

A experiência do *self* em William James e no Budismo

Mariana Tavares Ferreira

Universidade Estadual do Rio de Janeiro/UERJ e Universidade Estácio de Sá/UNESA
simply_mari@yahoo.com

Resumo: Traçar um paralelo entre a psicologia filosófica ou a filosofia psicológica de William James (1842-1910) e o Budismo, uma tradição do pensamento oriental que remonta há dois mil e quinhentos anos atrás é o principal objetivo deste *paper*. Este paralelo será estabelecido em torno do tema do *self*, pois a existência de uma substância ou essência inerente ao eu é negada em ambos os casos. O *self* budista, bem como o jameseano, não se ancoram na consciência ou numa individualidade metafísica. A consciência, por sua vez, não é entendida como uma entidade, mas como *atividade* cognitiva, atividade esta que não depende de um sujeito. Pelo contrário, o sujeito, o *self*, é que surge como efeito desta atividade. Em William James, mostraremos como o *self* se delinea através da atividade do *fluxo do pensamento*, em seus escritos psicológicos e da *experiência pura*, na etapa mais filosófica de sua obra. No Budismo, por sua vez, examinaremos esta questão através da noção central de *anatman* ou ausência de substância inerente, noção esta que distingue o pensamento budista das demais correntes filosóficas provenientes do solo indiano.

Palavras-chave: Problema mente-corpo. Consciência. *Self*. Ação. Budismo. William James (1842-1910).

The experience of Self on Willian James and on Buddhism

Abstract: *To draw a parallel between the philosophical psychology or psychological philosophy of William James (1842-1910) and Buddhism, a tradition of oriental thought that dates back two thousand and five hundred years ago is the main objective of this paper. This parallel will be established around the theme of the self, therefore the existence of a substance or inherent essence to the I is denied in both the cases. The buddhist self, as well like the jamesean one, are not anchored in the conscience or in a metaphysical individuality. Conscience is not understood like an entity, but as a cognitive activity, activity that does not depend on a subject to go on. By the contrary, the subject, the self, is that arises like an effect of this activity. In William James, we will show like how self is delineated through the activity of the stream of thought, in his psychological writing and of pure experience, in the more philosophical phase of his work. In Buddhism we will examine this question through the central notion of anatman or absence of inherent substance, the very notion that distinguishes Buddhist thought from other philosophical schools originating from Indian soil.*

Key-words: *Mind-body problem. Conscience. Self. Action. Buddhism. William James (1842-1910).*

* * *

Introdução

Se, sem dúvida, o *self* já não é o último ponto de ancoragem de um real em crise, como costuma se depreender da crítica ao tão citado *cógito cartesiano*, nem por isso deve ser descartado. Pensando em termos da máxima pragmática, está aí uma noção cujos efeitos continuam sendo bastante importantes, principalmente se levarmos em conta nossa experiência cotidiana mais prosaica, o nível da “louça da pia”, como diz Trungpa (1978, p.20). Muitas coisas são feitas com base na concepção de *self*, principalmente na esfera da ação ética, tanto se pensarmos em termos de responsabilização pelas ações quanto em termos de uma auto-superação. Lembremos aqui dos estudos realizados por Foucault, sobre as formas de subjetivação na Grécia antiga, nas quais o *self* não seria valorizado pelo que ele é em si, mas por aquilo que

poderia se tornar através de uma relação consigo e com os outros, mediada por textos cuja sabedoria ajudava a se estabelecerem determinadas *práticas de si*.

A crítica à idéia de natureza humana fundamentada num *self* concebido em termos de uma entidade substancial tem sido uma constante na discussão atual em Ciências Humanas. Os novos estudos tem privilegiado redescritões do *self* em termos historicistas ou contextuais. A subjetividade não se configuraria mais por possuir uma identidade metafísica baseada numa noção de consciência entitativa, *em si*. As novas teorias buscam dar conta de que forma este *self* pode ter alguma consistência, por-se de pé, sem possuir nenhum fundamento metafísico. Estas idéias talvez não apresentem mais nenhuma novidade.

