNG, 1980, p.48).

<sup>130</sup> “Todos os grandes profetas permaneceram silenciosos quando solicitados a desvendar os segredos finais. Quando Pilatos perguntou: “Que é a Verdade?”, Cristo não respondeu. As indagações muito pomposas de intelectualistas como Pilatos raramente procedem de um ardente espírito de pesquisa. Tais homens preferem falar com a arrogância vazia que considera a falta de convicção sobre os valores espirituais sinal de “mentalidade aberta”. [...] A verdade não é uma teoria, nem um sistema filosófico especulativo, nem um *insight* intelectual. A

indica que existe uma potencialidade humana ainda não acessada e/ou que foi negligenciada pelas culturas modernas. E ao passar a considerar o mito, o afeto, o amor, a mágoa, a raiva, o sagrado, a espontaneidade, a magia do não palpável, emerge uma nova crise: a crise do pensamento moderno/ocidental instrumental.

## 5.2 A CRISE DO PENSAMENTO MODERNO/OCIDENTAL INSTRUMENTAL

A colonização moderna intelectual é a máxima expressão de uma repressão progressiva do que julgava-se haver de animal no homem, como se o projeto de humanização viesse acontecer apenas com a morte do que ainda restava de natureza no homem. Consequentemente, a superioridade cultural criada pela colonialidade do poder (QUIJANO, 2005); do saber (ESCOBAR, 2005) e do ser (DUSSEL, 1994) legitimou o direito de controlar, usurpar, manipular, abusar e extinguir todo ser (vivo) ou sociedade que se encontrasse do outro lado da linha abissal; e a força de outras inteligências (como a intuição) foi sendo enfraquecida e silenciada desde a colonização para que os especialistas práticos<sup>131</sup> pudessem controlar os ciclos da vida social e natural<sup>132</sup>.

Nessa esteira, o filósofo sul coreano Byung-Chul Han (2017) teoriza que a caverna de Platão é um teatro como mundo da narrativa que se contrapõe à alegoria da caverna do mundo do conhecimento. A luz solar platônica é hierarquizada; edifica um sistema linear e etapista do conhecimento que parte do mundo das meras cópias das coisas que são percebidas pelos sentidos até o mundo inteligível das ideias. Desde então, reforçou-se a crença de que apenas o conhecimento obtido pelo exercício do pensamento é válido e superestimado; e a civilidade do homem é medida pela sua capacidade de superar o comportamento primitivo<sup>133</sup> ao reprimir não só o mistério e a magia, mas também os seus instintos, suas emoções, seus sentimentos,

---

verdade é a correspondência exata com a Realidade. Para o homem, a verdade é o inabalável conhecimento da sua natureza real, do seu Eu como alma” (YOGANANDA, 2013, p. 609).

<sup>131</sup> Para Jung e Wilhelm (2017) o especialista que usa o intelecto para gerenciar uma sociedade representa o espírito masculino, que por si só é inadequado para promover a transformação de uma cultura. Já o feminino que carrega as características de um espírito elevado, vai ser portador natural das energias livres – o fluxo natural que existe independentemente da vontade do ser humano, mas que é amplamente ignorado pela energia masculina.

<sup>132</sup> “Aproxima-se para o Ocidente o dia em que a ciência interna do autodomínio será considerada tão necessária quanto a conquista externa da natureza” (YOGANANDA, 2013, p. 280).

<sup>133</sup> A nível psicológico, Jung denuncia que apesar do homem civilizado se considerar superior aos saberes primitivos, ele ainda mantém um “remanescente da inconsciência primitiva da não-diferenciação do sujeito e objeto”. Por isso ele se sente afetado “magicamente” por outros seres humanos, coisas e circunstâncias. E mesmo que ele se sinta liberado dos amuletos, bolsas medicinais e sacrifícios animais, ele continua manifestando esses afetos; agora porém por meios distintos, como “neuroses, racionalismos extremos e culto da vontade” (JUNG; WILHELM, 2017, p. 50).

percebendo-se como plenamente capaz de se ater somente a uma racionalidade prática e objetiva.

O que se constatou a partir da análise do tema da religião é que os entrevistados estão colocando em xeque essa crença que fundamenta a modernidade, ao fornecer credibilidade a outras capacidades, como a intuição, para a produção do conhecimento – “[...] a gente vai perceber que a nossa inteligência [...] não vai ficar limitada assim aos nossos neurônios, à nossa caixa craniana. Mas eu preciso do silêncio para reconhecer isso” (BAJA, 2019). Desse modo, aos poucos o sujeito moderno/ocidental meditante vai deixando de ser apenas racional e intelectualmente desenvolvido, para se portar outrossim como intuitivo ou aquele que “sente” e não apenas “pensa”.

Nesta seção, vamos continuar observando como se constitui essa crise da racionalidade instrumental, especialista e utilitarista sob a perspectiva dos meditantes. E para compor essa crise, foram selecionados na fala dos entrevistados discursos que refletem sobre: a) a hegemonia da medicina convencional e a insuficiência desse sistema de saberes em promover uma cura integrada dos indivíduos, oferecendo-se em contrapartida as Práticas Integrativas e Complementares (PICs) como um caminho mais complexo e diversificado de cura; e b) a hegemonia do conhecimento intelectual/lógico/racional (no qual a própria medicina convencional se fundamenta) e que acaba por desqualificar outras qualidades essenciais do ser humanos.

### 5.2.1 Discurso da insuficiência da medicina convencional e a valorização das PICs

**Discurso-síntese:** “A medicina convencional não vai na verdadeira causa do problema e os médicos tornam pessoas minimamente funcionais numa sociedade patológica. As PICs e a meditação auxiliam nesse processo de cura, de autoconhecimento, de empoderamento e de geração de autonomia, além de ser um trabalho de prevenção e promoção de saúde”.

O sistema de saúde ocidental que abrange a prática da medicina e a indústria farmacêutica, ambas pautadas exclusivamente no conhecimento científico especialista, foi alvo de muitas críticas pelos entrevistados. Para a professora Nichel (2018), a lógica que permeia o processo de cura (diagnóstico e prescrição de medicamentos) proposto pela medicina convencional não é eficaz em fornecer uma compreensão integral sobre a situação do indivíduo enfermo:

A indústria farmacêutica e os medicamentos convencionais eles não dão conta do todo. Eles remediam, né? Mas eles não vão na verdadeira causa do

problema. Então, eu não acho que é ruim tomar medicamento, mas eu acho que ficar sempre buscando nele a solução das coisas não é o melhor caminho. Então eu vejo que essas práticas auxiliam nesse processo de cura e de autoconhecimento mesmo (NICHEL, 2018).

Nessa expressão-chave, podemos observar duas crenças: a de que o método de tratamento proposto pelo sistema de saúde ocidental é insuficiente (pois não busca a causa da doença), e a de que a meditação e outras práticas de cura não convencionais podem complementar essa lacuna da medicina ocidental.

A preocupação com a causa do problema é bastante relatada entre os meditantes, eles não se conformam com procedimentos superficiais e generalistas que visam somente agir sobre os sintomas e/ou que tratam o corpo físico do paciente isoladamente de um contexto emocional e mental. Observou-se na seção anterior que, independentemente da questão institucional da meditação, há um interesse comum em estimular uma reflexividade crítica sobre si mesmos, buscar meios de transcender suas limitações (mentais/emocionais) e construir uma vida mais consistente de sentido existencial. Para tanto, recorre-se a saberes e técnicas (como a meditação) alternativas ao sistema convencional de saúde que lhes possam fornecer respostas mais complexas sobre as enfermidades ou crises pessoais que enfrentam<sup>134</sup>.

Embora não se possa afirmar que a meditação carrega o título de alternativa<sup>135</sup> sob o ponto de vista da abrangência, pois ela passou a ocupar vastamente os espaços e as vidas das sociedades ocidentais, ainda assim é periférica quando comparada à lógica que fundamenta o pensamento moderno/ocidental hegemônico. Enquanto as epistemes ancoradas na racionalidade instrumental e utilitarista reforçam um projeto de desenvolvimento que carrega como premissa o crescimento econômico ilimitado a todo custo, a meditação se ancora num outro tipo de entendimento sobre “progresso”, o qual é sobretudo espiritual e que promove uma

---

<sup>134</sup> Essa pode ser uma das razões porque há um crescente interesse nas práticas orientais, já que o Oriente se dedicou principalmente ao conhecimento de aspectos internos valorizando o exercício da introspecção, sem levar muito em conta as problemáticas do mundo externo. Ao contrário do Ocidente que explorou as profundezas da psique suportado por um vasto conhecimento da História e da Ciência (JUNG; WILHELM, 2017).

<sup>135</sup> Para alguns autores, o fenômeno esotérico, místico, espiritual que antes era classificado como alternativo, não pode mais receber tal rótulo visto que são práticas que saíram dos lugares escondidos, misteriosos, inacessíveis e clandestinos do espaço urbano. Ao pesquisar a difusão das práticas Neo-esotéricas em São Paulo, por exemplo, Magnani (1999) percebeu a ocorrência de determinadas regularidades entre elas no que tange à implantação e distribuição dos espaços, às normas de funcionamento, à frequência das atividades e inclusive a um discurso de base. São serviços que encontram-se incorporados na paisagem das grandes metrópoles – estão em todos os lugares, são bem visíveis e se legitimam institucionalmente. Outra constatação é que ao assumir abertamente o consumo desses serviços, os usuários não se sentem mais intimidados com uma possível denúncia por estarem acessando conhecimentos tidos como proibidos, pois a difusão dessas práticas pelas cidades também representa uma aceitação maior por religiões como a católica que, na história da humanidade, foi responsável por abominar qualquer tipo de manifestação místico/esotérica (MARTINS, 1999).

mudança profunda na visão de mundo hegemônica (como é o caso da fragilização da ideia transcendental do divino).

Em meio a isso, constata-se que, além da promoção de um intercâmbio de conhecimentos e produção de heterogeneidades, o encontro dos sujeitos modernos/ocidentais com a cultura oriental pela meditação promove uma crise da monocultura de saberes, da hegemonia do pensamento instrumental, da supervalorização da inteligência lógica/racional; e uma conseqüente predisposição a um diálogo de saberes<sup>136</sup>. O qual se fundamenta sobre um encontro de racionalidades, incluindo uma hibridação entre saberes modernos e tradicionais guiados por tradutores.

A crítica sobre a monocultura de saberes e a hegemonia da medicina ocidental é bem elucidada nas seguintes palavras da professora e pesquisadora Stadnik (2018):

O problema é que basicamente metade do planeta nunca viu a cara de um médico, nunca teve acesso a um serviço da medicina convencional. E eu quero dizer que só existe uma medicina convencional? Não é? É jogar fora todo o nosso conhecimento, é jogar fora o que nós temos de verdade. É desvalorizar o ser humano.

O que a entrevistada denuncia com essa fala é o modo como a ciência se coloca como o conhecimento último, aquele mais adequado para resolver todos os problemas e fornecer todas as respostas. Nessa esteira, Jung e Wilhelm (2017, p. 17) salientam que apesar da ciência ter contribuído com significativas descobertas e avanços em todas as áreas, ela é insuficiente e representa apenas um modo de compreensão mediante o mundo e a vida<sup>137</sup>; e o erro dela é pretender “usurpar o trono”, ou seja, reivindicar “para si o privilégio de constituir a única maneira adequada de apreender as coisas”.

A postura de “usurpar o trono” é traduzida por Sousa Santos (2007) pelo conceito de “pensamento abissal”. O autor explica que o pensamento moderno/ocidental (seja científico, filosófico ou religioso) é abissal à medida que impede a copresença de conhecimentos não mensuráveis, que estão além do universo do verdadeiro e do falso. Para esse pensamento hegemônico, de um lado da linha não há conhecimento real; ao contrário, existem crenças,

---

<sup>136</sup> O diálogo de saberes não é um diálogo intersubjetivo, mas um diálogo entre seres configurados pelos seus saberes, abertos a outros imaginários, a outras crenças. Trata-se de um diálogo compreendido como o encontro de seres culturais diferenciados, que dialogam experiências e constroem alianças (LEFF, 2014).

<sup>137</sup> Para os autores, o Oriente e as culturas tradicionais são mais aptas ao ensino de amplas e profundas formas de compreensão, por isso a ciência e a medicina precisam reconhecer a sua qualidade de insuficiência e dialogar com outros saberes.



opiniões, magia, idolatria e intuição, que não obedecem nem aos critérios científicos de verdade, nem mesmo aos dos conhecimentos ditos “alternativos” da filosofia e da teologia.

Já o pensamento pós-abissal traz como premissa a ideia da diversidade epistemológica do mundo, o reconhecimento da existência de uma pluralidade de formas de conhecimento para além do científico. Isso implica renunciar a qualquer epistemologia generalista, pois reconhece-se que o mundo está repleto de distintas formas de conhecimento da matéria, da sociedade, da vida e do espírito; bem como de diversos conceitos sobre o que conta como conhecimento e os critérios que podem ser usados para validá-lo (SOUSA SANTOS, 2007).

Um exemplo de pensamento pós-abissal é o apelo que os entrevistados fazem para a promoção das PICs, que se refere a um conjunto de técnicas de cura e autoconhecimento como a própria meditação; reiki, fitoterapia, acupuntura, yoga, I-Ching, florais etc. Essas práticas, oriundas de saberes tradicionais (ocidentais e orientais), foram menosprezadas e abolidas das sociedades modernas por não passarem pelo crivo da ciência, momento no qual a medicina ocidental se apresentou como um conhecimento muito mais “confiável”. Observa-se, entretanto, que há um movimento crescente em prol da introdução desses saberes nos sistemas de saúde público e privado, o que indica uma crítica à unidade e universalidade típica da racionalidade moderna e à hegemonia da ciência/medicina convencional.

Interessante notar que enquanto no passado essas práticas foram repudiadas pela sociedade por não terem o “selo de qualidade” científico, ultimamente a maioria delas captura a atenção da ciência que, devido avanços tecnológicos de medição e análise, consegue enfim provar sua eficácia e confiabilidade. E então, ironicamente, aqueles que trabalham com essas práticas passam a se respaldar nos estudos científicos como estratégia de *marketing* para melhor vender seus serviços, já que ainda persiste uma certa crença de que tudo aquilo que é mensurado, analisado e testado, é mais confiável<sup>138</sup>.

---

<sup>138</sup> Quando se trata da meditação essa postura é bastante recorrente – colocar a prática sob o manto da ciência é uma estratégia de *marketing* comum entre terapeutas, psicólogos e gurus que querem vender seus cursos, aplicativos e palestras sobre o tema. O professor ordenado da tradição Zen Budista, Ronald Purser, elabora uma crítica especial aos prestadores de serviços terapêutico/espiritual que tem como base o *mindfulness* como uma prática de autotransformação. Segundo ele, esses profissionais se respaldam na ciência para garantir que essa técnica funciona para aliviar o estresse e a ansiedade, passando a mensagem para a sociedade de que a ciência é secular e segura, e por isso podemos confiar nela. Mas, Purser salienta que toda vez que se consumir um serviço como esses, devem ser realizadas as seguintes perguntas: “Esses programas de *mindfulness* estão a serviço de quem? Eles estão realmente interessados em alterar a realidade social e econômica das pessoas, em torna-las mais conscientes do modelo de vida no qual estão inseridas, ou estão interessados apenas em deixá-las mais funcionais ao sistema capitalista vigente?”. Dentre várias reflexões, a resposta a esses questionamentos pode nos levar à constatação de que certificar uma atividade com o selo da ciência não significa garantia de qualidade e/ou de segurança.



Independentemente dessa realidade conflitante sobre a validação dos saberes tradicionais pela ciência, o fato é que a popularização das PICs é vista como necessária para a sociedade pelos meditantes. Para o médico Corbi (2018), a urgência em se difundir esse conjunto de práticas complementares se dá pela oportunidade de trabalhar com prevenção e promoção da saúde – ações que não são o foco da medicina convencional. Ademais, a divulgação das PICs permite que mais pessoas tenham acesso aos processos de cura, sejam eles advindos do conhecimento científico ou não.

Aí a gente vê, por exemplo, através da homeopatia, da acupuntura, da meditação no CEBB, isso é um trabalho de prevenção e promoção de saúde. Que a gente está tecendo a rede, sabe a base, rede de apoio das pessoas. Elas não adoecerem tanto, sabe? Se cuidarem, a parte emocional, terem boas relações, a vida ter sentido, sabe? Isso é o mais importante (CORBI, 2018).

A valorização das PICs no tratamento de enfermidades e/ou na procura por uma melhor qualidade de vida é um movimento bem difuso e crescente nos principais centros urbanos. A pesquisa realizada por Paulo Henrique Martins (1999) na cidade de Recife, por exemplo, revela que a classe média dessa cidade passou a ser uma grande consumidora e divulgadora das PICs. Sua pesquisa indica, sobretudo, uma insatisfação dessa classe quanto ao funcionamento das instituições convencionais de saúde e religião. De um lado, existe uma desconfiança quanto à eficácia do sistema de cura clássico ocidental, inspirado no conhecimento especializado<sup>139</sup>; e do outro lado, existe um interesse por “soluções para a falência de todo um sistema de crenças culturais, que têm como epicentro o cristianismo e o catolicismo” (MARTINS, 1999, p. 82).

Outro detalhe importante a acrescentar é que essas práticas são denominadas “integrativas” justamente por não sugerir uma exclusão ou uma completa negação da racionalidade moderna. Trata-se sim de um questionamento quanto à hegemonia da medicina especialista, entretanto se fecunda em confluência com as tradições ocidentais e orientais, mesclando o pensamento laico com o místico, o clássico com o esotérico (MARTINS, 1999). Reclama-se, portanto, pela integração e diversificação dos saberes que permita favorecer um conhecimento mais holístico e integrativo; no qual é basilar incluir uma visão transcendental do indivíduo, fragilizando a ideia mecanicista do corpo reforçada pelas tradições patriarcais e religiosas. O que significa uma reação cultural contra a imagem funcional, produtivista e

---

<sup>139</sup> Jung já denunciava no início do século XX a existência de um cansaço generalizado relativo à especialização científica e ao intelectualismo racional. Para ele, o que as pessoas estão buscando é o acesso a uma verdade que “não limite, mas amplie; que não obscureça, mas ilumine; que não escorra como água, mas que penetre até os ossos” (JUNG; WILHELM, 2017, p.12).

reducionista do corpo, de modo que se estimula a emancipação do corpo como veículo de liberação reflexiva dos desejos e emoções.

Por fim, ainda sobre a medicina convencional recai uma crítica em relação ao posicionamento hierárquico normalmente adotado pelos profissionais da saúde. Corbi (2018) defende que esses profissionais deveriam trabalhar com a premissa do atendimento centrado no paciente<sup>140</sup> (e não no especialista) e oferecer um ambiente favorável ao desenvolvimento da autonomia do seu cliente, não restringindo o encontro à aplicação de protocolo, diretriz e evidência (que é o procedimento “normal” a fazer)<sup>141</sup>.

Ser médico é você ser um consultor em saúde. Você oferece para a pessoa o que você estudou e que dentro das condições dela seria bom para ela fazer. Mas ela precisa gerar um *insight* sobre o próprio processo de saúde e doença. E ela se empoderar, ela gerar autonomia e assumir aquilo. Você não está resolvendo a vida dela, ela está mudando o estilo de vida, ela está melhorando a alimentação, fazendo atividade física e ela resolveu viver de uma outra forma (CORBI, 2018).

Explica-se que quando uma consulta está centralizada no especialista, inevitavelmente assume-se que os pacientes não são autônomos e/ou não conseguem desenvolver uma consciência crítica das suas ações e visualizar resoluções<sup>142</sup>. Essa crença cria um clima psicológico que impossibilita a liberação da capacidade do indivíduo em compreender e conduzir sua vida, tornando-o permanentemente dependente das instituições para tomar decisões. Reflexão similar realizada pela médica Northrup (1999, p. 32) que problematiza o estado de “espera” que a sociedade se encontra: espera-se que as escolas digam o que vale a pena aprender; que os governos se encarreguem dos problemas das comunidades; que os médicos indiquem quais os procedimentos mais adequados de cura; porque nos ensinam que “*todo irá bien si nos atenemos a las reglas*” (NORTHRUP, 1999, p. 32).

Nesse cenário generalizado de terceirização – dando-se o direito à outrem de decidir qual o conhecimento, o alimento, o medicamento, e o estilo de vida a adotar – a sugestão de Corbi (2018) é promover um diálogo crítico com os pacientes, visto que o ser humano não deve viver sob um constante controle externo, mas necessita de um meio ambiente favorável à sua

---

<sup>140</sup> Como precursor da psicologia centrada-na-pessoa, Rogers (1978, p. 25) defende que o ser humano é digno de confiança e “que a natureza básica do homem não é algo a ser temido, mas a ser liberado na auto-expressão responsável”.

<sup>141</sup> “Que é como o Balint falava, que é o conluio do anonimato. Não é de ninguém o paciente, sabe assim? Não importa” (CORBI, 2018).

<sup>142</sup> Nas palavras de Rogers (1978, p. 235) a maior tragédia da humanidade “deve-se ao fato de que ela perdeu a confiança em suas próprias direções internas não-conscientes”.

autenticidade e ao desenvolvimento da sua autonomia<sup>143</sup>; mesmo que durante esse exercício reflexivo insurjam questionamentos contra suas próprias convicções.

E daí para nós o que que é ser médico, por exemplo? É a gente pegar e tornar a pessoa minimamente funcional numa sociedade patológica? Um jeito de ser doentio? [...] Quando eles vem para nós eles querem um remédio para continuar operando do mesmo jeito: - eu quero continuar cara, me dê alguma coisa! Principalmente saúde mental, uma coisa para acordar ou uma coisa para dormir. Aí você fala assim: - não, você tem que mudar o seu estilo de vida. Eu ser médico aqui, não é fazer o que você quer. Tem que superar esse limite de agradar ou não. [...] O que que é realmente ajudar? Não é prescrever. Médico não é um prescritor que ajuda a indústria farmacêutica (CORBI, 2018).

Observa-se esse mesmo julgamento quanto à importância de despertar uma autoconsciência e autocrítica em si mesmo e nos outros, nos sujeitos modernos/ocidentais reflexivos que se apoiam nos processos terapêuticos para refletir sobre suas identidades. Os meditantes transitam por essa busca de reposicionamento individual e social, colocando-se o desafio de tomar posse da vida e não permitir que as instituições tenham o exclusivo direito de coloca-los uma definição para o sentido do viver.

Ao problematizar sua vida particular, inevitavelmente questionam um modo de vida imposto pelas estruturas hegemônicas e hierárquicas de pensamento. Emerge, assim, um indivíduo que reconhece que se perde a liberdade de pensar quando não se problematiza, quando se deixa impregnar por questões já postas ou consideradas importantes na atualidade. Em contrapartida, buscam uma autonomia e uma libertação das estruturas, tanto externas quanto internas, pois reconhecem que “a arte de construir um problema é muito importante<sup>144</sup>” (DELEUZE; PARNET, 1998, p. 2).

Como resultado, cresce um sentimento de liberdade associado a uma noção de corresponsabilidade. A vida não é mais terceirizada – conforme explica a professora Borba (2018): “Você já não se sente mais vítima [...]. Eu já não me vejo mais como uma massa, como sendo jogada de um lado para o outro (BORBA, 2018)” – ela é entendida como uma realidade que é construída por escolhas individuais combinadas com as limitações e possibilidades sociais, culturais e ambientais.

---

<sup>143</sup> Trata-se de acreditar no ser humano, de acreditar que se lhe for dada a oportunidade correta “um organismo vivo tende a completar suas mais complexas potencialidades em vez de acomodar-se a satisfações simples<sup>143</sup>” (ROGERS, 1978, p. 227).

<sup>144</sup> “Se não deixam que você fabrique suas questões, com elementos vindos de toda parte, de qualquer lugar, se as colocam a você, não tem muito o que dizer” (DELEUZE; PARNET, 1998, p. 2).

### 5.2.2 Discurso da saturação intelectual como obstáculo à espontaneidade e intuição

**Discurso-síntese:** “Eu achava que ia encontrar uma espécie de resposta definitiva no conhecimento, mas o próprio conhecimento se torna um obstáculo, ele é justamente algo que não traz uma resposta em si. Agora eu quero só esvaziar e não encher. Todos nós estamos tão cheios de informação, saturados, que o momento da meditação é um momento para não informação”.

Para melhor compreender a crítica elaborada quanto ao conhecimento intelectual/lógico/racional precisamos primeiramente entender de que lugar partem as reflexões, ou seja, qual o perfil dos entrevistados no que tange à educação formal; porque ao final vamos observar que esse perfil é parte essencial e específica da constituição de uma crítica quanto à hegemonia do pensamento lógico/racional.

A análise quantitativa do universo de pesquisa indica que 7% possui ensino técnico e 93% completou uma formação superior; sendo que desses, 31% não fizeram pós-graduação, ao passo que 31% concluíram uma especialização, 15% mestrado e 23% doutorado. Os dados indicam que estes meditantes se situam fora da média nacional para o quesito educação superior, já que no ano de 2017, apenas 15,7% do total das pessoas de 25 anos ou mais possuíam ensino superior (IBGE, 2018). Além disso, esses dados apontam que a maioria deles dedicou grande parte da vida ao exercício intelectual – para se chegar a um doutorado, por exemplo, uma pessoa deve ter acumulado quase 10 anos de atividades de pesquisa após concluir a educação básica (isso se não tiver transitado da graduação direto para o doutorado). E esse é um fator determinante para que seja elaborada uma crítica quanto ao excesso de estímulo intelectual e de acúmulo de informações característico da sociedade moderna/ocidental.

Stadnik (2018), que chegou a realizar estágio de pós-doutorado, define bem como é sentida essa saturação intelectual e relata que quando inicia uma prática de meditação ela busca não trazer para a prática a lógica usada no dia-a-dia de pesquisadora e professora. Ao seu ver, a meditação não tem o propósito de resolver um problema, de criar algo, de refletir; mas ao contrário, serve para se esvaziar e se distanciar de todos os estímulos intelectuais aos quais está submetida constantemente.

Não é uma coisa assim que tem um objetivo. Tem um objetivo, claro, de me trazer tranquilidade, porque ela me traz tranquilidade. Mas não é uma coisa assim refletida, do ponto de vista assim da criação de uma nova teoria. Uma teoria para mim mesma, como a gente faz para um doutorado ou para um mestrado. Não é nada disso. Eu não me sinto criando nada, nem... Eu me sinto em paz. [...] Eu quero só esvaziar, e não encher [...] Todos nós estamos tão

cheios de informação. Que esse é um momento para não informação (STADNIK, 2018).

O arquiteto Dombrowski (2018) corrobora esse sentimento compartilhado por Stadnik (2018) ao afirmar que quando começou a praticar meditação estava tão farto de informações ou do exaustivo exercício de “saber de mais coisas” que passou a rejeitar qualquer tipo de atividades que demandasse mais aquisição de conhecimento: “Então foi, sei lá, há uns três, quatro anos que eu estava nessa meio que fuga de informação, porque eu estava me sentindo saturado (DOMBROWSKI, 2018)”. E essa aversão ao estímulo intelectual acabou permeando inclusive sua busca espiritual, segundo ele quando conheceu o Budismo Tibetano, não se sentiu motivado a se aproximar dessa doutrina devido ao excesso de símbolos, linguagens e rituais característico dela, e o que representaria “mais informações para aprender”.

A exaltação de uma consciência intelectual e unilateral foi igualmente questionada por Wada (2018) que possui mestrado em Zoologia, mas que desistiu de continuar investindo na carreira acadêmica porque, ao aprofundar no Budismo Zen, começou a ter outra percepção sobre esse estilo de vida. O monge comenta sobre o hábito da leitura que alimentou durante muito tempo um falso sentimento de estar se tornando um indivíduo mais valorizado socialmente. “Leitura para mim era sinônimo do que que era ser adulto [...] uma pessoa culta que possui vasto conhecimento. [...] O intelectual, era aquele, digamos o objetivo que eu queria alcançar”. Não obstante, com o passar do tempo se deu conta de que o acúmulo de informações e a nutrição constante do intelecto para ganhar prestígio social era uma atitude paradoxal que precisava ser revista.

Conforme eu fui entrando na meditação, eu fui percebendo assim que o conhecimento é justamente algo que não traz uma resposta em si, e a partir de então, esse hábito foi o que mais mudou assim. Eu era um devorador de livros, eu devorava um atrás do outro e eu achava que ia encontrar uma espécie de resposta definitiva no conhecimento. E quando eu percebi que, quando eu comecei a aprofundar na meditação, eu fui percebendo que o próprio conhecimento se torna um obstáculo (WADA, 2018).

Wada (2018) tem a sensação de que o sujeito intelectual está sempre em busca de uma espécie de resposta, mas que nunca a encontra pois ainda não se deu conta da verdadeira pergunta que o instiga, a qual é sobretudo de cunho existencial. Por isso, o exercício do intelecto

pode se tornar um obstáculo à medida que quanto mais conhecimento externo adquire-se, menor é a habilidade do sujeito de acessar uma fonte interna de sabedoria<sup>145</sup> e de se tornar espontâneo.

Tanto Wada (2018) quanto Dombrowski (2018) trazem a questão da espontaneidade como uma capacidade que se perde quando é exercitado demasiadamente o intelecto<sup>146</sup>, e ambos confessam ter a ambição de se libertar de uma racionalidade que aprisiona suas atitudes em julgamentos, para fluir mais livremente ante as relações e a vida. “Eu acho que o que eu busco com a meditação é liberdade. E essa liberdade ela se materializa em fluir mais no dia a dia, no que eu estiver fazendo” (DOMBROWSKI, 2018). Para Dombrowski (2018), a vida é muito mais prazerosa quando não há interferência da razão que promove um julgamento (moral e cultural) do que seria uma conduta adequada.

O tema também foi veementemente reforçado durante o retiro “Silêncio e Movimento” conduzido por Baja (2019), que iniciou sua fala pedindo aos participantes para não esperarem adquirir mais conhecimentos e aprendizados durante o encontro, pois a proposta era conquistar um esvaziamento. A ideia central do retiro tratava-se de não levar para o caminho espiritual a lógica usada na vida diária de comparações, análises, secções e sistematizações<sup>147</sup>. A espiritualidade vivenciada ali deveria partir de um estado de não-mente, de uma máxima libertação das especulações mentais e do próprio conjunto de conhecimentos espirituais.

Para cumprir esse ideal, ao longo do retiro foram propostas diversas vivências de corpo onde era solicitado para os participantes não se movimentarem a partir da “cabeça”, mas que os movimentos surgissem por uma espontaneidade ilógica, de forma natural e instintiva. Com o intuito de reforçar a mensagem, em diferentes momentos era solicitado (simbolicamente), por gestos e palavras, que a cabeça deveria ser “cortada para fora do corpo” permitindo que as relações e experiências vividas ali não se encerrassem num estímulo intelectual (o que poderia causar julgamentos e análises que limitariam o processo criativo esperado no retiro).

Assim, um entendimento comum a esses entrevistados é que uma maior quantidade de informações não leva necessariamente a melhores tomadas de decisões, à qualidade de vida e à felicidade. A eles é ambicionado o despertar da espontaneidade, da intuição e de uma

---

<sup>145</sup> “Quem anseia sinceramente pela sabedoria contenta-se em iniciar sua busca pela aprendizagem humilde de um simples abecedário dos planos divinos, sem exigir prematuramente um gráfico matemático exato da “Teoria Einsteiniana” da vida (YOGANANDA, 2013, p. 607).

<sup>146</sup> A maioria das pessoas está tão habituada ao processo lógico de interpretação que quando uma imaginação espontânea surge “eis que comparece o espírito crítico, tentando interpretar o fragmento da fantasia, classifica-lo, formalizá-lo esteticamente, ou então desvalorizá-lo” (JUNG; WILHELM, 2017, p.26). O esforço de aceitar o irracional e incompreensível é enorme, mas de suma importância para se colocar no fluxo da vida.

<sup>147</sup> O “saber externo é o maior obstáculo à introspecção” (JUNG; WILHELM, 2017, p.48), e no âmbito da liberdade do espírito, não há mais nada a ser aprendido.

capacidade superior de juízo<sup>148</sup>; além de um estado de contentamento que vem do vazio, pois como sugere a própria etimologia da palavra *felicidade* (Glück) que “provém da palavra *oco* (Lücke)” (HAN, 2017, p. 17), a felicidade encontra-se justamente nessa capacidade de esvaziamento.

A partir da observação do comportamento dos meditantes nos retiros vivenciados e da análise de suas falas, ousaria acrescentar que as denúncias contra a soberania da intelectualidade estendem-se paralelamente a um modelo de desenvolvimento social que se recusa a considerar outras funções do corpo<sup>149</sup> que não sejam produtivas e reprodutivas; que vê como fragilidade a demonstração de sentimentos; e que rechaça o ambiente mental e o mundo espiritual como legítimas fontes de conhecimento.

Posicionamento oriundo da modernidade colonial que usou da moralidade como um instrumento de reeducação dos povos “bárbaros” em “civilizados<sup>150</sup>”, forjando um indivíduo de comportamento racional, produtivo, mentalmente sadio, socialmente respeitável, intelectualmente defensável, decente e prático. Repressão violenta dos instintos<sup>151</sup> que foi chancelada pelo cristianismo da época e reforçado pelo regime tecnocrático e industrial que referendou a crença de que se a razão não governar o homem, ele não irá atingir todo o seu potencial produtivo.

A criação de indivíduos especialistas que tratam de fatos, dados, probabilidades e soluções práticas; que buscam implacavelmente a eficiência, a ordem e o controle; mantém vestígios até hoje por uma moralidade que ainda condena e reprime a expressividade sexual, de gênero, da alegria, da dança, do afeto e do amor. Consequentemente, temos como ideal um comportamento o mais racional possível em todas as esferas das vidas, pois julga-se haver um comodismo improdutivo na manifestação dos sentimentos; ao passo que é a razão que provê o acúmulo de conhecimento, poder e controle (ROSZAK, 1972)<sup>152</sup>.

---

<sup>148</sup> Infelizmente “hoje, por causa da onda crescente e até massificante de informações, está se encolhendo cada vez mais a capacidade superior de juízo” (HAN, 2017, p.17).

<sup>149</sup> Quando se pensa sobre o corpo no contexto da meditação, emerge uma reflexão sobre a ideia de produtividade no contexto da modernidade. Para o homem moderno, um corpo produtivo é um corpo em constante movimento, já na meditação (passiva) o corpo parado é aquele que tem a potência de ser produtivo e criativo, no silêncio e na imobilidade há infinitas possibilidades de criação.

<sup>150</sup> “O homem civilizado considera-se naturalmente bem acima destas coisas. No entanto, não raro, passa a vida inteira identificado com os pais, com seus afetos e preconceitos, culpando impudicamente os outros pelas coisas que não se dispõe a reconhecer em si mesmo” (JUNG; WILHELM, 2017, p.50)

<sup>151</sup> Tudo aquilo que não foi naturalmente desenvolvido e processado, mas brutalmente reprimido, prossegue vegetando no inconsciente da barbárie primitiva. Logo, o inconsciente coletivo ocidental mantém um vasto conteúdo reprimido que deve ser trazido à consciência para que um processo de cura dessa sociedade se inicie (JUNG; WILHELM, 2017).

<sup>152</sup> “Quando pedimos a uma pessoa que “seja razoável”, que “use a cabeça” que “passe aos fatos”, que “mantenha os pés no chão”, que “se atenha à realidade”, que “seja objetivo”, queremos dizer que uma pessoa deve evitar falar



Mas enquanto a ciência e a engrenagem do capital operam a partir da anulação dos sentidos; no contexto da meditação, das terapias e psicoterapias, esses elementos subjetivos menosprezados pela modernidade representam o contrário: a chave para a cura do sujeito e da sociedade<sup>153</sup>. A professora Garanhani (2018) defende que o corpo humano está desenhado para atuar como uma estação de rádio, que recebe e transmite informações; e negligenciar a transmissão dessas informações é perder a oportunidade de viver uma vida utilizando todos os recursos que são ofertados ao ser (corpo, mente e espírito) e se concentrar apenas no intelecto. Para romper com esse paradigma limitante das funções humanas, ela instiga uma escuta sensível das sensações físicas, pois é pelo acesso dessas informações (que não vem sob a forma da palavra articulada intelectualmente) que é possível despertar outras funcionalidades do corpo e da própria existência, se se considera uma perspectiva espiritual.

Para mim, transcendência é isso: é conectar à minha intuição, que é a energia, o cosmos. E no cosmos não há palavras. [...] O universo tem som, não tem palavra. [...] Então qual é a conexão que a gente faz? São as sensações. São as sensações, as mais diversas possíveis: cores, cheiros, arrepios, formigamentos, é o corpo fazendo a comunicação. [...] Eu preciso prestar a atenção (GARANHANI, 2018).

Nesse contexto, observa-se que a intuição volta a ganhar perspectiva (ela já tinha sido abordada no debate sobre progresso espiritual) como um forma de inteligência, aquela que vai fornecer ao indivíduo a possibilidade de criar conhecimento de outro modo, por meio de um processo criativo que não seja exclusivamente baseado na lógica científica que fragmenta, analisa, julga, mensura. Assim, o retorno da intuição é visto como uma virada favorável à humanidade, um indicativo real de desenvolvimento e progresso humano<sup>154</sup>, porque acredita-se que o intelecto funciona melhor quando está a serviço da intuição, do guia interior, da alma, de Deus ou poder superior – seja qual for o termo usado para denominar a energia espiritual que anima a vida<sup>155</sup>.

Ademais, a própria ciência já comprovou que pessoas “criativas não permanecem restringidas a padrões de pensamentos racionais, lógicos e frequentemente habituais”

---

sobre seus sentimentos “interiores” e que deve olhar o mundo tal qual um engenheiro olha um projeto de construção ou um físico concebe o comportamento das partículas atômicas” (ROSZAK, 1972, p. 64).

<sup>153</sup> “[...] *solamente conectando con lo que sentimos en el cuerpo podemos valorar nuestra guía interior*” (NORTHROP, 1999, p. 32).

<sup>154</sup> “A reação que se iniciou no Ocidente contra o intelecto e a favor do eros ou da intuição constitui, na minha opinião, um sintoma de progresso cultural e um alargamento da consciência além dos estreitos limites de um intelecto tirânico” (JUNG; WILHELM, 2017, p.20).

<sup>155</sup> Uma vez que “*reconocemos que somos más que nuestro intelecto y que esa guía está a nuestra disposición en la mente universal, tenemos acceso a nuestra capacidad interior de sanación*” (NORTHROP, 1999, p.39).

(ANDREWS, 2018, p. 58); a capacidade criativa está na habilidade de transcender os níveis mentais mais superficiais e a mover-se na direção dos níveis supramentais<sup>156</sup>. Sob tal perspectiva, a noção de produtividade e de criação se direciona também na contramão do comumente ambicionado pela sociedade moderna/ocidental, se se cria algo não é para ampliar a capacidade de consumo e acumulação material, mas para experienciar a felicidade de forma mais autêntica e legítima. E aqui, estrutura-se mais uma crise, a crise da sociedade do desempenho.

#### 5.4 A CRISE DA SOCIEDADE DO DESEMPENHO

A professora de Educação Física Camargo (2018) reflete que a todo momento as pessoas são estimuladas a desempenhar papéis de acordo com a expectativa alheia: “A gente responde ao que a sociedade está fazendo com a gente, né? Responde ao que a família espera, responde o que o trabalho espera”.

Nesta seção, será discorrido pontualmente sobre um exercício reflexivo que os meditantes fazem em relação à natureza das escolhas tomadas por eles, a fim de se questionar se suas ações são condizentes com o que verdadeiramente almejam ou com o que a sociedade impõe como o desejável, tal como Camargo (2018) reflete. É um questionamento que, para eles, passou a ser necessário, porque “senão a gente acaba repetindo né? Repetindo essa tendência, repetindo as ações que não servem mais para gente, a gente fica carregando um peso que não é nosso” (VIEIRA, 2018).

No conjunto dessas ações que não “servem” mais e que acabam se tornando um peso – conforme alertado por Vieira (2018) – foram elencadas nas entrevistas desde aspectos mais práticos e estruturais da vida, como o questionamento de empregos estáveis e padrões de consumo; até posturas mais subjetivas, como o desejo de encontrar a “verdadeira felicidade”.