A novidade que trazemos aqui é que talvez esta não seja uma idéia nova. Apresentaremos então duas formulações sobre o *self* que, se do ponto de vista cronológico estão bastante afastadas da contemporaneidade, da perspectiva da problemática que esboçamos acima, encontram-se bastante próximas de nós.

fluxo do pensamento e experiência pura

A vida de James apresenta uma inquietude que traduz-se, a nosso ver, em seu pensamento. Não que estejamos sugerindo uma causalidade simplista, uma espécie de reducionismo psicológico que procura explicar as idéias dos autores com base em suas biografias. O caso é que James é um autor onde vida e obra estão completamente entrelaçadas. Segundo consta em seus dados biográficos, seu pai, Henry James Sr., de quem podemos dizer que William James herdou o gosto pelo misticismo, era um protestante nada ortodoxo, seguidor dos ensinamentos do místico cristão Emanuel Swedenborg. Herdeiro de uma grande fortuna, levava os filhos em constantes viagens pela Europa, viagens de cunho cultural-filosófico-existencial. James herdaria também este gosto por viagens e andanças.

Esta inquietude encontra-se também nos próprios caminhos percorridos por James na construção de sua carreira: na adolescência, ele teria se dedicado por um breve período ao estudo da pintura, para depois desistir dela: não se sabe até que ponto por uma constatação de falta de talento ou por influência de seu pai. James entra então para Harvard e inicia estudos de química, ingressando em seguida no curso de Medicina. Em 1865, vem ao Brasil, na expedição de Louis Agassiz na Amazônia. Inicia então sua vida profissional ensinando fisiologia em Harvard. Logo em seguida, passa a ensinar psicologia, estabelecendo em 1875, o primeiro laboratório de psicologia experimental. Assim, além de lhe ser atribuída a paternidade do Pragmatismo, junto a Peirce, atribuiu-se também a ele a paternidade da Psicologia Científica norte-americana. Não satisfeito ele abandona o laboratório e muda-se, em 1880, para o departamento de filosofia. Tudo isso em meio ao nascimento de seus filhos, crises nervosas e doenças, que hoje classificáramos de “psicossomáticas” e cuja recuperação era buscada em viagens a Europa. É neste contexto dinâmico, para não dizer efervescente, que podemos entender a produção de *Principles of Psychology* (1890).

“Muito bonito, mas não é ciência” teria dito Wilhelm Wundt sobre este singular manual de psicologia, recheado de referências filosóficas, que James leva mais de uma década para escrever e publicar. Seus livros eram escritos, quase sempre, como resultado de aulas e conferências e este extenso manual não foge à regra: foi sendo escrito à medida em que James ministrava seus cursos, apresentava suas *lectures*, trocava idéias e correspondia-se com amigos.

James tinha como irmão o escritor Henry James, o famoso romancista autor de obras como *A Outra Volta do Parafuso* e *Fera na Selva*, dentre outros. Costuma-se dizer dos irmãos James que William seria o verdadeiro romancista, o romancista que escrevia sobre psicologia, e Henry, o psicólogo que escrevia romances. Para Calvino (1990, p.16.), de fato, basta abrirmos qualquer um dos livros de Henry James ao acaso para encontrarmos um exemplo de leveza e precisão na “narração de um raciocínio ou de um processo psicológico no qual interferem elementos sutis e imperceptíveis”.

Estas sutilezas imperceptíveis, tão finas quanto teias de aranha, invisíveis porém sensíveis a quaisquer vibrações também foram privilegiadas por William James. Em sua *Psicologia*, ele chamou atenção para a “falácia” que consiste no hábito de se atribuir uma realidade substantiva, reificada, que corresponda, como um espelho, a uma palavra que a representa. Por exemplo, a crença da psicologia associacionista, de que seria possível detectar e quantificar as sensações simples que compõem uma percepção complexa, quando estas na verdade não passariam de um constructo teórico que não correspondem fielmente à “realidade”. Podemos, assim, ler seu conceito de *fluxo do pensamento* como uma crítica ao representacionismo. Entretanto, James não deixou também de notar o outro lado da questão: o fato de existirem realidades ignoradas pela simples ausência de um vocabulário para descrevê-las. Assim, um dos grandes problemas da Psicologia seria o de encontrar termos apropriados para definir a subjetividade e os processos psíquicos. Nesse ponto, a liberdade na construção de narrativas presente no campo da literatura assume inúmeras vantagens em direção a uma “objetividade” subjetiva.

Os constructos da Psicologia clássica, tanto na vertente racionalista quanto na empirista, pareciam a James muito limitados em comparação à riqueza de nuances da experiência vivida. É que para James, seria a este nível, o da experiência vivida, captada de maneira sensível e direta (*direct sensible acquaintance*), que se poderia efetivamente obter alguma compreensão a respeito de nossa assim chamada vida subjetiva. O método introspectivo utilizado por ele diferia, no entanto, da introspecção “analítica” empregada na psicologia experimental clássica, que buscava dissecar a experiência vivida, através do treinamento científico dos sujeitos, transformando percepções complexas em *sensações* simples. James propunha uma apreensão direta, espontânea, porém não ingênua, já que teríamos, sim, de levar em conta as “distorções” envolvidas no processo de descrever o que foi percebido. Não se poderiam captar os próprios estados internos de forma neutra e objetiva, como o exigia Auguste Comte. Trata-se, no entanto, para James, de uma falsa questão. Se a introspecção produz um conhecimento falível, ele é tão falível, porém como qualquer outro. Nesse aspecto, ele demonstrava muito mais afinidade com o paradigma contemporâneo de ciência: “Ao nomear, classificar e conhecer coisas em geral somos notadamente falíveis, por que não aqui?” (JAMES, 1952, p. 124.)

James então considerava inadequados a maioria dos termos correntes no vocabulário psicológico. *Estado mental, estado de consciência, modificação consciente ou condição subjetiva*: são termos problemáticos porque reificam aquilo que seria, de fato, movimento ou atividade, implicando na separação esquemática de uma realidade que se apresenta como um contínuo. O que ele procurava era um termo que abrangesse tanto o aspecto do pensamento (*thought*) quanto o do sentimento ou sensação (*feeling*), aspectos estes que geralmente se associam a domínios opostos, que genericamente poderíamos denominar de razão e emoção. Buscava um termo que englobasse toda a multiplicidade e a fluidez que alguém pode constatar quando se permite parar e prestar atenção ao que se passa na própria mente. Assim, foi deste problema que adveio uma de suas maiores contribuições e talvez umas das mais conhecidas: a invenção do conceito

de *fluxo do pensamento*¹.

A consciência, então, não aparece para si mesma cortada em pedaços. Palavras tais como “cadeia” ou “seqüência” não a descreve precisamente como ela se apresenta de modo imediato. Ela não é como algo composto; ela flui. Um “rio” ou “fluxo” é a metáfora através da qual ela é mais naturalmente descrita. Ao falar nela, daqui por diante, a chamaremos de fluxo do pensamento, da consciência, ou da vida subjetiva. (JAMES, 1952, p.155)

O fluxo não pode ser decomposto em elementos constituintes, sob pena de perder suas propriedades, assim como não podemos ter idéia do que é um rio analisando a água colhida por baldes. O máximo que podemos é analisar o fluxo do pensamento em termos de “campos de consciência”:

Temos, pois, campos de consciência, este é o primeiro fato geral. O segundo é que os campos concretos são sempre complexos. Contém sensações de nossos corpos e dos objetos que nos circundam, lembranças de experiências passadas, pensamentos de coisas distantes, sensações de satisfação ou necessidades, desejos e aversões, e outras condições emocionais, e isto com toda a variedade de combinações possíveis e imaginárias. (JAMES, 1952, p.157.)