Antes de introduzir tais aspectos é importante relembrar que, como já foi verificado na seção anterior sobre o nível de educação dos entrevistados, no geral eles se situam numa certa posição social que os permite assumir tais mudanças estruturais (como ficar por um período sem trabalhar para definir melhor as próximas escolhas). O que não invalida a qualidade de

---

<sup>156</sup> Pesquisas já revelam que indivíduos criativos não apresentam processos de pensamentos lineares ou sequenciais, mas são associativos a informações armazenadas na mente inconsciente. Nesse sentido, a meditação contribui para estimular a criatividade e a habilidade de visualizar novas formas de agir à medida que conduz o indivíduo a suspender as camadas mentais mais ligadas ao mundo externo e aos pensamentos analíticos, e a adentrar nas camadas mais profundas ligadas ao inconsciente ou à intuição. Em termos científicos, Andrews (2018) lista estudos que comprovam como a prática da meditação estimula o “pensamento divergente” que diz respeito à capacidade de pensar em várias soluções para um dado problema; ao contrário do “pensamento convergente” que foca em uma única solução possível.

suas escolhas, mas representa um fator determinante desta pesquisa, pois indica que existe uma condição socioeconômica favorável para o investimento em processos reflexivos e o alcance de transformações significativas em determinadas áreas da vida, como a profissional.

#### 5.4.1 Discurso da resignificação do estilo de vida a partir da meditação (e do Budismo)

**Discurso-síntese:** “Foi total mudança na minha vida quando entrou a meditação, que me deu um olhar mais profundo sobre a vida e que fez todo esse movimento de eu sair do comodismo de ganhar bem, mas aquilo não estava me fazendo feliz. Eu reconheci o quanto esses valores (que a sociedade impõe) são abstratos e construídos e sustentados”.

A sociedade do desempenho diz respeito à aplicação de uma coerção que já não se restringe somente aos corpos, mas acentua-se sobre as mentes, pois a vigilância externa foi interiorizada – o explorador é ao mesmo tempo o explorado. Logo, o “sujeito da obediência” cede lugar para o “sujeito do desempenho”, caracterizado pela ilusão de ter se libertado de qualquer instância dominadora. Ilusão, porque agora esse sujeito faz com que a liberdade e a coação coincidam, ele se entrega à liberdade coercitiva ou à livre coerção de maximizar o desempenho (HAN, 2017).

Consequentemente, o sujeito contemporâneo ocidental (e atualmente podemos incluir também o oriental) vive uma vida de excessos (de trabalho e de desempenho): exagera-se no envolvimento de múltiplos projetos e na obrigatoriedade de estar localizável e conectado dia e noite, de forma que toda a existência “oscila entre a urgência e a necessidade de jamais perder tempo, de estar sempre alerta” (LE BRETON, 2018, p. 63).

Essa postura é condizente com os valores basilares do desenvolvimento hegemônico que sugere às sociedades que não há limites para progredir monetariamente e materialmente, e que, por isso, deve-se trabalhar e produzir ininterruptamente. É o caso da classe médica denunciada pela entrevistada Uehara (2018) que, apesar de ser médica, se assusta com o comportamento dos colegas de profissão.

Porque a gente como médico, tem uma ideia muito forte de que tem que trabalhar muito, tem que ganhar muito dinheiro. Não tem limite para o médico ganhar dinheiro. Porque você pode dar plantão, você pode trabalhar fim de semana, você pode fazer muitas coisas. E muitos amigos nossos fazem isso né?

Levando em consideração as características elucidadas por Han (2017) para qualificar o sujeito do desempenho, é possível supor que o médico (convencional) denunciado por Uehara

(2018) é o exemplo de um indivíduo que é refém da sociedade do desempenho e que busca maximizar sua renda às custas da sua qualidade de vida e do equilíbrio ecológico do planeta. Ou seja, não há um posicionamento crítico ante os impactos (no meio interno e externo) do seu *lifestyle*.

Entretanto, a sociedade do desempenho já configura sinais de colapso quando observa-se o crescimento exponencial de adoecimentos psíquicos decorrentes da privação do descanso, da vida particular, do silêncio e do ócio; e ocasionados precisamente pela manifestação patológica desse sentimento paradoxal de liberdade.

Como um efeito colateral desse estilo de vida, temos que cada vez mais os indivíduos cometem atos extremos de desaparecimento, traduzidos por David Le Breton (2018) como uma necessidade no sujeito contemporâneo de “desaparecer de si”. O antropólogo cita que para aliviar a pressão têm-se criado diversas formas de experimentar um estado de “branco”, o qual relaciona-se ao sentimento de saturação e de um excesso vivido pelo indivíduo. A depressão, o *burnout*, o jogo de asfixia, o uso de psicóticos e a anorexia são casos extremos de desaparecimento desenvolvidos por indivíduos que necessitam se colocar provisoriamente em suspenso<sup>157</sup>.

Ao lado dessas drásticas situações de desaparecimento, o autor insere outras formas de refúgios, talvez de contornos menos cáusticos, como a escrita, a leitura, a caminhada, a viagem e a própria meditação<sup>158</sup>; mas também motivados pelo mesmo sentimento de desconforto quanto à constante pressão e controle social internalizados. De toda forma, independentemente de como esse “grito de basta” se manifesta – se pelo silêncio da meditação ou pela anorexia – é certo que os sujeitos contemporâneos inseridos nesse movimento de “desaparecimento de si” denunciam com suas atitudes (extremas ou não) uma queixa quanto ao modelo de vida perseguido por grande parte da sociedade e por eles próprios.

A respeito da meditação, que é o foco desta pesquisa, os relatos apontam para a possibilidade que ela oferece ao praticante de experimentar uma pausa, um vazio, um branco (conforme verificado na seção anterior quando os entrevistados, ao se queixar de um excesso de informações, afirmam que meditam para esvaziar). Todavia, é fundamental pontuar que diferentemente das formas extremas de desaparecimento identificados por Le Breton (2008), as

---

<sup>157</sup> “A mobilização permanente leva o indivíduo ao limite de suas possibilidades. O *burnout*, a depressão por esgotamento físico, quando não resta mais ao indivíduo nenhuma energia por ter vivido demasiadamente acima de seus limites, são o preço a pagar por esse investimento. O indivíduo deixa de estar à altura de assumir o próprio cotidiano” (LE BRETON, 2018, p. 67).

<sup>158</sup> “A escrita, a leitura, de maneira geral a criação, a caminhada, a viagem, a meditação etc. são outros refúgios de contornos menos cáusticos dos que os percorridos a passos largos neste livro” (LE BRETON, 2018, p. 209).

tradições que utilizam a meditação não incentivam uma brusca e por vezes irreversível ruptura social. Como explica Corbi (2018), que ficou em retiro fechado por quase um ano e afirma ter compreendido que a completa e permanente reclusão não é a finalidade do caminho espiritual; pelo contrário, objetiva-se

aprender a pacificar, a liberar, a iluminar a sua própria mente... mas encontrar as pessoas. E não assim esgarçar e se isolar e ficar num estado particular de mente, preso ali, naquelas condições. É a interação [...] isso é o que dá o colorido da vida, o sentido da existência (CORBI, 2018).

Desse modo, a meditação pode até ser considerada um meio pelo qual os praticantes se colocam em “suspensão” por um tempo, mas a finalidade da experiência deve ser compreendida como um exercício de conexão e não de isolamento do mundo. Parte-se do pressuposto de que uma linha de fuga não consiste em fugir da vida (DELEUZE; PARNET, 1998); muito pelo contrário, o convite que a espiritualidade atrelada às práticas meditativas faz é justamente para “viver misturado com o mundo e, no entanto, em sintonia com a luz” (JUNG; WILHELM, p.113, 2017) ou nas palavras do mestre espiritual Yogananda (2013, p.180): “a alma deve alargar-se sobre os abismos cosmogônicos, enquanto o corpo executa seus deveres diários”.

Logo, a meditação não ocorre motivada por um rompimento permanente com os sistemas de vida em sociedade; pelo contrário, o distanciamento e o silenciamento induzido pelas práticas contemplativas objetiva conduzir o praticante por um exercício de autoconhecimento e autorreflexão que o preparará para retornar para as funções profissionais e pessoais a partir de uma postura mais corresponsável e consciente. Essa autoanálise permite ao indivíduo reavaliar suas escolhas, suas atitudes, sua vida, podendo “finalmente acabar com a necessidade social de sempre compor um personagem de acordo com os interlocutores presentes” (LE BRETON, 2018, p. 23).

E quais são as mudanças adotadas pelos meditantes ao assumir essa análise crítica de suas vidas?

A mudança mais significativa adotada pela administradora Burda (2018) foi em relação à sua atuação profissional. Ela passou a se indagar se o modelo de vida que estava sustentando realmente a fazia realizada ou se estava simplesmente agindo de acordo com as expectativas dos sistemas sociais (familiares, religiosas, educacionais, governamentais).

Tá mas eu quero passar mais dez anos da minha vida nisso? [...] Não, espera, esse não é o seu caminho. O seu caminho é mais natureza, é algo que você possa fazer de uma forma diferente, que você não sinta a limitação de um

padrão feito pela sociedade ou de como é um emprego, por exemplo. Então, eu não me encaixo num emprego que você tem que ir e fazer as mesmas coisas todos os dias, para mim é mais movimento. Eu gosto de movimento, gosto de estar conectada, vendo o pôr-do-sol, vendo o amanhecer. [...] De certa forma a meditação, essas caminhadas, me trouxe essa nova verdade. Não quero mais isso (BURDA, 2018).

Burda (2018) assume que o autoconhecimento adquirido por intermédio da meditação a auxiliou a identificar uma inquietação quanto à capacidade do antigo emprego em lhe prover realização pessoal (mesmo que por meio dele obtivesse estabilidade financeira) e a reconhecer quais são as atividades que lhe fornecem consistência existencial.

Foi total mudança na minha vida quando entrou a meditação, que fez todo esse movimento de eu sair do comodismo de ganhar bem, mas aquilo não estava me fazendo bem, não estava me fazendo feliz. Criou essa mudança, pedi a conta, sai, comecei a me movimentar e agora estou entrando com um perfil profissional mais para a área holística (BURDA, 2018).

Nesse discurso pode-se perceber um enfraquecimento do valor monetário na vida da entrevistada como resultado do trabalho; o fortalecimento da necessidade por plenitude, de unir suas capacidades produtivas com o sentimento de realização; e a valorização de uma ocupação do tempo diferenciada, no qual tempo de trabalho e tempo livre começam a ter suas fronteiras enfraquecidas. Apesar de não ser pronunciado na fala de Burda (2018) acrescentaria que buscase uma reconciliação com o prazer<sup>159</sup>.

Baja (2019) também confere à meditação os créditos por lhe possibilitar adquirir um olhar mais profundo e complexo sobre a vida, e a reconhecer que os valores impostos pela sociedade do desempenho (valores que ela aponta como construídos pelo homem) são na verdade abstratos e não representam os reais princípios que estruturam a vida terrena.

A gente tem esse anseio de ser aprovado, de ser incluído. Então, foi maravilhoso porque a meditação e os retiros de meditação que eu fui fazendo ao longo do tempo me deram um olhar mais profundo sobre a vida, e eu reconheci o quanto esses valores são abstratos e construídos e sustentados. Eles não são naturais; eles não vêm do céu, da terra. A gente constrói essas amarras (BAJA, 2019).

---

<sup>159</sup> A modernidade (industrial, produtivista) “não dá margem a “prazer”, ou seja, a uma experiência de intenso envolvimento pessoal. [...] Em grande parte, infelizmente, o progresso técnico, sobretudo na medida em que procura mecanizar a cultura, constitui uma guerra aberta ao prazer. É um esforço espantosamente perverso para demonstrar que nada, *absolutamente nada*, é particularmente especial, singular ou maravilhoso” (ROSZAK, 1972, p. 231).

As amarras dizem respeito à identificação do ser com os valores construídos socialmente e transmitidos entre gerações. Ou nas palavras de Deleuze, são imagens que adestram o pensamento para se promoverem como normas de um poder ou de uma ordem estabelecida (DELEUZE; PARNET, 1998). Mas porque as pessoas aceitam construir suas vidas baseadas nessas normas que são consolidadas externamente?

Brené Brown (2013) sugere uma resposta explicando que todos têm um anseio de ser aprovados, valorizados e aceitos; sentimento de aceitação e inclusão que é um desejo humano inato de ser parte de algo maior do que ele. E pelo fato de ser tão essencial, tenta-se muitas vezes conquista-lo fazendo um esforço enorme de se encaixar em algum padrão para obter aprovação dos outros. Contudo, a pesquisadora alerta que o esforço para conquistar tal aprovação é em vão, e no fim ele vai funcionar mais como um obstáculo do que verdadeiramente proporcionar prestígio social.

O reflexo da tentativa de se encaixar a todo custo às normas para ser aceito, causa uma doença chamada de “normose”. Segundo a definição de Weil e Crema (2011, p. 18), a normose se refere ao “conjunto de normas, conceitos, valores, estereótipos, hábitos de pensar ou de agir aprovados por um consenso ou pela maioria das pessoas de uma determinada sociedade”; que inevitavelmente podem causar angústia, sofrimento, doença e até a morte.

Quando o sujeito tenta se encaixar no padrão, ele acaba se sentindo ansioso; isolado psicologicamente; vulnerável e impotente, o que o faz recorrer ao excesso de bebida, comida, trabalho e internet para aliviar o desconforto – mas infelizmente, essas ações compulsivas estão apenas lançando grandes sombras sobre a vida do sujeito (BROWN, 2013). Por isso que a normose gera sofrimento, porque vive-se uma vida aquém do potencial humano e experencia-se uma limitada satisfação nos relacionamentos e na própria relação consigo mesmo, o que resulta numa sensação de frustração, vazio ou de inconsistência pessoal (CARVALHO, 2013).

O casal de médicos Uehara (2018) e Corbi (2018) relatam que já sentiram esse sentimento de frustração profunda quando tentaram pertencer ao “mundo da medicina”. Ambos expõem que desde a fase de formação acadêmica se sentiam insatisfeitos quanto aos métodos de ensino, à postura dos docentes e aos valores que permeiam todo o campo da medicina convencional. Eles explicam que a graduação em medicina é essencialmente técnica e não fornece ferramentas intelectuais e emocionais suficientes para desenvolver, nos futuros médicos, a habilidade de ajudar as pessoas, de aliviar seu sofrimento e de direcioná-las por escolhas mais saudáveis de vida.



Então daí a medicina também era muito difícil porque a gente não aprendia a lidar com o sofrimento. Os nossos professores estavam em sofrimento, eles não estavam bem, às vezes pior que os pacientes. Então a gente sabia mesmo lá na Federal assim, que eles não tinham um equilíbrio emocional, não tinham uma clareza do mundo interno, de como que a tua personalidade influencia naquela interação terapêutica né? (CORBI, 2018)

Teve uma época assim que eu até pensei em não ser mais médica, porque a gente vê que a medicina é muito limitada. Nem sempre a gente consegue ajudar as pessoas, ou quase nunca a gente consegue ajudar as pessoas efetivamente (UEHARA, 2018).

Após concluírem a graduação em medicina e a residência em “Medicina de Família e Comunidade”, os dois realizaram um retiro de meditação fechado de aproximadamente um ano cada um – uma atitude de desaparecimento necessária para lidar com o sentimento de decepção com a profissão e estabelecer metas de como atuar profissionalmente de forma mais condizente com os seus conceitos de felicidade, saúde e sobretudo de missão de vida.

Pelo fato de ser budista, o casal encontrou na religião meios de lidar com essa crise de identidade profissional e também um incentivo para refletir sobre outros aspectos de suas vidas. Uehara (2018) assume que fazer parte de uma comunidade budista representa um meio de se sentir mais “confortável” com as escolhas de vida que eles fizeram, porque às vezes pode ser difícil sustentar essas escolhas sozinhos, sem um tipo de suporte social e espiritual.

E estar num grupo budista de meditação é muito importante porque como esse jeito que a gente escolheu viver não é tão usual dentro do mundo que a gente estava, você tem que ter algum apoio sabe? É importante ter um grupo que acredita também nas coisas que você está fazendo senão você parece meio louco (UEHARA, 2018).

Após o encerramento do período de retiro, o casal retomou suas atividades profissionais e sociais, definindo quais ações seriam prioridades para eles: consumir menos; comer menos carne; morar mais perto do trabalho para gastar menos combustível; estreitar os laços com a natureza e se possível produzir parte do seu alimento; ter tempo livre para meditar e partilhar de encontros sociais.

E aí, é... o Budismo dá essa ancoragem para gente de que uma vida simples é melhor. Porque a gente pode priorizar coisas que a gente acha importante, porque a gente reduz o nosso impacto, por várias coisas, sabe? Que é importante a gente ter o nosso tempo (UEHARA, 2018).

Dessa forma, ao refletir sobre seu papel na sociedade como profissionais da saúde, Uehara (2018) e Corbi (2018) optaram em caminhar na contramão do que é comumente observado nessa área. Além disso, eles se desafiaram a conhecer e explorar outros modos de vida a fim de contrastar com o padrão de vida oferecido pela sociedade hegemônica e ter a oportunidade de fazer uma escolha consciente: “Quando a gente experienciou as comunidades rurais, os vários lugares, a gente viu que as pessoas podem viver de um outro jeito. E isso é mais saudável” (CORBI, 2018). As comunidades que o casal menciona são lugares remotos no Brasil (de norte a sul) onde o CEBB tem sediadas as suas unidades rurais (aldeias), as quais sustentam um estilo de vida ancorado em conceitos como agrofloresta, autossuficiência alimentar, agricultura sintrópica, permacultura e agricultura regenerativa.

Em suma, temos que alguns meditantes compartilham o interesse em usar a meditação como um meio de “desaparecer” provisoriamente para refletir sobre as escolhas pessoais, e como resultado do processo reflexivo optam por perseguir um modo de vida que seja (na sua visão) mais saudável para eles, para a sociedade e para o meio ambiente; mesmo que essa decisão implique num afastamento e até negação dos valores hegemônicos.

#### 5.4.2 Discurso da felicidade como um estado mental livre de impurezas

**Discurso-síntese:** “Cada vez mais eu passo a me perguntar antes de comprar alguma coisa se eu realmente preciso daquilo, e aí as necessidades vão diminuindo e a vida simplifica. Consequentemente, a ideia de buscar a felicidade fora mudou muito, hoje eu tenho um contentamento muito maior comigo mesmo”.

No conjunto das reflexões amadurecidas pelos entrevistados, a questão do consumo é abordada a partir de uma crítica sobre a noção da falta alimentada pela cultura do capital que forja um sentimento de escassez. Vieira (2018) relembra que durante sua infância tinha uma obsessão por bicicletas e acreditava que sempre que ganhasse um modelo novo, a felicidade viria junto.

Só que obviamente essa felicidade não vinha, porque sempre você estava buscando, como um cachorro correndo atrás do rabo. Hoje isso é muito mais claro para mim [...] cada vez mais eu passo a me perguntar antes de comprar alguma coisa se eu realmente preciso daquilo, sabe? Ou se é só para tapar um buraco de alguma outra necessidade que eu não esteja observando (VIEIRA, 2018).

Atualmente, Vieira (2018) percebe a sensação de falta<sup>160</sup> (de que sempre falta algo) como socialmente construída, e reflete que alterar essa perspectiva não implica necessariamente em negar a materialidade (mesmo porque o ser humano necessita dela para se manifestar no mundo), mas pauta-se numa indagação sobre o porquê de consumir determinadas coisas e não agir impulsivamente: “É saber os porquês. Não consumir mais porque todo mundo faz”. E ao se questionar sobre o motivo pelo qual se consome algo, é possível até que surja uma resposta mais profunda indicando outro tipo de necessidade (interior) não satisfeita.