No capítulo final do *Psychology: Briefer Course (1892)*² onde James irá tratar filosoficamente alguns postulados da sua Psicologia, vemos o questionamento até mesmo a idéia de que um processo contínuo como a consciência possa ser decomposto em “estados”:

Não há ‘estados’ numa tal coisa, não mais do que existem faces num círculo, ou lugares em que uma flecha está quando ela voa (...) Quando tudo é mudança e processo, como podemos nós falar em “estado”? (JAMES, 1992, p. 432.)

Há uma espantosa constatação, nas páginas finais do *Briefer Course*, de que os tais estados mentais não são fatos empiricamente verificáveis: tal asserção é uma espécie de auto-implosão de todo o trabalho construído até então. Deste ponto de vista, estamos diante de um momento de ruptura que inaugurará a era mais propriamente filosófica em James, apesar de que, do nosso ponto de vista, não seria uma ruptura radical, já que questões filosóficas sempre se fizeram notar em sua Psicologia. James começará então este processo de demolição do edifício psicológico formulando algumas questões, que provavelmente lhe ocorreram durante as caminhadas de que tanto gostava: Ao contemplarmos um belo azul no céu de outono, podemos afirmar que o azul está no céu ou em nós? James está colocando assim em dúvida o próprio eu concebido como interioridade. Não temos certeza se o azul está em nós ou lá fora, tamanha a intensidade e o sentimento de amplidão despertados pela experiência estética: começa a diluir-se o dualismo sujeito/objeto.

Neste ponto de suas investigações James começa a desenvolver certas idéias um pouco contra-intuitivas, do ponto de vista de nossa linguagem comum, que é toda

1 A noção cunhada por James acabou por ultrapassar e ganhar fama além do campo específico da Psicologia, incorporando-se também ao vocabulário da crítica literária. Autores como James Joyce, Virginia Woolf e Jack Kerouac são tidos como exemplos do uso da “técnica” do fluxo do pensamento, que consiste em descrever a “cena subjetiva” da forma como esta se apresenta, o que, eventualmente, resulta num tipo de narrativa meio caótica. Ao invés de idéias claras e distintas, o que “passa por nossa cabeça” são, na maioria das vezes, esquemas de pensamento, sentimentos e sensações ainda não bem elaborados fluindo incessantemente.

2 O *Briefer Course* é uma espécie de resumo, só que com acréscimos e novas idéias, do *Principles of Psychology*: primeiro passou a ser conhecido como *The Jimmy* e o outro como *The James*.

articulada em termos da oposição entre o sujeito e o objeto, ou entre sujeito e predicado. James sustentará então que a sensibilidade, a sensação do azul no límpido dia de outono, não vem para nós, de maneira imediata, como uma relação entre duas realidades, uma física e outra mental, uma objetiva e outra subjetiva. Temos, a princípio, uma *experiência*, por assim dizer, neutra: uma *experiência pura*. É apenas num segundo momento, mesmo que isso aconteça num átimo de segundo, que esta experiência será relacionada a outras duas, digamos assim, partes da experiência, uma concebida como um ente físico e outra como um “sentimento”, “sentido” ou “sensação” na mente (*feeling*). A experiência em si, ou a experiência pura, estaria além do dualismo sujeito/objeto. Somente *a posteriori* é que este fluxo será qualificado como “pensamento” ou como “coisa”.

Em sua Psicologia, a “experiência pura” se referia aos “estados sem consciência”, tais como as “sensações dos recém-nascidos ou os estados comatosos e as alucinações provocadas por certas drogas” (LAPOUJADE, 1997, p. 19), mas aqui ela irá se relacionar ao caráter não-dual do próprio *fluxo real, concreto e sensível da vida*. Deste *campo instantâneo do presente*, a experiência pura, é que é feito o “estofado do mundo” (*stuff*). Um estofado completamente insubstancial, evanescente, que se dá por instantâneos. E, como sempre, James vai até o fim nas conseqüências inauguradas por seus questionamentos filosóficos. “Apesar de que por uma questão de fluência eu mesmo falei anteriormente neste artigo de um estofado da experiência pura, devo agora dizer que **não existe estofado geral do qual a experiência seja constituída.**” (JAMES, 1992, p. 1152-53, grifos nossos.) Devemos tomar cuidado portanto, para não tomar a “experiência pura” como mais uma espécie de totalidade monística, pois essa é a tendência que existe ao nomearmos algo: a reificação.

Opera-se então uma operação conceitual: ao invés do *fluxo do pensamento*, que comporta ainda um certo cunho mentalista, James irá falar em fluxo da *experiência*, pois via nesse termo uma qualidade mais “neutra”, já que experiência pode se referir a um estado subjetivo, mas também possui uma dimensão “objetiva”, como por exemplo, ao considerarmos os *experimentos* científicos.

O self jameseano

Vejamos então como se delinea o *self*, através da *atividade* do pensamento, no *Principles of Psychology*:

O conhecedor é um pensamento, tão fugaz quanto qualquer pensamento, é o pensamento atual se apropriando dos pensamentos passados, pelos quais ele alimenta uma sensação de calor e familiaridade que ele não alimenta com relação aos pensamentos de uma outra pessoa. (JAMES, 1952, p. 192)

O meu e o eu, portanto, estão estreitamente relacionados: a sensação de eu surge de um movimento de apropriação dos pensamentos passados pelo pensamento atual, que formam então um mesmo *continuum*. Esta ambigüidade entre o ser e o possuir, poderia ser pensada, a princípio, através da análise do termo *self* ou *si próprio*. A propriedade pode designar tanto a posse, a pertença quanto uma determinada qualidade que caracteriza um ser: quais as propriedades físico-químicas desta substância? São estas propriedades que delinearão uma “qualidade especial, particularidade” ou “caráter” de um ser. Na língua inglesa, há também uma proximidade prosódica entre os termos “me” (eu) e “mine” (meu).

Não nos apropriamos apenas de pensamentos. Para James, o corpo é a mais imediata de nossas possessões e por isso não é à toa que freqüentemente ficamos na

dúvida entre dizer “sou este corpo” ou “este corpo é meu”. Em princípio, tudo poderia ser apropriado como parte do eu, numa ampla gama que cobre desde aspectos mais “espirituais”, como porções do fluxo do pensamento, ou “materiais”, como roupas, casa, objetos e, principalmente, o corpo.

Apesar de podermos dizer que nos escritos mais filosóficos James rompe de uma vez por todas com o dualismo corpo-mente ou matéria-espírito, deve-se notar que, a todo momento, em sua Psicologia, assinala-se a presença de processos corporais (*bodily processes*) no pensamento, ele não é uma atividade puramente intelectual. Vejamos uns exemplos, que parecem um tanto irônicos e provocativos com relação a psicologia racionalista: ao prestar atenção em alguma idéia ou sensação, ele relata sentir um movimento de acomodação nos órgãos dos sentidos correspondentes. Ao refletir ou lembrar; um movimento de rotação do globo ocular, para fora e para dentro, oposto ao movimento que sentiria ao tentar fixar algum objeto. O movimento de abertura da gote, impedindo ou liberando a passagem de ar, e o fluxo da respiração, seriam para ele um forte ingrediente do sentimento de consentir ou negar determinada realidade. Nas palavras de James:

As palavras eu e mim (I and me) não significam nada misterioso ou extraordinário – elas são no fundo apenas nomes de ênfase; e o Pensamento está sempre enfatizando alguma coisa. Num trecho de espaço que ele percebe, ele contrasta um aqui com um ali; num intervalo de tempo, um agora e um então; de um par de coisas ele chama um de isto, outro de aquilo. Eu e tu, eu e isso, são distinções exatamente no mesmo nível que estas, - distinções possíveis apenas num campo objetivo de conhecimento, o “eu” não significando para o pensamento nada além da vida corporal que ele momentaneamente sente. (JAMES, 1952, p. 220.)