Nessa esteira, o autoconhecimento adquire novamente importância para os entrevistados, porque é por intermédio dele que os sujeitos podem compreender suas reais necessidades e se libertar das estruturas de mercado que tendem a aprisioná-los num permanente estado de carência. Baja (2019) explica que quanto mais um indivíduo é capaz de se auto-observar e se questionar sobre suas escolhas, mais fácil ele entra em contato com uma fonte sólida de equilíbrio e nutrição<sup>161</sup>, sem precisar oscilar entre as necessidades criadas pela sociedade:

Então você olha ao redor, você também não vai brigar: - Ai não quero comprar, não quero ter. É que as necessidades vão diminuindo. Então a vida simplifica [...] e você não tem uma estrutura né, que o mercado fica tentando nos convencer de que a gente precisa (BAJA, 2019).

Essa reflexão elaborada por Vieira (2018) e Baja (2019) sobre a falta é um tema recorrente em estudos engajados em questionar de que forma a noção de felicidade é contaminada com a noção de escassez – a economia capitalista prega que maiores níveis de felicidade apenas podem ser obtidos com mais riqueza e mais acúmulo de bens materiais (o que demanda consequentemente maior consumo de recursos naturais agravando os impactos socioambientais). Para rebater essa ideia, surge a “Economia Budista” que se trata de um conceito que enxerga que as atividades econômicas têm o objetivo de atingir, tanto para o indivíduo quanto para a sociedade, paz e tranquilidade; além de uma contenção da utilização dos recursos. Pauta-se na aplicação dos valores budistas no campo da economia, que traz um questionamento sobre as diversas relações entre falta, prazer, dor, sofrimento e felicidade.

---

<sup>160</sup> “É a arte de uma classe dominante, é a prática do vazio como uma economia de mercado: organizar a falta na abundância da produção, despejar todo o desejo no grande medo da falta” (DELEUZE; GUATARRI, 2010, p. 35).

<sup>161</sup> Quando se move estimulado apenas pelas coisas exteriores, diz-se que o sujeito está agindo por impulso do ser. Mas quando não há esse estímulo pelas coisas exteriores, sugere-se um movimento do céu. “O ser, que se opõe ao céu, pode cair sob o domínio dos impulsos” (JUNG; WILHELM, p.117, 2017).

Apesar dos entrevistados não mencionarem propriamente esse conceito, acredito ser importante abordá-lo brevemente, uma vez que, como já foi explicado, a meditação está diretamente relacionada ao Budismo o que inevitavelmente contribui com a construção do entendimento que os entrevistados produzem acerca dos temas felicidade, consumo e escassez.

A fim de esclarecer como a Economia Budista funciona, Apichai Puntasen (1999) faz uma retrospectiva sobre a origem do conceito econômico de felicidade. Para o economista tailandês, esse conceito surge com Aristóteles, quem diferenciou necessidades para sobrevivência e valores elevados para o florescimento de uma “vida boa”, que é a vida moral (ou virtudes) pela qual os seres humanos obteriam felicidade. A dimensão econômica envolvida nessa abordagem advém do papel que a riqueza desempenhou no atendimento das necessidades básicas, bem como no alcance da vida boa ou felicidade. Na visão de Aristóteles, felicidade ou boa vida podem requerer uma riqueza acima do nível de necessidade ou subsistência, apesar do seu viés moral.

Depois que a dominação das forças de mercado na economia aumentou, o conceito de felicidade foi gradualmente substituído por utilidade; ao mesmo tempo foi também perdendo seu viés moral para ser definido como prosperidade, prazer e gratificação. A significativa mudança aconteceu com o filósofo materialista Thomas Hobbes no século XVII. Ele tratou bom e mau em termos de prazer e dor: uma coisa era boa porque causava prazer e era ruim porque trazia dor<sup>162</sup>. Portanto, para viver uma vida vantajosa, os indivíduos deveriam procurar obter o máximo de prazer possível (marco do início da associação do conceito de felicidade com prazer). A partir de então, não é a “vida boa” que conta, mas sim o que é “bom” na vida (PUNTASEN, 1999).

De forma adicional, surge Jeremy Bentham, quem traduziu a ideia de prazer de Thomas Hobbes em utilidade num âmbito social (bem-estar social); depois John Stuart Mill, quem inverteu o conceito de utilidade social para uma utilidade individual demandando menos intervenção governamental nos direitos individuais.

Na contramão desses entendimentos, felicidade no contexto do *Buddha-Dhamma* implica paz e tranquilidade, ao invés da ideia convencional de prosperidade, prazer e gratificação. Assim, no Budismo o mais importante é entender a relação entre sofrimento e

---

<sup>162</sup> Para Puntasen (2007) as pessoas devem evitar cair na armadilha de prazer e dor de Hobbes, pois trata-se de uma ideia que parte do pressuposto de que prazer e dor são lados opostos de uma mesma moeda, mas prazer não implica necessariamente menos dor – na verdade, prazer sem uma cuidadosa consideração pode resultar no aumento da dor.

felicidade, porque minimizar o sofrimento é maximizar a felicidade (*sukha*)<sup>163</sup>. *Sukha* implica o estado no qual a dor física ou mental (*dukkha*) é reduzida, nesse caso menos *dukkha* implica mais *sukha*. Apesar do reconhecimento de que a felicidade pode incluir a dor, existe a possibilidade de uma redução no nível da dor, enquanto que o prazer pode resultar no aumento da dor, por isso felicidade é diferente de prazer (PUNTASEN, 2007).

A complexidade desse conceito está no entendimento de que existem níveis de *sukha*. O mais baixo nível é *kamasukha*, obtido mediante aquisição exterior, consumista, uma prática puramente hedonista; e que *Buddha* recomenda que seja conquistado desde que não cause nenhum mal para qualquer tipo de ser vivo. Acima desse nível encontra-se *niramissukha*, adquirido pela não-aquisição e não consumo; refere-se à felicidade obtida por meio da doação, da meditação e da prática de ajudar os outros. Existe ainda a possibilidade de acessar *vimuttishukha* que é o nível mais alto de *niramissukha*, alcançado pela liberação ou emancipação de todas as impurezas da mente (PUNTASEN, 2007).

Todavia, para alcançar esses estados avançados de felicidade, demanda-se uma “educação do espírito” ou o que os mestres budistas chamam de “treinamento da mente”. O propósito maior de treinar a mente é o alcance de *pañña*, que se trata da habilidade em entender tudo em sua própria natureza<sup>164</sup>. Um exemplo desse entendimento e de suma importância para se adquirir *sukha* é a compreensão de que a noção do “eu” é uma ideia criada e sustentada para prover segurança aos indivíduos. A realidade é que ao invés de se sentir mais seguro, o apego à ideia do “eu” resulta em menos segurança; pois é a partir dessa ideia que são formados os gostos e as aversões, os julgamentos, as comparações, as críticas, as análises e, portanto, o sofrimento (PUNTASEN, 2007).

Logo, quando a ideia de “ser” desaparece, a dor que existia não vai mais existir como “minha dor” ou “nossa dor”, existe apenas o reconhecimento de que existe uma dor. E se não existe uma dor associada a um ser, não existe um sofrimento. Sem dor ou o estado de *dukkha*, o que permanece é somente a não-dor ou *sukha*. Significa que *sukha* em *Buddha-Dhamma* está mais associado com um desenvolvimento mental do que a alguma forma de aquisição. E como já foi dito, a ferramenta mais importante para adquirir esse estado mental é através do treinamento da mente que possibilita ao sujeito alcançar o estado de *pañña*. Segundo a tradição

---

<sup>163</sup> Cabe sublinhar que o autor não concorda em comparar o termo *sukha* ao termo felicidade, porque felicidade tem muitos significados associados a ele que podem causar conflitos. Assim, *sukha* está mais próximo do conceito de bem-estar, paz e tranquilidade, em oposição à prazer, prosperidade e gratificação (PUNTASEN, 2007).

<sup>164</sup> Para Puntasen (2007) o processo produtivo precisaria ser orientado por *pañña*, pois a introdução da sabedoria sobre a natureza humana nesse processo implicaria na promoção de habilidades humanas e da criatividade, provendo um senso de satisfação a partir do trabalho; bem como uma melhor administração da tecnologia, do capital e dos recursos naturais.

budista, aqueles que tem *pañña* são pessoas que entendem que maiores níveis de felicidade advém da paz e da tranquilidade que irá finalmente conduzir à completa emancipação ou liberdade, *vimuttisukha*.

A partir dessa contextualização, infere-se que os ensinamentos de *Buddha* prezam pelo alcance de uma felicidade que não advém do consumo de algo exterior, mas sim de um processo de emancipação das impurezas interiores. Puntasen (2007) acredita que se o entendimento budista sobre a não existência de um eu fosse disseminada, a vida humana poderia ser vista a partir de uma perspectiva diferente daquela de “falta e, conseqüente, aquisição permanente” que o capitalismo e o consumismo sustentam.

Os entrevistados Vieira (2018) e Thomas (2018) corroboram essa visão explicando como suas próprias experiências de treinamento da mente pela prática da meditação alteraram seus entendimentos sobre felicidade.

Acho que aquela ideia de buscar a felicidade fora [...] mudou muito para mim. Tanto em questões materiais como em relacionamento. Então hoje eu tenho um contentamento muito maior comigo mesmo [...]. Isso é diferente de, não quer dizer que eu não tenha ambições, mas por exemplo, eu não tenho a ilusão que o objeto X ou Y [...] vai me trazer a felicidade. Eu confio muito mais num processo de contentamento do que buscar aquele pote de ouro no fim do arco-íris (VIEIRA, 2018).

Eu percebi que é possível eu ser completamente pleno [...] sem precisar de nada externo. Nada externo que eu digo é realmente nada externo. Saber que você em si mesmo pode ser pleno. [...] Você vê a realidade como ela é e enxerga as coisas com clareza, você percebe que muito do que você busca às vezes é um gasto de energia desnecessário. [...] Estar consigo mesmo fica cada vez mais confortável, e isso é muito importante assim, eu acho, porque você deixa de buscar satisfação num relacionamento, por exemplo, no casamento, no outro. Você deixa de buscar satisfação em ter que comer em determinados restaurantes, usar determinadas substâncias (THOMAS, 2018).

Nesses discursos é evidenciada a questão da felicidade como um estado de mente e não um resultado que depende de realizações exteriores. Davanzo (2018) acrescenta que dar às pessoas ou às experiências a habilidade exclusiva de fazer os sujeitos felizes é um projeto fadado ao fracasso. As experiências e as relações são impermanentes, por isso elas não podem ser uma fonte real de segurança ou de felicidade, porque ao criar uma dependência de situações externas o sujeito pode ficar vulnerável à continuidade ou não daquela experiência ou relação. O esforço está em caminhar em direção a uma “fonte de energia que é estável, que está sempre disponível e que não está na dependência do que é impermanente” (DAVANZO, 2018). Ao

manter-se conectado constantemente a essa fonte, o sujeito encontra-se num estado de já plenitude e felicidade, o que o liberta da armadilha dos desejos infinitos criada pelo mercado.

Em suma, a economia convencional: i) aprisiona os indivíduos no conceito da falta, que gera uma espiral do desejo que não tem fim (uma vez satisfeito um desejo, outros surgirão); ii) prega uma ideia de bem-estar regida pelo paradigma materialista, geralmente traduzida como utilidade (valoriza-se o verbo “ter”); iii) confunde o conceito de prazer e felicidade induzindo a sociedade a obter mais prazer pelo acúmulo de mais posses materiais e experiências sensoriais; e iv) conclui que uma restrição de renda pode atrapalhar a fluidez dessa espiral do desejo e conseqüentemente da aquisição de prazer/felicidade.

A economia humanista, por sua vez, prega que bem-estar pode ser conquistado não somente pela obtenção de coisas, mas também pelo “fazer”; “ser”; e “ser em relação com”, sem ênfase exclusiva no “ter” como um único caminho para geração de utilidade/prazer. E economistas budistas, cristãos e islâmicos vão adicionar também à esses verbos, o “doar” como um fator importante para a geração de bem-estar<sup>165</sup> (PUNTASEN, 2007).

Sob tal ponto de vista, a maior finalidade do consumo não seria maximizar o prazer, mas sim manter uma boa saúde mental e física, que serve como uma sólida fundação para a geração e acumulação de *pañña* – a ferramenta fundamental para afastar os indivíduos e a sociedade de *dukkha*. Assim, para o Budismo, o consumo orientado por *pañña* pode conduzir um consumo moderado e consciente, além de promover uma maior harmonia entre a natureza e a sociedade (PUNTASEN, 2007).

## 5.5 A EMANCIPAÇÃO REIVINDICADA PELO SUJEITO MEDITANTE

É comum encontrar pesquisas que tratam do fenômeno esotérico, místico, espiritual como socialmente irrelevante ou “algo fútil, descartável, facilmente rebatido com dois ou três lugares-comuns sobre a objetividade da ciência *versus* a credulidade do público” (MAGNANI, 1999, p. 30); ou como se o fenômeno em questão fosse meramente uma reação do mercado ou um “caos semiológico”.

Entretanto, faz-se necessário problematizar essa reducionista afirmativa a partir de um olhar investigativo sobre as particularidades do movimento terapêutico/espiritual

---

<sup>165</sup> O conjunto de valores centrais na economia budista são baseados na noção de “não-eu” que conduz a ações de compaixão ao contrário de ações de autointeresse e de cooperação ao invés de competição. De acordo com *Buddha-Dhamma*, qualquer ser vivo, desde o momento do seu nascimento, nunca será livre de dor. Dor que resulta de mudanças naturais como a doença, o envelhecimento e a morte. Portanto, não faz sentido infligir mais dor nos outros seres. Faz mais sentido ser compassivo e ajudar os outros, porque há mais chances de resultar em *sukha* para ambas as partes (PUNTASEN, 2007).



contemporâneo. Porque ao se questionar sobre a diferença entre as práticas espirituais das sociedades tradicionais e o que se vivencia nas sociedades ocidentais contemporâneas, é possível encontrar como resposta que, ao invés de insignificante, esse movimento indica a emergência de um novo padrão de comportamento nos centros urbanos que coaduna com determinadas transformações identitárias do sujeito moderno/ocidental e questiona diretamente o modelo de desenvolvimento hegemônico<sup>166</sup>.

As pessoas se voltam à espiritualidade talvez como um ato de resistência política, como uma maneira de recuperar suas próprias vidas e proteger seu senso de *self* contra os padrões viciantes de consumo nos quais repousa grande parte de nossa economia corporativa capitalista (ROOF, 1998, p. 221 apud FRIGERIO, trad. nossa, 2016, p. 221)<sup>167</sup>.

A espiritualidade que o autor está se referindo é a que alguns pesquisadores chamam de “nova espiritualidade”; “auto espiritualidade”; “espiritualidade alternativa”; “espiritualidade holística” ou “espiritualidade reflexiva” (FRIGERIO, 2016), que se difere daquela experimentada dentro das religiões uma vez que ela não é ensinada de forma coletiva, moral e institucional, mas é sentida através da própria consciência, sensação ou intuição do praticante. Assim, seu caráter reflexivo é o que dá a conotação de resistência, visto que é por meio do autoconhecimento que as pessoas serão capazes de colocar em xeque os valores da ordem social vigente. Logo, defende-se que diante de uma vida definida basicamente em termos monetários e suportada por uma visão dualista, a espiritualidade reflexiva contemporânea acaba por se tornar um ato político, onde a existência ganha um sentido significativamente diferenciado.

Contudo, essa nova espiritualidade não apenas promove resistência devido ao seu caráter reflexivo, ao resgatar valores das sociedades tradicionais e reforçar uma dimensão sagrada da vida, elabora-se igualmente um convite a uma mudança radical do paradigma cultural dominante, conforme sintetizado no quadro 2.

---

<sup>166</sup> Parece “haver alguma ordem nesse ruído todo sendo necessária, para detectá-la e descrevê-la, desenvolver uma estratégia específica de investigação” (MAGNANI, 1999, p. 29-30).

<sup>167</sup> *Las personas se vuelcan a la espiritualidad quizás como un acto de resistencia política, como una manera de recuperar sus propias vidas y proteger su sentido del self sobre y contra los patrones adictivos del consumo sobre los cuales descansa mucha de nuestra economía corporativa capitalista* (ROOF, 1998, p. 221 apud FRIGERIO, 2016, p. 221).

QUADRO 2 – DIFERENÇA ENTRE A VISÃO CULTURAL DOMINANTE E A VISÃO ESPIRITUAL

<b>Visão cultural dominante</b>	<b>Visão espiritual</b>
O mundo físico é inferior ao espírito.	O espírito emprega tudo.
A natureza é inferior e deve ser dominada.	A natureza é um reflexo do espírito divino.
Os seres humanos são superiores ao mundo natural.	Os seres humanos são cocriadores com o espírito e a natureza.
O comportamento se baseia no medo e na crítica.	O comportamento se baseia no respeito próprio e no respeito aos demais.
A diferença deve ser controlada.	A diferença celebra o reflexo da criatividade do espírito.
Só existe uma maneira correta de viver e ser.	Existem muitos caminhos até a realização e a felicidade, nenhum é superior ao outro.
A guia de conduta é ditada pelas leis e instituições desde fontes externas.	A guia de conduta vem da conexão com o guia interior.
Existe uma realidade puramente objetiva separada da consciência.	Todo o Universo é uma projeção da consciência.
O esforço é a única maneira de conseguir algo.	Os pensamentos e sentimentos criam a realidade.
É possível dominar tudo e a todos.	O mistério faz parte da vida.

FONTE: Adaptada de NORTHRUP (1999, p. 51).

Dessa forma, estrutura-se uma forte crítica à visão cultural hegemônica moderna/patriarcal/capitalista/industrial/tecnocrática; e abre espaço (através do silêncio, do sagrado, do mistério, da natureza, do feminino e da diversidade) para a ressignificação da identidade moderna/ocidental, a qual vem sendo desde a colonização emoldurada em uma racionalidade estritamente instrumental, especializada e utilitária.

A partir desse reconhecimento inicial sobre o viés político da nova espiritualidade, para encerrar este capítulo, veremos como o tema da emancipação pode ser enriquecido e problematizado pelas contribuições que os entrevistados trazem ao se apropriar da meditação como parte de um processo de autoconhecimento e/ou para educar-se espiritualmente.

Conforme vimos ao longo das seções anteriores, a crise que assola os meditantes se estrutura basicamente em torno de um sentimento de insatisfação quanto a uma vida vazia de sentido existencial; ao exagero da necessidade de “ter” e de “ser” produtivo constantemente; à incapacidade de enfrentar (com inteligência emocional) situações complexas da vida; e à ausência de uma autêntica experiência de felicidade. Em suma, é uma crise que demanda uma atitude reflexiva para sanar a raiz da ansiedade buscando harmonizar suas vidas com seus

valores e impor limites. Os limites referem-se a atitudes pautadas na autovalorização do sujeito; ou seja, de não se submeter a processos de vida que não estão alinhados ao seu sentimento de autovalor, que não estimulem suas capacidades e não os conduza à plenitude.

O caráter exploratório da reflexividade característico dos meditantes permite inclusive classifica-los como cientistas e pesquisadores, à medida que se tornam observadores do ambiente interno para compreender o sistema que opera seus pensamentos e crenças. A ciência se baseia na observação, na experimentação e na constante adaptação dos métodos de acordo com os descobrimentos empíricos, o mesmo acontece com quem está consolidando uma confiança na intuição para acessar conteúdos particulares (NORTHRUP, 1999). A grande diferença é que enquanto a ciência rechaça qualquer conexão com o corpo mental/emocional ou com o “guia interior”, esses sujeitos os consideram como o ponto de partida para iniciar o exercício investigativo.

E sob tal perspectiva, observa-se que existe uma percepção pessoal de que serão mais úteis à sociedade se, ao invés de exigir do sistema social, começarem a pôr à prova primeiro no foro interno os valores da ordem vigente. Fundamentalmente, eles estão tentando encontrar dentro de si tudo aquilo que impede de transformar o ambiente interno<sup>168</sup>; carregando como premissa de que se faz “indispensável que em cada indivíduo se produza um desmoronamento” (JUNG, 1980, p.05) para que uma renovação interior seja conquistada.

O reflexo desse posicionamento no tema da emancipação é a consolidação de um entendimento de que a transformação do ambiente externo nada mais é que uma consequência da transformação pessoal<sup>169</sup>. Então, diferentemente do discurso da sustentabilidade que interpreta, por exemplo, a adoção de atitudes mais “sustentáveis” como uma ação puramente prática, objetiva e pontual (como não usar sacolas plásticas, reduzir o consumo de água e compartilhar meios de transporte)<sup>170</sup>, para os meditantes trata-se de um exercício complexo de se libertar primeiramente de todas as imagens coercitivas que foram internalizadas para, a partir desse lugar de liberdade, poder assumir uma postura diferenciada ante a eles próprios, à sociedade e ao meio ambiente.