Em sua fase filosófica³, que costuma-se situar a partir da ruptura iconoclasta anunciada no texto “A Consciência Existe?” (1904), publicado também na coleção póstuma dos *Ensaio em Empirismo Radical* (1912), temos o descarte completo de qualquer resquício mentalista que ainda poderia restar no pensamento jameseano:

Nos últimos vinte anos suspeitei da “consciência” enquanto uma entidade. Nos últimos sete ou oito anos, sugeri sua não-existência aos meus alunos e tentei dar-lhes seu equivalente pragmático em realidades de experiência. Parece-me que a hora é oportuna para descartá-la aberta e universalmente. (JAMES, 1979, p. 175.)

Da *experiência pura* é que emergirá, portanto, o *self*, em contraposição a tudo que é não-eu. Se em sua Psicologia o *self* se delineia a partir da apropriação por uma parte do fluxo do pensamento de outras partes precedentes do mesmo fluxo, aqui o *self* é uma propriedade emergente a partir da interseção de diferentes “porções” de “experiência pura”. O sujeito surge assim em função do ato cognitivo, que está sempre operando a partir de relações de contraste ou ênfase, relações estas, por sua vez, que também fazem parte da experiência e não tem nada de transcendentais. O pensamento, para James, sempre enfatizaria um *isso* em contraste com *aquilo*, ou procurando os *quês* que definem *aquilo*. (Em sua Psicologia essa idéia também se fazia presente ao considerarmos que o fluxo do pensamento se compunha sempre de um foco e uma zona marginal ou franjas). Assim, experimentaríamos, concomitantemente, o eu, principalmente como corporeidade, em contraste com o não-eu, numa interdependência com a experiência do mundo:

3 As principais obras dessa fase são *A Pluralistic Universe* (1909) e *Ensaio em Empirismo Radical* (1912).

O mundo experimentado (anteriormente chamado de “campo de consciência”) sempre vem com o corpo como seu centro, centro de visão, centro de ação, centro do interesse. (JAMES, 1992, p. 803.)

O *self* budista

Vimos então como James consegue explicar a existência da experiência de *self*, apesar de toda contingência e transitoriedade, sem recorrer a nenhuma instância metafísica. James levou até as últimas consequências o método da dúvida cartesiana e colocou em questão o próprio eu que pensa; para ele o pensador são os pensamentos. Esta idéia, no entanto, já havia sido antecipada, se é que podemos dizer assim, pelo pensamento budista, configurando-se como o coração de sua prática. *Anatta*, no páli, ou *anatman*, em sânscrito, geralmente traduzido como não-eu, é considerado como o conceito diferenciador do Budismo com relação aos outros sistemas filosóficos da Índia. Uma outra tradução, ao nosso ver mais adequada, seria a de *ausência de substância inerente*.

O termo *skandhas* teria sido então, um subterfúgio utilizado pelo Buda, para explicar como “montamos” o nosso eu, já que ele é vazio de substância. Porém mais do que explicações, eram ensinamentos para serem refletidos e experimentados através de determinadas técnicas psicofísicas inspiradas no *Yoga*, que nós ocidentais chamamos genericamente de meditação. Como no método introspectivo jameseano, trata-se de uma focalização da atenção nos próprios processos mentais e corporais (que no budismo, e no pensamento antigo de forma geral, não se encontram separados). Por exemplo, Buda propunha que se prestasse atenção às partes do corpo. Que é o corpo? De que é feita esta entidade aparentemente tão sólida e permanente?

Como se houvesse um saco com uma abertura em uma extremidade cheio de vários tipos de grãos, como arroz sequeiro, arroz vermelho, feijões, ervilhas, milho, e arroz branco, e um homem com vista boa o abrisse e examinasse: “Isto é arroz sequeiro, arroz vermelho, feijões, ervilhas, milho, e arroz branco”; da mesma forma, um bhikkhu examina esse mesmo corpo... repleto de muitos tipos de impurezas: “Neste corpo existem cabelos... e urina”. (*SUTTA PITAKA, Majjhima Nikaya 10*; 2004, sem paginação.)