---

<sup>168</sup> Já no século XIX, Jung (1980) afirmava que o autoconhecimento ou o retorno “do ser humano às suas origens, ao seu próprio ser e à sua verdade individual e social” representa o começo da cura da cegueira que dominava o mundo daquela época.

<sup>169</sup> Essa ideia é o fio condutor do projeto *Peace Revolution* promovido pela organização internacional *World Peace Initiative* (WPI). O projeto que é sediado na Tailândia, mas que envolve voluntários no mundo todo, tem o objetivo de construir uma sociedade de paz por meio de um processo de autoconhecimento e autodesenvolvimento fundamentado pela prática da meditação. O slogan: *PEACE IN/PEACE OUT* define a crença da organização de que a conquista de uma sociedade pacífica depende, sobretudo, do cultivo da paz interna.

<sup>170</sup> Nesse ponto, resgata-se a reflexão de Carvalho (2013) sobre o discurso de sustentabilidade omitir a dimensão “Visão de Mundo” que representa o campo das crenças estruturantes e dos valores de vida; limitando a problemática da sustentabilidade a perspectivas técnicas, científicas e políticas.

Cabe ressaltar que a noção de que toda ação interna impacta externamente (e vice-versa) e que cada pessoa é corresponsável pela situação em que o planeta se encontra evidenciada no discurso de interdependência e pelo ideal de convivência harmoniosa entre todos os seres (característico desse movimento terapêutico/espiritual) é compartilhada por movimentos ecológicos (profundos) que questionam o “especiecismo”, predisposição em posicionar a vida dos seres humanos acima dos outros seres<sup>171</sup>.

De acordo com Colin Campbell (1997), existe uma curiosa conexão, que perpassa o Hinduísmo e o Budismo, entre a crença na reencarnação e o ambientalismo (tal como o movimento Neo-Pagão é potencialmente inseparável de um ambientalismo espiritualmente-informado). O que significa que os movimentos ambientais e ecológicos atravessam e/ou são atravessados por esses movimentos espirituais. Sendo assim, não se surpreende a existência de discursos ambientalistas que se assemelham a um discurso espiritual, aqueles nos quais o “autodesenvolvimento” anda de mãos dadas com a vontade de salvar o planeta (CAMPBELL, 1997).

Voltando aos meditantes desta tese, a partir de seus discursos infere-se que a emancipação reivindicada por eles se estrutura basicamente pelos seguintes elementos:

- i) emancipação de uma existência meramente produtivista (e reprodutiva) característica da sociedade industrial e reforçada pela sociedade de desempenho, expressando, em contraposição, uma reconciliação com as emoções, o prazer e o lúdico;
- ii) emancipação de rótulos e condicionamentos sociais que sugerem uma vida “normótica” ancorada em valores de consumo e relações de controle e exploração entre sujeito, sociedade e natureza;
- iii) emancipação da institucionalização das práticas terapêuticas e espirituais, que podem limitar a experiência autônoma da espiritualidade;
- iv) emancipação da hegemonia do conhecimento intelectual, que impede a coexistência de outras formas de saber (como a intuição) e enfraquece a potência da expressão dos sentimentos e das sensações.

---

<sup>171</sup> “Esse movimento ecológico profundo, como é conhecido, não apenas reage fortemente contra aquela forma de “especiecismo” que coloca as necessidades dos humanos acima das necessidades das outras formas de vida, mas também deliberadamente procura conectar o mundo interno da experiência humana com o mundo externo da natureza” (CAMPBELL, 1997, p. 15).

Para os entrevistados budistas e os que acreditam no desenvolvimento espiritual do ser humano, acrescenta-se que a emancipação estaria ligada principalmente a um processo interno de dissolução da mais sutil noção de um eu, que é a raiz do sofrimento humano. O que quer dizer se liberar dos sentimentos perturbadores que acompanham as paisagens (situações ou papéis de vida) que têm caráter transitório e impermanente, mas que se configuram como realidades fixas no momento em que o indivíduo se torna demasiado identificado com elas; e como consequência acaba reagindo de forma desfavorável diante de determinadas situações de vida<sup>172</sup>. Nesse sentido, o desejo de emancipar-se estaria conectado a uma vontade de explorar capacidades humanas mais complexas<sup>173</sup>, as quais envolvem aquisição de resiliência, inteligência emocional e progresso espiritual.

Infere-se igualmente que a autonomia construída aqui não se dá pelo desejo de alcançar uma individualidade autocentrada – tal como Dombrowski (2018) expressa: “Isso não tem a ver com uma busca por poder e controle; fazer a minha vontade e o que eu quero”. De modo que a autonomia e liberdade ganham um sentido mais ético<sup>174</sup> à medida que, ao se libertar da ideia de “eu”, a vida não se centra mais na realização de desejos pessoais à qualquer custo (socioambiental); ao contrário, quando o “eu” está conectado a uma dimensão sagrada da vida são geradas qualidades como: generosidade material e doação de si mesmo; conduta ética de não fazer mal a si mesmo nem aos outros; autodisciplina; paciência, tolerância e calma; paz verdadeira que é a capacidade de não alimentar o medo nem a ansiedade; esforço e diligência; concentração e sabedoria. Conforme expressado nas palavras de Baja (2019):

E aí se a gente vai desenvolver coisas aqui, não é por autocentramento, por controle, por medo. É justo como uma arte, o artista se sente assim né? Algo brotando do meu coração e é maravilhoso e vai alegrar os outros, os outros vão se sentir beneficiados por aquilo que você cria. Você não vai criar um produto para enfiar nos outros para pegar dinheiro dos outros. E isso, nossa, não passa mais pela tua cabeça. Você não sente que você está andando na terra, para pegar alguma coisa. Essa visão utilitária, ela desaparece.

---

<sup>172</sup> “Então quando eu estou trancado dentro de uma paisagem, minha mente raciocina de um jeito, a minha energia obedece, e o meu corpo segue. Quando eu vejo que tem diferentes paisagens, eu começo a perceber que a minha energia pode flutuar, quando eu mudo de paisagem a minha energia muda, a minha mente também muda. Então eu começo a perceber que eu estou numa paisagem e eu saio. Na verdade essa já é nossa experiência. Mas quando eu não percebo isso, eu estou achando que estou numa experiência fixa. Então essa é a compreensão, que existem diferentes possibilidades” (DAVANZO, 2018).

<sup>173</sup> Morin e Kern (2003) defendem que o progresso da hominização deve ser concebido pelo desenvolvimento máximo das potencialidades psíquicas, espirituais, éticas, culturais e sociais dos seres humanos. “Precisamos abandonar as racionalidades parciais e fechadas [...]. Precisamos nos livrar do paradigma pseudoracional do Homo sapiens faber segundo o qual ciência e técnica assumem e levam a cabo o desenvolvimento humano” (MORIN; KERN, 2003, p. 92).

<sup>174</sup> “Eu resumiria ética como promoção e defesa da vida, qualquer coisa que vai contra isso, eu desvio” (DOMBROWSKI, 2018).

Ante ao desafio de encontrar “alternativas ao desenvolvimento”, parece que por intermédio da meditação emerge uma possibilidade de caminho onde a ideia de progresso material e econômico como sinônimo de sucesso e felicidade, cede lugar a outro projeto de existência, pelo qual é possível estabelecer relações mais harmônicas entre os seres humanos, sociedade e natureza.

Mas será que é possível garantir que os meditantes estão conquistando tais qualidades e alcançando de fato uma emancipação de padrões de comportamento característicos de uma subjetividade moderna? Existem meios de provar que a meditação é capaz de promover tal transformação interna?

Goleman e Davidson (2018) afirmam que sim. Quando os pesquisadores compilaram dezenas de pesquisas sobre meditação, eles perceberam que há significativas diferenças entre a qualidade e a durabilidade de mudanças neurológicas de acordo com o tipo e o tempo de prática meditativa adotada por inúmeros indivíduos que tiveram seus cérebros analisados em laboratórios ao redor do mundo. Como resultado, obteve-se a categorização de basicamente três níveis de praticantes: i) iniciantes, que se concentram em práticas como *mindfulness*; ii) de longo prazo, que participam regularmente de retiros de meditação; e iii) yogis/monges, que estão completamente submersos na religiosidade oriental (GOLEMAN; DAVIDSON, 2018).

Entre os iniciantes, observou-se que é experimentado um alívio desde as primeiras sessões quando crises emocionais e/ou dores físicas são amenizadas; verificou-se também que no cérebro há menor reatividade da amígdala a situações de estresse, menor distração e maior capacidade de concentração e memorização. Entretanto, embora essas mudanças na estrutura cerebral emerjam com modestas horas de prática, elas ainda são frágeis e caso a prática não seja sustentada e aprofundada, é provável que o antigo padrão de comportamento e sentimentos retornem.

Já os intermediários são aqueles que somam mais de 1.000 horas ou mais de prática, e conseqüentemente os benefícios documentados são mais robustos. Entre eles, verificam-se indicadores cerebrais e hormonais de reatividade reduzida ao estresse e a processos inflamatórios; fortalecimento dos circuitos pré-frontais para lidar com sofrimento; e níveis mais baixos do hormônio cortisol. A prática da meditação da compaixão ilustra nesses praticantes maior sintonia neural com aqueles que sofrem e maior probabilidade de agir em benefício deles. Diferentemente dos iniciantes, para esse grupo intermediário de praticantes, todas essas mudanças sugerem o aparecimento de duradouras alterações de comportamento.

Finalmente, os avançados são os que contabilizam mais de 27.000 horas de meditação e expressam claramente sinais de “*altered traits*”, visto que o estado de repouso desses

yogis/monges se assemelha ao estado meditativo dos praticantes dos outros níveis; o que significa que o estado meditativo se tornou um padrão<sup>175</sup>. Além das conquistas adquiridas pelos intermediários, adiciona-se a presença de largas ondas gama que conectam regiões cerebrais distantes (um padrão cerebral que nunca foi visto antes); um envelhecimento cerebral mais lento quando comparado com pessoas da mesma idade; e um aumento na capacidade de resiliência.

Dessa forma, estudos indicam que uma pessoa que mantém uma prática constante de meditação por longos períodos, tem a probabilidade de se tornar mais compassiva, altruísta e menos apegada a antigos padrões de pensamentos/comportamentos. Ou nas palavras de Goleman e Davidson (trad. nossa, 2018, p. 46):

Ficamos intrigados com a possibilidade de que alguns caminhos biológicos quando praticados repetitivamente permitissem uma incorporação permanente de alterações altamente positivas como bondade, paciência, presença e tranquilidade sob quaisquer circunstâncias. Meditação, nós argumentamos, era uma ferramenta para nutrir precisamente tais elementos benéficos do ser<sup>176</sup>.

Entretanto, apesar desses resultados responderem parcialmente ao questionamento sobre a eficácia da meditação na transformação pessoal, ainda assim não poderíamos garantir que os meditantes desta tese apresentam tais alterações positivas de comportamento, já que não disponibilizamos dos mesmos recursos da neurociência para rastrear os traços de mudanças neurológicas.

Diante disso, como ficam os estudos das Ciências Sociais, Humanas e Ambientais quando almeja-se sugerir que a meditação (ou qualquer prática terapêutica/espiritual) pode representar um caminho emancipatório para se pensar/sentir a crise socioambiental? Seria suficiente apenas citar o resultado daquelas pesquisas e inferir que todos que alcançassem “x” horas de prática de meditação conseqüentemente seriam seres humanos “melhores”? Ou precisamos criar os nossos próprios critérios de medição? Se for assim, quais seriam os critérios

---

<sup>175</sup> É importante destacar que todos os meditantes avançados que fizeram parte desses estudos estão categoricamente inseridos num contexto espiritual (sobretudo ao Zen Budismo e ao Budismo Tibetano) o que significa para Goleman e Davidson (2018) que os valores éticos budistas têm influência direta no resultado obtido, reforçando a premissa dessa tradição religiosa/filosófica que diz que os mais profundos benefícios da meditação só serão realizados se a técnica for praticada em consonância com um sistema de valores.

<sup>176</sup> “*We were intrigued by the possibility of some biological pathway where repeated practiced led to a steady embodiment of highly positive traits like kindness, patience, presence, and ease under any circumstances. Meditation, we argued, was a tool to foster precisely such beneficial fixtures of being*” (GOLEMAN; DAVIDSON, 2018, p. 46).



que qualificariam um sujeito que rompe com a identidade moderna/ocidental (inclusive, será que existe tal possibilidade de rompimento<sup>177</sup>)?

Diferentemente da neurociência, que consegue estabelecer critérios específicos para definir o que se constitui uma mudança comportamental a partir de traços neurológicos, nos estudos sociais e humanos isso não é possível de se alcançar. As ponderações realizadas pelos meditantes entrevistados apontam sem dúvida para uma crítica fundamental sobre os processos de homogeneização, especialização e dessacralização dos sistemas de vida que operam nas sociedades modernas hegemônicas, mas isso seria suficiente para dizer que eles efetivamente forjam um projeto de emancipação?

Provavelmente essas perguntas (retóricas) se manterão em aberto por muitas gerações de pesquisadores, principalmente porque ainda permanecemos presos no dilema da neutralidade da ciência e de como lidar com a separação de fatos e valores (poderia a factualidade das Ciências “duras” ser estendida para as Ciências Sociais e Humanas?).

Portanto, perante a incapacidade em “provar” a validade política da emancipação reivindicada pelos meditantes, resta, nesta presente tese, apenas uma inferência subjetiva de que esse movimento terapêutico/espiritual, embasado na meditação, nos aponta outro modo de sentir a existência que resulta em transformações profundas na crença hegemônica de desenvolvimento e que coaduna com as propostas contraculturais e *new agers* (conforme foi visto sobre o amadurecimento de uma nova espiritualidade através da meditação), com o conceito pós-desenvolvimentista (*buen-vivir*), com a modernidade reflexiva e com a noção de um *self* ecológico.

O diálogo com o *self* ecológico, acredito emergir a partir do momento em que o meditante reclama uma (re)construção da sua identidade pelo encontro com o outro (o “outro” aqui é representado pela cultura oriental). Por mais que se estimule uma certa desinstitucionalização da prática da meditação (pelos irreligiosos) e conseqüentemente a emancipação das estruturas patriarcais religiosas, a conquista do autoconhecimento e da autoridade individual ambicionada pelos meditantes não é autodirigida, ou seja, não resulta de um empreendimento exclusivamente individual que não interage com o meio sociocultural. Mesmo que isso não seja pronunciado por eles, o fato é que essa autonomia se desenvolve

---

<sup>177</sup> *¿Estamos atrapados en un estadio final de la historia, llamado modernidad, donde lo único que cabe es adoptar el modelo, adaptarse y construir diferentes estilos de modernidad; inscribirse estratégicamente dentro de las ventajas comparativas de la geopolítica del desarrollo sostenible y encapsular la diversidad cultural en el molde de la modernidad?; [...] ¿Cómo pensar la convivencia en el mundo contemporáneo de mundos de vida tradicionales que no podrían incluirse como variantes dentro de un concepto consistente, comprehensivo y genérico de modernidad?*” (Leff, 2014, p. 13).

dentro de um circuito de práticas que oferece relacionamentos variados com mestres e facilitadores de meditação.

E é mediante essas relações (sociais) que os sujeitos modernos/ocidentais conseguem extrair pistas de como ressignificar sua individualidade, de como encontrar outros valores, outras formas de vida, outra maneira de vivenciar a espiritualidade. Assim, paradoxalmente ou não, a socialização dos saberes orientais possibilita o nascimento de uma vontade de poder que assegura a busca da individualidade e da singularidade, mas que não nega conjuntamente uma visão (social) integrativa que impera no exercício da prática meditativa.

Já o diálogo com o conceito pós-desenvolvimentista e a perspectiva decolonial, se constrói na interpretação desse intercâmbio espiritual de saberes entre Oriente e Ocidente como um reconhecimento das problemáticas e limitações intrínsecas ao Ocidente – ou um olhar terapêutico sobre as sombras do coletivo ocidental. O que significa que a busca por outras práticas em culturas distintas remete (indiretamente) à aceitação ocidental de uma incapacidade de encontrar em seus próprios saberes hegemônicos, os meios de sanar suas neuroses e crises; necessitando acessar os saberes subalternos das sociedades tradicionais<sup>178</sup>.

As ferramentas que as culturas orientais e tradicionais oferecem ao Ocidente para se emancipar, principalmente do mal da dualidade, não são resultantes de um processo racional e consciente<sup>179</sup>, mas sim de um desenvolvimento psíquico que se manifesta em imagens simbólicas (como as mandalas) e/ou em processos meditativos. O consciente que representa o elemento da diferenciação individual e o inconsciente que, por sua vez, representa o elemento da união cósmica, se unem durante o processo meditativo e/ou da criação dos símbolos. Assim, o inconsciente é trazido à consciência e é fecundado pela submersão do consciente,

---

<sup>178</sup> Faz-se mister salientar que quando os sujeitos ocidentais, em crise, buscam os conhecimentos orientais como refúgio, não existe uma negação completa dos conhecimentos do Ocidente. Para Jung e Wilhelm (2017), o que o Oriente oferece ao Ocidente é simplesmente uma “ajuda”, e não uma proposta de rompimento total com os fundamentos ocidentais. Inclusive, na opinião dos autores, essa ajuda será mais eficaz se os ocidentais permanecerem fieis a si mesmos, partindo da sua própria essência para se desenvolver pautado no que o Oriente os oferece. Por isso não se trata (ou não deveria se tratar) de uma imitação, de tomar ao pé da letra as práticas orientais experimentadas, mesmo porque isso nem está no campo das possibilidades. Para os autores, a mentalidade de cada cultura opera de uma determinada forma, e a mentalidade ocidental não será capaz de enxergar o mundo através dos olhos orientais. As palavras e conceitos estrangeiros “nunca se originariam em cérebros ocidentais e nunca neles se enxertarão com proveito” (JUNG; WILHELM, 2017, p.18).

<sup>179</sup> “A vontade consciente não pode alcançar uma tal unidade simbólica, uma vez que a consciência, nesse caso, é apenas uma das partes. Seu opositor é o inconsciente coletivo, que não compreende a linguagem da consciência. É necessário contar com a magia dos símbolos atuantes, portadores das analogias primitivas que falam ao inconsciente. Só através do símbolo o inconsciente pode ser atingido e expresso; este é o motivo pelo qual a individuação não pode, de forma alguma, prescindir do símbolo. Este, por um lado, representa uma expressão primitiva do inconsciente e, por outro, é uma ideia que corresponde ao mais alto pressentimento da consciência” (JUNG; WILHELM, 2017, p. 36).

possibilitando um renascimento espiritual que nada mais é do que um estado de consciência ampliado, suprapessoal (JUNG; WILHELM, 2017).

Desse modo, a meditação opera como um ritual de reintegração, no qual o indivíduo (ego) vai se reunir a essas forças espirituais (ou apenas reconhecer que ele já está unido a elas). Como consequência, ele não vai se encerrar em uma identidade fechada ou fixa, mas vai cultivar uma identidade aberta que está em constante construção – as ideias prontas sobre o que é a vida; onde se deve chegar; o que é o sucesso; o que se deve ser, aos poucos vão perdendo seu poder. Em outras palavras, emancipa-se do poder, do controle, da dualidade e ao invés de se sentir como aquele que age, que pensa, que percebe, os sujeitos se tornam efeitos de um grande observador.

Para finalizar, cabe incluir a crítica que Ronald Purser formula a respeito do que ele chama de *McMindfulness*<sup>180</sup>. Para o professor da tradição Zen Budista e da Universidade Estatal de São Francisco (EUA), é preciso cuidado com o crescente movimento nos países ocidentais de comercialização da prática *mindfulness* como uma forma banalizada da espiritualidade capitalista. O modo “raso” com que essa prática vem sendo disseminada no Ocidente entre as celebridades, empresários, psicoterapeutas e professores, pode acabar criando um movimento inverso ao da emancipação – evitando uma transformação social, política e ambiental, e reforçando uma realidade de desigualdades e exploração.

Purser (2019) argumenta que a indústria do bem-estar que se utiliza do *mindfulness* como carro-chefe desencoraja os indivíduos a refletirem sobre as causas políticas e sociais das suas angústias, criando na sociedade a falsa sensação de que problemas como depressão, ansiedade e estresse são questões individuais (químicas) descoladas de um contexto histórico, político e social.

Pensamento alinhado com a ressalva que Goleman e Davidson (2018) fazem sobre necessidade da meditação manter-se vinculada ao seu sistema de crenças orientais, pois é por intermédio dele que o propósito de libertação espiritual em relação ao egoísmo, à violência e a ganância são enfatizados. Desvinculada desse contexto ético e descaracterizada, a prática de *mindfulness* acaba se tornando meramente uma técnica individualista de autoajuda que, ao invés de libertar o indivíduo, vai tornar ele mais apto a tolerar e suportar os sistemas de exploração.

---

<sup>180</sup> O livro publicado pelo autor intitulado “*McMindfulness – How Mindfulness Became the New Capitalist Spirituality*” faz referência ao termo “*McDonaldization*” empregado por George Ritzer como um dos efeitos da globalização neoliberal para a prestação de serviços de todas naturezas, até mesmo as terapêuticas/espirituais. Para maiores detalhes sobre a crítica que Purser formula, pode-se acessar a reportagem disponível em: <<https://life.dn.pt/ronald-purser-o-mindfulness-ajuda-as-pessoas-a-tolerar-sistemas-de-exploracao/comportamento/352759/>>. Acesso em: 10 fev. de 2020.

Trata-se de uma discussão complexa que envolve vários fatores, retomando inclusive a própria questão da neutralidade da ciência e da tecnologia, uma vez que a perspectiva moderna de secularizar o conhecimento para contornar o misticismo e as crenças populares, criou uma atitude tão radical contra tudo aquilo que não é cientificamente comprovado que acabou por tornar comum o exercício de neutralizar também as práticas terapêuticas/espirituais. Assim, empresas e escolas podem usar a meditação sem o receio de estar favorecendo uma determinada religião; e como resultado, temos que uma técnica de autoconhecimento e concentração eticamente neutra pode não ser capaz de tensionar o capitalismo – ao contrário, se mal utilizada termina por reforçá-lo.

Portanto, na opinião desses autores, para que a meditação se torne verdadeiramente um agente de emancipação no sentido de contribuir com uma mudança política e social, é importante que ela se libere da sua cumplicidade com um *ethos* neoliberal e favoreça a reflexão crítica sobre as causas do sofrimento humano e como elas estão relacionadas com realidades sociais, econômicas e políticas de cada sociedade; incentive a compreensão de que os três venenos mentais – ganância, raiva (aversão) e ignorância (segundo o Budismo) são aflições internas que refletem no ambiente externo; e promovam a criação de sentimentos profundos de solidariedade e resistência.

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este documento foi iniciado com a argumentação de que a crise é um processo essencialmente humano que garante a constante mudança das sociedades humanas; a qual nem sempre resulta em avanços, sendo mais provável o acontecimento simultâneo de avanços, retrocessos e transformações. Como exemplo dessa característica ambivalente da crise, observou-se como a modernidade e o mito do desenvolvimento colonial/moderno/patriarcal/eurocêntrico/capitalista (que num determinado momento da história humana se autoapresentaram como a maior conquista das sociedades tradicionais ocidentais) começaram a entrar em colapso com o aparecimento de diversas instabilidades econômicas e políticas, e injustiças socioambientais.

Em resposta à crise da soberania desse discurso de desenvolvimento, consolidado originalmente para definir progresso e evolução das sociedades por meio da aplicação indiscriminada das ciências e tecnologias modernas, emergiram propostas alternativas pautadas na denúncia de que tal modelo não é neutro e/ou isento de colateralidades negativas – pelo contrário é na raiz do seu discurso que é consolidado o subdesenvolvimento de certas sociedades, as quais sofrem as consequências de um tipo de progresso que no fim não é para todos. Vimos que tais propostas alternativas visualizam outro modelo de desenvolvimento, ainda como sinônimo de progresso e pautado em valores monetários, mas ocupado em criar soluções técnicas, científicas, econômicas e políticas para a policrise experimentada pelas sociedades modernas.

Em seguida, argumentou-se que esse movimento alternativo levou alguns pesquisadores a buscar diferentes métodos de investigação motivados pela reflexão de que uma mentalidade encerrada no conhecimento científico e fracionada em disciplinas não seria capaz de compreender e propor soluções à complexidade relativa à problemática socioambiental. Dessa reflexão, chegou-se à constatação de que um pensamento interdisciplinar seria mais adequado para construir um saber ambiental, dotado da habilidade de restabelecer as relações sociedade-natureza no âmbito acadêmico-científico e, conseqüentemente, visualizar saídas mais complexas.

Entre os resultados obtidos dessa fase de transformações, explicou-se que surgiram programas acadêmicos de pós-graduação, como o PPGMADE, dedicados então a explorar a interdisciplinaridade como método de investigação e construção do saber ambiental; e interessados na produção de pesquisas mais comprometidas em explorar a diversidade econômica, política, epistemológica e social das comunidades analisadas.

Nesse momento do documento passou-se à construção da problematização desta tese, a qual se estruturou através da reflexão de que, enquanto pesquisadores interdisciplinares no âmbito do PPGMADE, podemos contribuir para inserir novos elementos na complexificação do conceito de desenvolvimento, por intermédio de pesquisas que dialoguem com outros campos do conhecimento, bem como com outros saberes que fogem ao escopo acadêmico-científico.

Há uma possibilidade de, por exemplo, explorar melhor a provocação de Neff, Morin e demais autores que defendem que estudos sobre desenvolvimento social seriam enriquecidos com diferentes perspectivas caso incluíssem o desenvolvimento humano como predicativo de uma renovação do próprio conceito de desenvolvimento<sup>181</sup>. Enriquecimento que se fundamenta na exposição das neuroses e crises de uma subjetividade restrita a uma expressão intelectual, especialista, utilitarista e urbana – forjada pela modernidade ocidental – e que retroalimenta as múltiplas crises humanas e sociais.

O que significa que temas como mudanças climáticas, energia limpa, soberania alimentar e tecnologia social, podem também conversar com questões de saúde mental, resiliência emocional, transtornos psíquicos, felicidade, prazer, espiritualidade, religião e paz. E que ao nos interessar sobre o desenvolvimento humano, inevitavelmente encontraríamos uma miríade de caminhos cotidianos (tecnológicos, éticos, espirituais, religiosos, terapêuticos, artísticos, literários) que os sujeitos modernos/ocidentais estão percorrendo para ressignificar sua identidade essencialmente moderna, os quais podem ser traduzidos como possíveis estratégias de transformação socioambiental.

Inspirada por esse pensamento de que ainda há novos elementos que podem ser inseridos na complexificação do conceito de desenvolvimento, optei em inserir no debate socioambiental aspectos da cultura oriental, do Budismo e da meditação. O estímulo inicial para unir esses grandes temas foi a realização dos seguintes questionamentos: Porque o sujeito moderno/ocidental medita? Quais os aspectos da crise do conceito hegemônico de desenvolvimento são ressaltados mediante essa atitude de se conectar com uma prática terapêutica/espiritual oriunda de um saber (oriental) que vai na contramão dos valores

---

<sup>181</sup> Para Morin, o conceito de desenvolvimento precisa ser concebido de maneira antropológica, afinal de contas o subdesenvolvimento psicoemocional, afetivo do ser humano, é uma das raízes do mal da civilização. Assim “[...] é preciso rejeitar o conceito subdesenvolvido do desenvolvimento que fazia do crescimento tecno-industrial a panaceia de todo desenvolvimento antropro-social” (MORIN; KERN, 2003, p. 83) e caminhar na direção de um desenvolvimento humano que visa explorar as capacidades emocionais e espirituais dos seres humanos; visto que “as finalidades do desenvolvimento dependem de imperativos éticos” (MORIN; KERN, 2003, 106).

compartilhados pela cultura moderna/ocidental? Como esse sujeito moderno/ocidental se configura e se ressignifica a partir da crise desse modelo hegemônico de desenvolvimento?

A elaboração desses questionamentos se deu a partir da premissa de que a atitude de buscar no Oriente práticas e saberes diferentes daqueles compartilhados pela sua sociedade, poderia indicar uma crise pessoal definida por vários aspectos, até então desconhecidos, mas que provavelmente indicariam fragilidades no seio da cultura ocidental.

A etapa de revisão teórica possibilitou entrar em contato com estudos atrelados aos campos da Psicologia, Antropologia e Ciências da Religião que, de alguma forma, já elaboram essa correlação. São estudos que se debruçam sobre conceitos como Inconsciente Ecológico, Ego Ecológico, Ecopsicologia; e sobre movimentos como a Nova Era, Orientalização do Ocidente, Neo-esoterismo e PICs. Salvo as especificidades de cada área de conhecimento, o que eles trazem em comum é o entendimento de que o crescente movimento terapêutico/espiritual ocidental denuncia (diretamente ou indiretamente) o patriarcado, o capitalismo, a modernidade, o cristianismo, a tecnocracia, o pensamento especializado; ou seja, aspectos atrelados ao modelo de vida das sociedades ocidentais.

Com base nessas reflexões iniciais delimitou-se o objetivo central da tese de analisar criticamente de que forma o sujeito moderno/ocidental meditante se configura (e se ressignifica) no contexto da crise do desenvolvimento hegemônico. Para tanto, definiu-se que seria utilizado um método de análise pautado na escala individual, sintetizado pela categoria “sujeito moderno/ocidental meditante”, que representa a unidade que conduziria o processo de reflexão sobre a crise do desenvolvimento hegemônico – considerando a existência de um entrelaçamento entre as crises pessoais, sociais, ambientais, econômicas e políticas.

Para suportar o exercício de análise desse sujeito meditante incluindo os principais elementos de crise que perpassam sua subjetividade, pensou-se ser importante, primeiramente, analisar criticamente o processo de subjetificação desde a colonização e industrialização, quando a modernidade passa a forjar uma subjetividade completamente aderente ao seu projeto de desenvolvimento. Durante a construção dessa etapa observou-se que, em resposta a tal processo, diferentes movimentos sociais e/ou motivações mais singulares provocaram, cada um a seu modo, projetos de resistência que colocaram em cheque o discurso de que existe apenas um modelo de vida que deve ser seguido por todas as sociedades. Logo, esses projetos foram consolidados por sujeitos modernos/ocidentais que demandaram novas formas de reconhecimento simbólico e de valorização dos direitos humanos, o que possibilitou a criação de novas identidades e/ou o fortalecimento de subjetividades tradicionais.



Nessa esteira, identificou-se que a alternatividade do sujeito moderno/ocidental se manifestou (e continua se expressando) nos movimentos *New Age* e decolonial, e em conceitos como o pós-desenvolvimento e *self* ecológico. Os quais criam uma individualidade complexa, heterogênea, reflexiva e autônoma; e carregam como fio condutor o estímulo a uma vida plural e diversa, e a crença de que o ser humano não é apenas social e biológico, sendo outrossim psíquico, emocional e espiritual, e por isso deve se desenvolver e educar também nessas outras dimensões.

No último capítulo desta tese, quando foram sintetizados os discursos dos nossos meditantes, foi possível observar que o pensamento compartilhado por esses movimentos e conceitos, de certa maneira, permeia as reflexões elaboradas pelos sujeitos que praticam meditação.

Ao ambicionar espontaneidade, por exemplo, os meditantes questionam o imperativo característico da sujeição colonial, reforçado pela modernidade industrial e capitalista, de que o valor de uma pessoa se mede pelo nível de “civilidade”, intelectualidade e racionalidade que ela é capaz de alcançar. Ao questionar a medicina ocidental, críticas são tecidas quanto à tecnocracia, à especialização e à compartimentação dos corpos, não confiando plenamente nesse saber fragmentado e optando, por vezes, se submeter a processos de cura fundamentados pela construção de saberes que não se podem ser segmentados e contabilizados. Ao buscar conhecer outros modelos de organizações sociais, rever hábitos de consumo e examinar as relações com o meio, observamos uma pré-disposição em construir outras maneiras de conviver com a natureza e em sociedade, de forma que sua existência seja mais harmônica com todas as formas de vida.

Apesar de haver uma similaridade entre os discursos compartilhados pelos entrevistados, o que permitiu que os mesmos fossem compilados em grandes temas (como religião, felicidade, espiritualidade e sentido existencial), reconhecemos também que inexistem uma linearidade de pensamento, sendo que alguns temas foram permeados por posições até mesmo antagônicas e controversas.

Ao analisarmos o grande tema da religião, vimos que o nosso grupo específico de meditantes se comporta de maneira bem distinta quando se trata em assumir uma religião. De um lado temos meditantes que acreditam que a liberdade de um processo de autoconhecimento não se pode ser acessada dentro de um contexto religioso, o que significa que a resignificação de suas vidas não necessariamente advém da filiação religiosa budista, mesmo que exercitem uma técnica atrelada a esse sistema ético. No outro extremo, temos meditantes que acreditam

que é justamente no seio da religião budista que é possível encontrar refúgio e reorganizar suas vidas a partir de uma perspectiva comunitária.

Ainda nesse tema, observamos um exacerbado pragmatismo no discurso de alguns entrevistados, o que nos leva a concluir que embora exista uma tentativa de escapar dos efeitos que a modernidade exerce sobre suas vidas, permanece uma dificuldade de se alterar a racionalidade lógica/instrumental, promovendo como consequência apenas a valorização de práticas de autoconhecimento e de cura que ofereçam provas concretas, objetivas e tangíveis dos seus métodos (seguindo a lógica do conhecimento científico que busca comprovações). Então temos que, sob tal ponto de vista, nossos meditantes também são, em essência, um sujeito moderno, industrial e instrumental, que reforça a dicotomia entre a espiritualidade e o conhecimento científico.

Por outro lado, evidenciou-se no discurso daqueles que compartilham uma visão espiritual da vida que não se corrobora a ideia de desenvolvimento como evolução material, linear e etapista; questionando-se a construção social e cultural do conceito de felicidade que representa o pilar de um discurso desenvolvimentista que traz como indicador o “Produto Interno Bruto” (PIB) para medir sucesso e progresso das nações. Ao pedir demissão de empregos que lhes forneciam um prestígio financeiro, mas não garantiam um sentido existencial, há precisamente um indício de que os meditantes não aceitam esse paradigma do crescimento econômico como sinônimo de felicidade. E ao assumir uma atividade espiritual como um caminho para conquistar liberdade e felicidade, fragiliza-se ainda mais essa ideia de que a emancipação e progresso humano se alcançará apenas por meio da tríade ciência/tecnologia/capital e pela secularização de todas as instâncias da vida.

Consequentemente, temos ao mesmo tempo uma denúncia a essa ideia de progresso reforçado pela sociedade de desempenho e um reconhecimento de que esse sistema social cria uma vida à beira de um colapso (físico, mental, emocional e espiritual); o que faz com que se passe a questionar: “Qual o sentido da vida?”; “O que fazer com o corpo, com a vida que me foi dada?”; “Quem sou eu?”; e a recorrer a outros saberes (como a meditação e o Budismo) para encontrar um direcionamento mais consistente de sentido existencial para sua vida.

Logo, alguns meditantes compartilham o interesse em usar a meditação como um meio de “desaparecer” provisoriamente para refletir sobre as escolhas pessoais, e como resultado do processo reflexivo optam por construir um modo de vida que seja (na sua visão) mais saudável para eles, para a sociedade e para o meio ambiente; mesmo que essa decisão implique num afastamento e negação dos valores hegemônicos. Nesse comportamento, vemos claramente que há um exercício de ressignificar o que é o “ser”.

O meditante sugere que há um significado para o “ser” no mundo que está conectado a uma busca pela conquista de habilidades como resiliência emocional e aprimoramento espiritual, partindo do pressuposto de que a vida é, antes de tudo, sagrada. Para os budistas, acrescentaríamos que o sentido da vida transita pela aquisição de habilidades como amor, compaixão, equanimidade e alegria. E, desse modo, constata-se um projeto de emancipação diferenciado, que vem pelo silêncio; pela conquista da paz interior; pelo melhor gerenciamento das emoções; pelo contentamento e pela conexão com uma inteligência superior – mas que nem por isso (por ser um posicionamento completamente diferente do comumente visto nas lutas sociais) deixa de ser um ato político.

Inserir esse tipo de compreensão ampliada da vida no meio acadêmico-científico nos força a expandir a concepção de sujeito nas pesquisas, resgatando e incluindo sua dimensão transcendental em todos os debates. O que significa que a própria noção de Morin (1975) sobre o ser humano como um resultado de uma complexa e simultânea adaptação biológica, natural e cultural, seria atualizada a fim de acrescentar sua adaptação espiritual também. Nos levando a uma visão do ser humano, portanto, como um ser “biossociocultespiritual”.

E no âmbito de programas de pesquisa como o PPGMADE, temos a possibilidade de pensar mais criativamente sobre as saídas possíveis: enquanto a perspectiva cultural dominante defende que a crise socioambiental será resolvida somente por meio da adoção de soluções técnicas, políticas e econômicas; para a perspectiva espiritual a ilusão da separação e a alienação do “eu” dos outros planos de existência é a principal causa dos variados desequilíbrios sentidos no mundo físico, emocional, social e planetário, e sob tal perspectiva a restauração da saúde na Terra depende da reconciliação ou integração do ser humano às forças universais de vida<sup>182</sup>.

Para os meditantes que adotam uma visão não-dualista da existência, a inteligência espiritual acessada pelo silêncio<sup>183</sup> da meditação restaura essa ilusão da separatividade e faz brotar um senso de pertencimento e amplitude; conferindo-lhes uma pré-disposição em adotar posturas de menor controle e exploração diante do meio e dos outros seres. Já os meditantes que não carregam tal perspectiva espiritual, essa mudança de comportamento (também visualizada e ambicionada) é explicada mediante outra lógica: as ações que impactam negativamente o meio ambiente natural e social é simplesmente um reflexo de uma mente

---

<sup>182</sup> A entrevistada Garanhani (2018) reforça esse pensamento ao afirmar que as pessoas estão adoecendo porque estão apenas “cumprindo tarefas e não se permitem entrar em contato com algo maior (GARANHANI, 2018).

<sup>183</sup> Quando tranquilizam-se os pensamentos é possível enxergar o coração celeste, e assim a inteligência espiritual por si só atinge a origem (JUNG; WILHELM, 2017).

intoxicada por sentimentos como raiva, ganância e ignorância; a qual pode ser purificada por meio da meditação.

A reflexão sobre a hegemonia do pensamento racional nos remete ao questionamento inicial desta tese sobre a capacidade dos instrumentos conceituais em prover os recursos necessários para solucionar a crise socioambiental. Se os entrevistados têm a convicção de que o acúmulo de mais conhecimento intelectual não os levará à resolução dos seus conflitos pessoais, pode ser que a nível macro também não seja suficiente se concentrar apenas no aumento da produção de conhecimento técnico-científico. Talvez seja preciso agir na fundação da cultura ocidental enraizada no célebre enunciado de Descartes: “Penso, logo existo”. Ideia que, além de reduzir o ser humano a uma habilidade exclusivamente pensante (que não sente) promoveu uma radical separação entre mente/corpo e sociedade/natureza, gerando como resultado uma (cosmo)visão dualista.

Temos, portanto, um convite aos estudos socioambientais a levar em conta todas as formas de subversão ao modelo hegemônico de desenvolvimento, mesmo aquelas mais silenciosas, invisíveis e dissolvidas nos diferentes grupos sociais (sejam eles historicamente oprimidos ou não). Exercício que significa ampliar o leque de possibilidades de desterritorialização, bem como misturar, unir e fortalecer as inúmeras formas de resistência.

A título de considerações finais, faz-se mister acrescentar algumas dificuldades encontradas durante a criação desta tese. A principal delas pautou-se no dilema que todo pesquisador enfrenta ao estudar um tema pelo qual guarda afetos. Como Goleman e Davidson<sup>184</sup> (2018, p. 64) salientam: a maioria das pesquisas sobre meditação são realizadas por meditantes, o que pode causar algum tipo de inclinação na pesquisa, mesmo que inconscientemente. Certamente, esse foi um desafio encontrado, à medida que indiretamente havia um interesse pessoal de sugerir que a prática da meditação seria um caminho para favorecer o surgimento de uma sociedade mais justa, igualitária e equilibrada. Contudo, realizar tal afirmativa poderia implicar em contradição, porque se foi reivindicado desde o começo da tese uma ecologia de saberes (pela qual se garante uma diversidade de práticas terapêuticas/espirituais) o ato de defender a meditação como um caminho eficaz de transformação pessoal e social, poderia ser interpretada como uma preferência dessa prática em detrimento de outras.

Nesse sentido, faz-se necessário esclarecer que a finalidade deste estudo não passa pela promoção da meditação ou do Budismo, mas sim da defesa de que se faz necessário a utilização

---

<sup>184</sup> “[...] most scientists who do research on meditation: they are themselves meditators, which can encourage such bias, even if unconscious.

de qualquer ferramenta que permita problematizar<sup>185</sup> ou de qualquer prática terapêutica/espiritual que nos ajude a fragilizar a identidade demasiada moderna que carregamos para que possamos sentir mais e pensar menos; amar mais e julgar menos; agregar mais e excluir menos; silenciar mais e falar menos.

As demais dificuldades encontradas já foram sendo apresentadas ao longo da pesquisa, quando coloquei que não existem instrumentos nas Ciências Humanas, Sociais e Ambientais reconhecidos ao mesmo tempo como “neutros” e eficazes na comprovação da habilidade da meditação (ou de outras práticas terapêuticas/espirituais) em promover uma transformação socioambiental, o que significa que não existem indicadores técnicos (quantitativos) que certifiquem esses saberes com o selo “científico” de qualidade. Entretanto, acredito que mesmo diante dessas lacunas metodológicas, não podemos deixar de inserir esses saberes no debate socioambiental, porque quanto menos falarmos sobre espiritualidade, Deus, amor, compaixão, cooperação e paz nas nossas pesquisas, mais espaço oferecemos ao capital para inserir suas lógicas nos nossos estudos, corações e mentes.

Ademais, se o conhecimento acadêmico-científico se abstém do esforço de compreensão (e tradução) dos saberes orientais/tradicionais, abrem-se margem a interpretações errôneas e distorcidas pela sociedade ocidental e pelo mercado sobre esses saberes. Além do enfraquecimento da potência de ação da meditação sobre a vida dos sujeitos modernos/ocidentais devido ao processo de mercantilização dessa prática (sob o rótulo de *mindfulness*), eu acrescentaria ainda outras distorções que podem acontecer se a meditação não é devidamente compreendida e apropriada, tais como: i) interpretar a prática como um exercício de isolamento do mundo e não de conexão; e ii) interpretar os conceitos de tolerância, paz e silêncio como inação.

Nos achados desta pesquisa, encontramos meditantes que enfatizam que um dos maiores aprendizados que obtiveram, por meio da experiência da meditação, é que o caminho espiritual deve acontecer paralelamente à vida diária, pois ele serve como suporte para orientar os indivíduos por melhores escolhas de vida. O que significa que não há uma negação da realidade e nem mesmo uma atitude de resignação. Portanto, nesse caminho espiritual reflexivo, fica claro que o oposto da paz não é o conflito, mas sim estagnação, porque para se conquistar a paz é

---

<sup>185</sup> Existem inúmeros meios de se inventar um problema e estimular a criatividade do pensamento (seja pela prática terapêutica/espiritual, literatura, arte, música), o importante é fazer brotar novos rizomas e não se fechar à reconhecimento, mas se abrir aos encontros e afetos. Como o filósofo Deleuze salienta, o pensamento é capaz de abalar a estrutura social quando ele se define no movimento de aprender e não no resultado de saber; quando ele não confere a ninguém, a poder algum, o cuidado de colocar questões ou criar problemas. Afinal, “de que valeria o pensamento se ele não arrastasse consigo a vida, se não a transformasse, se não a recriasse continuamente?” (SCHÖPKE, 2004, p.18).

necessário se tornar um ativista que busca as melhores “armas” para promover um “bom combate” (CREMA, 2010).

Sobre os estudos futuros, acredito que precisamos ainda explorar mais a questão do feminino no debate socioambiental. Mesmo que não tenha sido expressado diretamente nas entrevistas essa perspectiva como alternativa ao guia “intelectual”, é impossível não criar tal relação já que em muitas tradições culturais essa força intelectual (Yang, consciente, racional) representa a energia masculina e a força emocional (Yin, inconsciente, natural, primitiva) representa a energia feminina.

Logo, simbolicamente, poderíamos descrever a neurose ocidental como uma supervalorização da energia masculina, da moralidade; do uso da vontade consciente para conquistar todas as coisas e de um exagero unilateral do ponto de vista consciente que criou uma consciência desenraizada. Jung (1980) chama essa vontade nas nações de imperialismo; sendo a vontade a expressão do poder sobre o acaso. Ocorre, portanto, que as civilizações são resultado de uma sublimação racional e utilitária das energias livres, do fluxo natural que existe independentemente da vontade do ser humano.

Ainda que se defenda que o “progresso” das sociedades modernas se deu graças ao emprego dessa energia e que, então, a vontade consciente pode ser considerada como a maior conquista da cultura humana, as diversas linhas espirituais que consideram ser importante um equilíbrio entre as energias femininas e masculinas, questionam a validade desse progresso. Em outras palavras, de “que serve uma moralidade que destrói o homem”; moralidade que vem da vontade consciente de se tornar independente do inconsciente, empurrando-o cada vez mais para o fundo?

Em suma, há ainda muitas possibilidades de pesquisas interdisciplinares no âmbito do debate socioambiental, há muitos saberes que podem ser incluídos para enriquecer cada vez mais esse debate com novas perspectivas.

## REFERÊNCIAS

ACOSTA, Alberto. **O bem viver**: uma oportunidade para imaginar outros mundos. São Paulo: Autonomia Literária, Elefante, 2016.

AMARAL, Leila. Sincretismo em Movimento: O Estilo Nova Era de Lidar com o Sagrado. In: CAROZZI, María Julia. (Org.) **A Nova Era no Mercosul**. Petrópolis: Vozes, p. 47-79, 1999.

ANDREWS, Susan. **Meditação**: o que dizem os cientistas e sábios. São Paulo: Visão Futuro, 2018.

BAJA, Marcia E. Entrevista concedida a Camila Kahlau. Curitiba, 27 fev. 2019.

BORBA, Isabel M. M. Entrevista concedida a Camila Kahlau. Curitiba, 25 set. 2018.

BRAND, Ulrich; WISSEN, Markus. Crisis socioecológica y modo de vida imperial. Crisis y continuidad de las relaciones sociedade-natureza em el capitalism. Saskab. **Revista de discusiones filosóficas desde acá**, Caderno 7, 2014. Disponível em: [www.idealz-institute.com/sp/CUADERNO7/C71.pdf](http://www.idealz-institute.com/sp/CUADERNO7/C71.pdf). Acesso em: 27 mar. 2018.

BRAND, Ulrich. El papel del Estado y de las políticas públicas en los procesos de transformación. In: LANG, Miriam; MOKRANI, Dunia (Comp.). **Más allá del desarrollo**. Quito: Fundación Rosa Luxemburgo, p. 145-158, 2011.

BROWN, Brené. **A Coragem de Ser Imperfeito**. Trad. Joel Macedo. Rio de Janeiro: Sextante, 2013.

BURDA, Tatiane C. Entrevista concedida a Camila Kahlau. Curitiba, 06 jun. 2018.

BUSTAMANTE, Juan José. El despertar y la felicidad em el budismo. **Polis Revista Latinoamericana**, n.8, 2004. Disponível em: <https://polis.revues.org/5952>. Acesso em: 21 out. 2017.

CAMARGO, Michaela. Entrevista concedida a Camila Kahlau. Curitiba, 09 jul. 2018.

CAMPBELL, Colin. A orientalização do Ocidente: reflexões sobre uma nova teodiceia para um novo milênio. **Revista Religião e Sociedade**, Rio de Janeiro, v. 18, nº 1, p. 5-22, 1997.

CAROZZI, María Julia. **A Nova Era no Mercosul**. Petrópolis: Vozes, 1999.

CARVALHO, Marco A. B. **Ecopsicologia e Sustentabilidade**: de frente para o espelho. 2013.165 f. Tese (Doutorado) – Universidade de Brasília, Centro de Desenvolvimento Sustentável, Brasília, 2013.

CORCUFF, Philippe. **As novas sociologias**: construções da realidade social. Trad.: Viviane Ribeiro. Bauru: EDUSC, 2001.

CORBI, Gabriel W. Entrevista concedida a Camila Kahlau. Curitiba, 16 dez. 2018.



CREMA, Roberto. **EU MAIOR**. Entrevista com Roberto Crema. 2010. Disponível em: [www.youtube.com/watch?v=gu7mOE2fbDA](http://www.youtube.com/watch?v=gu7mOE2fbDA). Acesso em 05 mar. 2020.

DAVANZO, Bruno. Entrevista concedida a Camila Kahlau. Curitiba, 28 nov. 2018.

DAVIDSON, Richard J.; LUTZ, Antoine. Buddha's Brain: Neuroplasticity and Meditation. **IEEE Signal Process Mag.** 25(1), p. 176–174, 2008. Disponível em: [www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2944261/](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2944261/). Acesso em: 20 jun. 2019.

DE LA TORRE, Renée; ZUÑIGA, Cristina G. Genealogías de la Nueva Era en México. **REVER**, ano 16, n. 02, p. 55-92, 2016.

DELEUZE, Gilles. GUATTARI, Félix. **O anti-Édipo: capitalismo e esquizofrenia**. São Paulo: Editora 34, 2010.

DELEUZE; Gilles; PARNET, Claire. **Diálogos**. Trad.: Eloísa Araújo Ribeiro. São Paulo: Escuta, 1998.

DHAMMAKAYA OPEN UNIVERSITY. **Fundamental Knowledge of Buddhism**. Trad. Dr. Anunya Methmanus. Califórnia: [20- ?].

DHANISSARO, Phra John Paramai. **A Peace Revolution's Handbook**. World Peace Initiative, Vol. 1, [20- ?].

DOMBROWSKI, Renato. Entrevista concedida a Camila Kahlau. Curitiba, 06 jun. 2018.

DUSSEL, Enrique. **1492, el encubrimiento del otro: hacia el origen del “mito de la modernidade”**. La Paz: Plural editores, 1994. Disponível em: <http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/otros/20111218114130/1942.pdf>. Acesso em: 19 set. 2017.

ESCOBAR, Arturo. **Sentipensar com la tierra: nuevas lecturas sobre desarrollo, territorio y diferencia**. Medellín: Ediciones UNAULA, 2014.

FADUL, David M. **Do campo como sujeito coletivo: em busca de um diálogo ambiental**. 2018. 139 f. Tese (Doutorado) – Universidade Federal do Paraná, Programa de Pós-Graduação em Meio Ambiente e Desenvolvimento, Curitiba, 2018.

FANON, Frantz. **Os Condenados da Terra**. Trad. José Massamo. Lisboa: Ulmeiro, 1976.

FARIAS, Ana L. A emergência do saber ambiental numa perspectiva psicanalítica. In: ENCONTRO PARANAENSE DE EDUCAÇÃO AMBIENTAL, 16. 2017, Curitiba. **Anais...** Curitiba: UFPR – Setor de Educação, 2017. Disponível em: [www.epea2017.ufpr.br/wp-content/uploads/2017/05/318-E1-S1-A-EMERGENCIA-DO-SABER-AMBIENTAL.pdf](http://www.epea2017.ufpr.br/wp-content/uploads/2017/05/318-E1-S1-A-EMERGENCIA-DO-SABER-AMBIENTAL.pdf). Acesso em: 22. nov. 2017.

FLORIANI, Dimas. Marcos conceituais para o desenvolvimento interdisciplinar. In. PHILLIP JÚNIOR, A.; TUCCI, C. E. M.; HOGAN, D. J. ; NAVEGANTES, R. (Ed.) **Interdisciplinaridade em ciências ambientais**. São Paulo: Signus, p. 95-107, 2000.

- FRIGERIO, Alejandro. La “nueva” espiritualidad: ontologia, epistemologia y sociologia de un concepto controvertido. **Revista Ciências Sociais e Religião**, Porto Alegre, ano 18, n. 24, p. 209-231, 2016.
- GARANHANI, Marynelma C. Entrevista concedida a Camila Kahlau. Curitiba, 04 out. 2018.
- GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- GIDDENS, Anthony. **Modernidade e identidade**. Trad. Plínio Dentzien. Rio de Janeiro: Zahar, 2002.
- GOLEMAN, Daniel. **Inteligência Emocional**. Trad. Marcos Santarrita. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011.
- GOLEMAN, Daniel; DAVIDSON, Richard. **Altered Traits: Science reveals how meditation changes your mind, brain and body**. Nova York: Avery, 2018.
- GONZÁLEZ STEPHAN, Beatriz. Economias fundacionais. Diseño del cuerpo ciudadano. In: GONZÁLEZ STEPHAN, Beatriz (Org.). **Cultura y tercer Mundo**. Nuevas identidades y ciudadanías. Caracas: Nueva Sociedad, p. 17-47, 1996.
- GROSGOUEL, Ramón. Para descolonizar os estudos de economia política e os estudos pós-coloniais: Transmodernidade, pensamento de fronteira e colonialidade global. **Revista Crítica de Ciências Sociais**, n. 80, p. 115-147, 2008.
- GUDYNAS, Eduardo. Debates sobre el desarrollo y sus alternativas en América Latina: Una breve guía heterodoxa. In: LANG, Miriam; MOKRANI, Dunia (comp.) **Más allá del desarrollo**. Quito: Fundación Rosa Luxemburgo, p. 21-53, 2011.
- HAN, Byung-Chul. **Sociedade da transparência**. Petrópolis: Vozes, 2017.
- HIDALGO-CAPITÁN, Antonio L. **El Buen Vivir: La (re)creación del pensamiento del PYDLOS**. Cuenca: PYDLOS Ediciones, Universidade de Cuenca, 2012.
- HOMEM, Maria Lúcia. **Será que realmente nos falta algo?** (Entrevista). 2018. Disponível em: <https://cpdiagnostico.com.br/2018/03/14/sera-que-realmente-nos-falta-algo/>. Acesso em: 27 set. 2018.
- ISAGUIRRE, Katia; FRIGO, Darci. **Desenvolvimento rural, meio ambiente e direitos dos agricultores, agricultoras, povos e comunidades tradicionais**. Curitiba: Terra de Direitos, 2013.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Censo 2010: Amostra - Religião**. IBGE, 2010. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pesquisa/23/22107>. Acesso em: 01 mar. 2020.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua: Educação 2017**. IBGE, 2018. Disponível em: [https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101576\\_informativo.pdf](https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101576_informativo.pdf). Acesso em: 01 mar. 2020.

JUNG, Carl G. **Psicologia do inconsciente**. Trad.: Maria Luiza Appy. Petrópolis: Vozes, 1980.

JUNG, Carl G.; WILHELM, Richard. **O segredo da flor de ouro**: um livro de vida chinês. Trad.: Dora Ferreira da Silva e Maria Luíza Appy. Petrópolis: Vozes, 2017.

KABAT-ZINN, Jon. Mindfulness-based interventions in context: Past, present and future. **Clinical Psychology: Science and Practice**. Vol. 10. Issue 2, p. 144-156, 2003. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/2003-03824-002>. Acesso em: 15 mai. 2019.

KATZ, Daniel. Estudos de campo. In: FESTINGER, Leon; KATZ, Daniel. **A pesquisa na psicologia social**. Rio de Janeiro: FGV, p. 55-94, 1974.

KIDDER, Louise H. (Org.) **Métodos de pesquisa nas relações sociais**: delineamentos de pesquisa. São Paulo: EPU, 1987.

LANG, Miriam. Alternativas ao desenvolvimento. In: DILGER, Geehard; LANG, Miriam; PEREIRA FILHO, Jorge. **Descolonizar o imaginário**. Debates sobre pós-extratativismo e alternativas ao desenvolvimento. São Paulo: Fundação Rosa Luxemburgo, p.24-44, 2016.

LATOUR, Bruno. **A Esperança de Pandora**: ensaios sobre a realidade dos estudos científicos. Bauru: EDUSC, 2001.

LE BRETON, David. **Desaparecer de si**: uma tentação contemporânea. Petrópolis: Vozes, 2018.

LEFÈVRE, Fernando; LEFÈVRE, Ana M. C. **Discurso do sujeito coletivo**: um novo enfoque em pesquisa qualitativa (desdobramentos). 2 ed. Caxias do Sul: EDUCS, 2005.

LEFF, Enrique. Complexidade, interdisciplinaridade e saber ambiental. In: PHILLIP JÚNIOR, A.; TUCCI, C. E. M.; HOGAN, D. J.; NAVEGANTES, R. (Ed.) **Interdisciplinaridade em ciências ambientais**. São Paulo: Signus, p. 19-51, 2000.

LEFF, Enrique. **La apuesta por la vida**: Imaginación sociológica e imaginários sociales en los territorios ambientales del sur. México: Siglo XXI, 2014.

MACEDO, N. D. de. **Iniciação à pesquisa bibliográfica**: guia do estudante para fundamentação do trabalho de pesquisa (2a ed.). São Paulo: Loyola, 1994.

MADALENA GENZ, Antônio C. de. Budismo, Ocidente, Lévi-Strauss e Slavoj Zizek. **Debates do NER**. Porto Alegre, vol. 1, nº 9, p. 109-128, 2006. Disponível em: <http://seer.ufrgs.br/index.php/debatesdoner/issue/view/211>. Acesso em: 23 abril 2018.

MAGNANI, José G. C. O circuito neo-esotérico na cidade de São Paulo. In: CAROZZI, Maria Julia. (Org.) **A Nova Era no Mercosul**. Petrópolis: Vozes, p. 28-46, 1999.

MANN, Peter H. **Métodos de investigação sociológica**. Trad. Octávio Alves Velho. Rio de Janeiro: Zahar, 1970.

MARTINS, Paulo Henrique. As terapias alternativas e a Libertação dos Corpos. In: CAROZZI, María Julia (Org.). **A Nova Era no Mercosul**. Petrópolis: Vozes, p. 80-105, 1999.

MARTUCCELLI, Danilo. **Existen individuos en el Sur?** Santiago de Chile: LOM Ediciones, 2010.

MORIN, Edgar. **As certezas são uma ilusão**. Fronteiras do Pensamento, 2020. Disponível em: [www.fronteiras.com/entrevistas/edgar-morin-as-certezas-sao-uma-ilusao](http://www.fronteiras.com/entrevistas/edgar-morin-as-certezas-sao-uma-ilusao). Acesso em: 20 abril 2020.

MORIN, Edgar. **Para onde vai o mundo?** Trad. Francisco Morás. Petrópolis: Vozes, 2010.

MORIN, Edgar. KERN, Anne Brigitte. **Terra-Pátria**. Porto Alegre: Sulina, 2003.

MORIN, Edgar. Sobre la interdisciplinaridad. **Revista ICESI**, n. 62, 1997. Disponível em: [www.icesi.edu.co/revistas/index.php/publicaciones\\_icesi/article/view/643](http://www.icesi.edu.co/revistas/index.php/publicaciones_icesi/article/view/643). Acesso em: 11 out. 2017.

MORIN, Edgar. **O enigma do homem: para uma nova antropologia**. Rio de Janeiro: Zahar, 1975.

NICHEL, Milena. Entrevista concedida a Camila Kahlau. Curitiba, 30 ago. 2018.

NORTHRUP, Christiane. **Cuerpo de mujer, sabiduría de mujer: una guía para la salud física y emocional**. Barcelona: Urano, 1999.

POTEETE, Amy R.; OSTROM, Elinor; JANSSEN, Marco A. **Trabalho em Parceria: ação coletiva, bens comuns e múltiplos métodos**. Tradução Rogério Bettoni. São Paulo: SENAC, 2011.

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM MEIO AMBIENTE E DESENVOLVIMENTO. 2018. Disponível em: [www.ppgmade.ufpr.br](http://www.ppgmade.ufpr.br). Acesso em: 18 out. 2017.

PUNTASEN, Apichai. The Asian Economic Crisis and the Crisis of Analysis: A Critical Analysis through Buddhist Economics. In: HOADLEY, Mason C. **Southeast Asian-Centred Economies or Economics?** Copenhagen: Nordic Institute of Asian Studies (NIAS), 1999.

PUNTASEN, Apichai. **Why Buddhist Economics is Needed as a New Paradigm for a Better Understanding of Happiness (Wellness)**. International Conference on “Happiness and Public Policy”. United Nations Conference Center (UNCC), Bangkok, 2007.

QUIJANO, Aníbal. **Colonialidad y modernidad/racionalidad**. In: Perú Indígena. Lima: Vol. 13, nº 29, 1992.

QUIJANO, Aníbal. Colonialidade do poder, eurocentrismo e América Latina. In: LANDER, Edgardo (Org.). **A colonialidade do Saber, Eurocentrismo e Ciências Sociais: perspectivas latino-americanas**. Buenos Aires: Clacso, p. 227-278, 2005. Disponível em: <http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/ar/libros/lander/pt/Quijano.rtf>. Acesso em 07 fev. 2018.

RABBIA, Hugo H. Explorando los “sin religión de pertinência” en Córdoba, Argentina. **Estudos de Religião**, v. 31, n. 3, p. 131-155, set-dez, 2017.

ROGERS, Carl. **Sobre o Poder Pessoal**. São Paulo: Martins Fontes, 1978.

ROSZAK, Theodore. **A contracultura**. Reflexões sobre a sociedade tecnocrática e a oposição juvenil. Petrópolis: Vozes, 1972.

ROSZAK, Theodore. Where psyche meets Gaia. In: ROSZAK, T; GOMES, M; KANNER, A. **Ecopsychology**: Restoring the earth, healing the mind, edited by San Francisco: Sierra Club Books, 1995.

SAFFIOTI, Heleieth I. B. **O poder do macho**. São Paulo: Moderna, 2001.

SAMPAIO, Shaula M. V. de. GUIMARÃES, Leandro B. O dispositivo da sustentabilidade: pedagogias no contemporâneo. **Revista Perspectiva**, Florianópolis, v. 30, nº 2, p. 395-409, maio/ago, 2012. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/perspectiva/article/view/2175-795X.2012v30n2p395>. Acesso em: 24 jan. 2018.

SCHÖPKE, Regina. Por uma filosofia da diferença: Gilles Deleuze, o pensador nômade. Rio de Janeiro: Contraponto. São Paulo: Edusp, 2004.

SOUZA-LIMA, J. E. Contornos do conhecimento ambiental: uma contribuição da sociologia. **Acta Scientiarum. Human and Social Sciences**. Maringá, v.35, n.2, p.149-159, july/dec., 2013. Doi: 10.4025/actascihumansoc.v35i2.21330. Disponível em: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/ActaSciHumanSocSci/article/view/21330/0>. Acesso em: 15 nov. 2017.

SOUSA SANTOS, Boaventura de. **Do Desenvolvimento Alternativo às Alternativas ao Desenvolvimento**. 2014. Disponível em: [www.youtube.com/watch?v=uL9aq\\_G0lIE&t=248s](http://www.youtube.com/watch?v=uL9aq_G0lIE&t=248s). Acesso em: 07 mar. 2018.

SOUSA SANTOS, Boaventura de. Para além do Pensamento Abissal: Das linhas globais a uma ecologia de saberes. **Revista Crítica de Ciências Sociais**, 78, p. 3-46, out., 2007.

SOUSA SANTOS, Boaventura de; RODRÍGUEZ, César. Introdução: para ampliar o cânone da produção. In: SOUSA SANTOS, Boaventura de (Org). **Produzir para viver**: os caminhos da produção não capitalista. 2 Ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2005.

STANDNIK, Adriana. Entrevista concedida a Camila Kahlau. Curitiba, 14 ago. 2018.

THE CLUB OF BUDAPEST. **Manifesto on the Spirit of Planetary Consciousness**. 1996. Disponível em: [www.clubofbudapest.org/clubofbudapest/index.php/en/](http://www.clubofbudapest.org/clubofbudapest/index.php/en/). Acesso em: 04 abril 2018.

THOMAS, Luciano. Entrevista concedida a Camila Kahlau. Curitiba, 23 maio 2018.

TOLLE, Eckhart. **O poder do agora**. Rio de Janeiro: Sextante, 2010.

UEHARA, Dafne M. Entrevista concedida a Camila Kahlau. Curitiba, 16 dez. 2018.

ULPIANO, Cláudio. **Pensamento e liberdade em Espinoza**. [s.l.]: Centro de Estudos Claudio Ulpiano, 1988. 1 vídeo (110 min). Disponível em: [http://claudioulpiano.org.br.s87743.gridserver.com/?page\\_id=567](http://claudioulpiano.org.br.s87743.gridserver.com/?page_id=567). Acesso em: 26 jul. 2018.

USARSKI, Frank. O momento da pesquisa sobre o Budismo no Brasil: tendências e questões abertas. **Debates do NER**. Porto Alegre, vol. 1, nº 9, p. 129-141, 2006. Disponível em: <http://seer.ufrgs.br/index.php/debatesdoner/issue/view/211>. Acesso em: 23 abril 2018.

USARSKI, Frank. O dharma verde-amarelo mal sucedido – um esboço da acanhada situação do Budismo. **Estudos Avançados**. São Paulo, vol. 18, nº 52, p. 303-320, 2004. Disponível em: [www.scielo.br](http://www.scielo.br). Acesso em: 25 abril 2018.

VIEIRA, Fábio V. N. Entrevista concedida a Camila Kahlau. Curitiba, 24 maio 2018.

VINUTO, Juliana. A amostragem em bola de neve na pesquisa qualitativa: um debate em aberto. **Temáticas**. Campinas, 22 (44), p. 203-220, ago/dez., 2014. Disponível em: [www.ifch.unicamp.br/ojs/index.php/tematicas/article/view/2144/0](http://www.ifch.unicamp.br/ojs/index.php/tematicas/article/view/2144/0). Acesso em: 09 ago. 2018.

VOLPI, José H. **Fundamentos epistemológicos em direção a uma Ecopsicologia**. 2007. 224 f. Tese (Doutorado) – Universidade Federal do Paraná, Programa de Pós-Graduação em Meio Ambiente e Desenvolvimento, Curitiba, 2007.

WADA, Marcelo H. Entrevista concedida a Camila Kahlau. Curitiba, 16 maio 2018.

WALSH, Catherine. Interculturalidad y colonialidad del poder: Un pensamiento y posicionamento “otro” desde la diferencia colonial. In: CASTRO-GÓMEZ, Santiago; GROSGOUEL, Ramón. **El giro decolonial: Reflexiones para una diversidad epistémica más allá del capitalismo global**. Bogotá: Siglo del Hombre Editores, 2007.

WEIL, Pierre; CREMA, Roberto. **Normose: A Patologia da Normalidade**. Petrópolis, Vozes, 2011.

YOGANANDA, Paramahansa. **Autobiografia de um Iogue**. Self-Realization Fellowship, 2013.



## **APÊNDICE 1 – CENTROS, COMUNIDADES E INSTITUTOS DE MEDITAÇÃO EM CURITIBA**

A partir das entrevistas realizadas, foram mapeados em Curitiba os seguintes projetos, centros, institutos e comunidades que ensinam e divulgam a prática da meditação dentro e fora de um contexto budista.

### **1.1 COMUNIDADE ZEN BUDISTA DE CURITIBA**

A Comunidade Zen-Budista de Curitiba pertence à tradição Soto Zen Shu, originária no Japão e representada pelos mosteiros de Eiheiji e Sojiji. Ela foi fundada oficialmente em abril de 2003, mas desde 1992 um grupo de praticantes já se reunia informalmente para praticar o Zazen (meditação sentada característica do Zen). Desse grupo originário, fazia parte o professor entrevistado Bruno Davanzo que aprendeu o Zazen em São Paulo e que ao se mudar para Curitiba passou a ensinar a técnica para seus alunos de Tai Chi.

Atualmente, a comunidade tem sua sede na praça do Japão, na cidade de Curitiba. É uma entidade sem fins lucrativos, mantida exclusivamente através das doações de seus colaboradores e simpatizantes, sendo o responsável pela comunidade Leonardo Kendô, noviço e aluno de Dosho Saikawa Sookan Roshi, Mestre Zen, atual Abade do Templo Busshinji e Superintendente da Escola Soto Zen na América do Sul.

A comunidade tem por objetivo a disseminação da doutrina Soto Zen, criada pelo Mestre Eihei Dogen durante o século XIII, buscando o benefício e a iluminação de todos os seres por intermédio da difusão dos ensinamentos do Buddha Shakiamuni pelas práticas de Zazen (meditação sentada); cursos; cerimônias religiosas; palestras; além de atividades assistenciais, culturais e educacionais.

### **1.2 CENTRO DE ESTUDOS BUDISTAS BODISATVA (CEBB)**

O Centro de Estudos Budistas Bodisatva (CEBB) foi fundado em 1986 em Porto Alegre, Rio Grande do Sul, pelo físico Alfredo Aveline. Em 1993, o físico foi aceito como discípulo por Ghagdud Tulku Rinpoche e em 1996 foi ordenado Lama Padma Samten (Lama é um título que significa líder, sacerdote e professor). Desde então, o Lama Padma Samten buscou estabelecer outras unidades do CEBB em diversas cidades do Brasil. Em Curitiba, Bruno



Davanzo (entrevistado nesta pesquisa) foi quem ajudou o Lama nesse processo de instalação do CEBB na cidade.

Desde o ano de 1995, o centro organizou diversos eventos e promoveu a vinda de vários mestres e professores de diferentes linhagens budistas para manter a *sangha* unida e ativa em Curitiba. Mestres como Chagdud Tulku Rinpoche, Moriyama Roshi, Lama Padma Samten, Lama Tsering Everest, Paulo Mello, Ryotan Tokuda, Monja Coen Sensei, Dh. Ricardo Sasaki, Ajahn Santikaro visitaram a cidade durante esse período, e especialmente em 1999, a sua Santidade o Dalai Lama também se fez presente.

Atualmente, o CEBB de Curitiba conta com três unidades físicas (duas urbanas e uma rural instalada na cidade de Quatro Barras) e se configura como uma organização que visa o intercâmbio de culturas budistas e não budistas. Trata-se de uma instituição aberta, de caráter cultural e religioso, sem fins lucrativos. “Sua proposta é levar às pessoas os ensinamentos que revelam a origem das dificuldades que todos os seres enfrentam e como superá-las” (CEBB, 2018).

Cabe destacar que no CEBB é seguido os ensinamentos do Budismo Tibetano que defende a existência de dois tipos de treinamento: *shamatha* e *vipasyana*. *Shamatha* é a prática que vai produzir a estabilização da mente. Trata-se de um treinamento de plena atenção (que no Ocidente é tratado como *mindfulness*), e a meditação unifocada que seria um pré-*mindfulness*, pois tem pessoas que precisam disso antes de entrar na plena atenção. Já o *Vipasyana* representa o treinamento do *insight*, da visão, que inclui o estudo de textos e o entendimento dos ensinamentos, para auxiliar no processo de acessar essa visão. Os dois treinamentos precisam caminhar juntos, porque sem estabilidade mental, não tem como acessar os *insights*. Além desses treinamentos, também é praticado o *Mettabhavana*, meditação do amor universal.

### 1.3 MÃOS SEM FRONTEIRAS

“Mãos sem fronteiras” é uma organização internacional sem fins lucrativos, com sede na França, que promove a divulgação da técnica “Estimulação Neural”, na qual a meditação ocupa o primeiro passo no processo de aprendizagem dessa técnica. Curitiba tem uma sede dessa Organização não Governamental que capacita interessados na técnica e que acompanha os trabalhos voluntários desenvolvidos na cidade. A partir do relato de alguns entrevistados que fazem parte da ONG, foram identificados diversos projetos de meditação na área da educação que serão descritos brevemente a seguir.

Em 2011, a Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR) criou um Laboratório de Práticas Integrativas e Complementares (LAPIC), pertencente ao Departamento Acadêmico de Educação Física (DAEFI) e coordenado pela Profa. Adriana Stadnik. Esse laboratório tem como finalidade estudar as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), conjunto de práticas que inclui a meditação também.

No mesmo ano da abertura do LAPIC, a UTFPR assinou o primeiro protocolo de intenção de pesquisa com a Universidade Federal do Paraná (UFPR) e a ONG Mãos sem Fronteiras (ONG MSF), para desenvolver estudos na área das PICS. Este primeiro protocolo tratou de uma pesquisa realizada com os fumantes da Polícia Militar do Paraná, lotados em Curitiba. O trabalho foi realizado por dois anos e rendeu artigos científicos em eventos internacionais na Espanha (2013 - estudo parcial) e em Portugal (2015 - resultado final).

Em 2012 foram iniciadas as primeiras atividades de extensão do LAPIC, por meio de uma proposta de trabalho feita pelo Prof. Matsuda (ONG MSF) de desenvolver a prática de meditação com as crianças de uma creche municipal em Curitiba e, paralelamente, fomentar o trabalho pedagógico junto às professoras e à equipe diretiva da creche. Para executar o trabalho uniram-se os professores: Marynelma Garanhaní da UFPR; Lucélia Pissaia da ONG MSF e; Marcelo Maldaner e Adriana Stadnik da UTFPR. Cada uma das entidades envolvidas nesse projeto experimental de extensão teve uma participação específica: a ONG MSF organizou e realizou os cursos de Estimulação Neural e Meditação para os professores e a equipe diretiva da creche; a UFPR ofereceu seu *know how* na área da educação infantil para que o trabalho com as crianças de quatro a cinco anos de idade pudesse ser realizado; a UTFPR escreveu e homologou o Projeto “Meditando na Infância”, possibilitando, no ano seguinte, o recebimento de uma bolsista de extensão-pesquisa, a Profa. Milena Nichel. Em março de 2013, iniciou-se o Projeto de Extensão Meditando na Infância no Centro de Educação Infantil (CEI) Menino Jesus de Nazaré.

A pesquisa desenvolvida na creche foi baseada na utilização do frequencímetro visando observar se a prática da atividade de meditação poderia levar as crianças a diminuir a sua frequência cardíaca durante a realização da atividade meditativa. Esta pesquisa foi desenvolvida durante os anos de 2013 e 2014, tratando-se de um estudo quantitativo. Paralelamente, os aspectos qualitativos do mesmo projeto de extensão foram coletados, analisados e publicados.

Desde a criação desse primeiro projeto de extensão o conteúdo das PICS vem sendo trabalhado na disciplina obrigatória do curso de Bacharelado em Educação Física da UTFPR, “Fundamentos da Qualidade de Vida”. Simultaneamente, nos anos de 2015 e 2016 foram

realizados e relatados os processos de capacitação do corpo docente da creche ligada ao projeto de extensão-pesquisa.

Após a verificação de resultados positivos na creche, em 2015, surgiu a ideia de expandir o projeto para inserir a meditação no ambiente escolar. Sob a coordenação da Profa. Marynelma Garanhani criou-se a proposta piloto denominada “Meditando na Escola”, que consistiu em capacitar discentes da licenciatura de Educação Física para levar a meditação para as escolas públicas nas quais atuavam como docentes.

Em 2017, o projeto foi melhor estruturado para se tornar um projeto de formação de professores vinculado ao “Programa Licenciador” da UFPR. Desde então, a UTFPR entrou como parceira nesse projeto e ambas as instituições estão capacitando professores e diretores da rede pública e particular de ensino que têm interesse em aplicar a meditação em suas escolas.

Os interessados recebem orientação e acompanhamento de acadêmicos bolsistas da licenciatura de Educação Física que são responsáveis por fazer essa ponte. Atualmente, o projeto conta com a aderência de 26 escolas públicas e particulares (das cidades de Contenda, Curitiba e Piraquara), o que corresponde a 500 (quinhentos) professores participantes que trabalham a meditação com aproximadamente 7 (sete) mil crianças.

Paralelamente, em meados de 2016, na UTFPR, foram iniciados mais dois novos projetos de extensão da UTFPR: “Meditando com a Equipe de Nado Sincronizado” e “Educação em Valores Humanos no Nado Sincronizado”. Em 2017, esses dois projetos foram unidos e transformados no Projeto de Extensão “Meditando na Adolescência”, mantendo o mesmo objetivo: ensinar a meditação para as atletas de Nado Artístico da UTFPR. Em setembro de 2018, nasceu mais um projeto, o Projeto de Extensão “Meditando na UTFPR”, voltado à prática da meditação no meio universitário.

Como resultado de todas essas ações supracitadas, em novembro de 2018 foi realizado o “1 Seminário Meditando na Educação” na UTFPR, no qual foram reunidas todas as instituições que, há sete anos, estão inserindo a meditação na educação. No seminário foram compartilhadas experiências dos professores e alunos participantes dos projetos relatados anteriormente.

## APÊNDICE 2 – TERMO DE CONSENTIMENTO

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Nós, Camila Kahlau (aluna) e José Edmilson de Souza-Lima (professor) da Pós-graduação em Meio Ambiente e Desenvolvimento (PPGMADE) da Universidade Federal do Paraná (UFPR), estamos convidando você, que é praticante de meditação, a participar de um estudo intitulado: “A CRISE DO DESENVOLVIMENTO HEGEMÔNICO SOB A PERSPECTIVA DA CRISE DO SUJEITO MODERNO/OCIENTAL MEDITANTE”.

a) O objetivo desta pesquisa é identificar vínculos existentes entre a crise do sujeito moderno/ocidental meditante e a crise do desenvolvimento hegemônico, o qual é tratado na pesquisa como colonial/moderno/patriarcal/capitalista.

b) Caso você participe da pesquisa, será necessário apenas que você se encontre com a pesquisadora para responder uma entrevista gravada em áudio, o que levará aproximadamente 1 hora.

c) O único risco relacionado ao estudo pode vir a ser o sentimento de constrangimento devido a perguntas de cunho pessoal.

d) Os benefícios esperados com essa pesquisa remetem ao contínuo amadurecimento do campo do conhecimento socioambiental.

e) A pesquisadora, Camila Kahlau, responsável por este estudo pode ser localizada no e-mail: [camilakahlau@gmail.com](mailto:camilakahlau@gmail.com) e no telefone: (41) 99684-0555, para esclarecer eventuais dúvidas que você possa ter e fornecer-lhe as informações que queira, antes, durante ou depois de encerrado o estudo.

f) A sua participação neste estudo é voluntária e se você não quiser mais fazer parte da pesquisa poderá desistir a qualquer momento e solicitar que lhe devolvam este Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado.

g) As informações relacionadas ao estudo serão conhecidas por todas as pessoas após a publicação do estudo. Se caso o(a) senhor(a) não queira ser identificado, seu nome revelado na pesquisa, por gentileza avise a pesquisadora.

h) As despesas necessárias para a realização da pesquisa não são de sua responsabilidade e você não receberá qualquer valor em dinheiro pela sua participação.

i) Se você tiver dúvidas sobre seus direitos como participante de pesquisa, você pode contatar também o Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP/SD) do Setor de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Paraná, pelo telefone 3360-7259. O Comitê de Ética em Pesquisa é um órgão colegiado multi e transdisciplinar, independente, que existe nas instituições que realizam pesquisa envolvendo seres humanos no Brasil e foi criado com o objetivo de proteger os participantes de pesquisa, em sua integridade e dignidade, e assegurar que as pesquisas sejam desenvolvidas dentro de padrões éticos (Resolução nº 466/12 Conselho Nacional de Saúde).

j) Autorizo ( ), não autorizo ( ), o uso de minha entrevista em áudio para fins de estudos, sendo seu uso restrito à realização da pesquisa de doutorado da pesquisadora Camila Kahlau.

Eu, \_\_\_\_\_ li esse Termo de Consentimento e compreendi a natureza e objetivo do estudo do qual concordei em participar. A explicação que recebi menciona os riscos e benefícios. Eu entendi que sou livre para interromper minha participação a qualquer momento sem justificar minha decisão e sem qualquer prejuízo para mim.

Eu concordo voluntariamente em participar deste estudo.

Curitiba, 15 de maio de 2018.

---

[Assinatura do Participante de Pesquisa ou Responsável Legal]

---

[Assinatura do Pesquisador Responsável ou quem aplicou o TCLE]