Notem que “neste corpo existem cabelos”, que caem a todo momento... e “urina”, que está dentro dele mas logo estará, se tudo correr bem, fora. Uma observação atenta do corpo nos dá, portanto, a idéia do quão impermanente é isso ao que atribuímos tanta solidez e unidade.

Skhandas quer dizer “amontado”, “coleção” ou “porção”. Encontramos também o termo *agregados*. Nos textos os *skandhas* são descritos separadamente, mas eles devem ser entendidos como um único movimento. Tamanha a rapidez com que se dá, o processo escapa a nossa percepção comum. Seriam eles: forma, sensação, percepção, formações disposicionais⁴ e consciência⁵. Como o Buda teria ensinado, nem “a consciência é o eu” e nem tampouco “o eu é possuído de consciência”, sem que com isso se suponha “a consciência como estando no eu” ou o “eu como estando na consciência”. (*SUTTA PITAKA, Samyutta Nikaya XXII.93*; 2004, sem paginação.) É no

4 Cf. VARELA et al. (2003, p.94.)

5 Deve-se tomar um certo cuidado para não equivaler estas traduções com os sentidos que nós, ocidentais, atribuímos aos termos. Esta é realmente uma parte dos ensinamentos budistas que precisa ser analisada com cuidado, havendo inclusive, no que respeita ao termo *samskhara*, que ora traduzimos como formações disposicionais, seguindo a sugestão de Francisco Varela (2003), várias traduções diferentes. Sobre o assunto, remetemos o leitor principalmente a TRUNGPA (1978).

contato entre os “objetos” e os “sentidos”, no próprio processo cognitivo, que emerge a consciência. O interessante é que este processo não é meramente perceptivo, no sentido passivo que costumamos atribuir ao termo. Envolve também a ação ou certos impulsos (percepção) para com relação ao objeto baseados na sensação (agradável, desagradável ou neutra)⁶ e também a formação de determinados hábitos ou disposições de ação para com aquele objeto. É exatamente aqui que a meditação entraria, buscando criar um intervalo nesse processo, tomando como objeto da atenção um aspecto aparentemente muito simples: a própria respiração. Busca-se assim criar um espaço de liberdade nesse ciclo extremamente rápido e impulsivo de ações perceptivamente guiadas, para que possamos agir de forma diferente, mais livre e criativa.

Buddha, cuja raiz *buddh* quer dizer despertar, acordar ou iluminar é um título, um título para alguém que atingiu a outra margem da existência e libertou-se da ignorância que produz o sofrimento humano. Essa questão do sofrimento tem dado ensejo a muita interpretação errônea do budismo, como uma espécie de pessimismo, porque para nós sofrimento tem fortes conotações psicológicas negativas, como angústia, dor, enfim, sofrimento aqui não tem este sentido. Não é apenas uma questão humana, psicológica: é uma espécie de sofrimento universal decorrente da transitoriedade a que toda a existência está submetida. Talvez uma melhor tradução seja insatisfatoriedade: no pragmatismo, poderíamos fazer um paralelo com o estado de dúvida que nos impulsiona para outras perquirições. Portanto, ele não tem um sentido estritamente negativo. Como ensina Leminski (1987) haveria nas línguas indo-européias uma palavra que significa ser objeto de uma ação, palavra que não necessariamente se associa a um sentido de dor, nem a um caráter depreciativo. Em grego, teríamos o verbo *paskho*, donde deriva passividade, paixão e padecer.

O interessante no budismo, ao contrário do que uma leitura apressada pode dar a entender, é que não é exatamente dessa condição transitória que decorre nossa dor, nossa aflição. Ela decorre de uma inabilidade em lidar com o transitório, de uma sede (*tanha*) em fixar-se numa forma definitiva ou então, de buscar refúgio no nada, na negação da vida. O budismo nos aconselha a evitar estes extremos, por isso ele é conhecido também como o Caminho do Meio. É possível, trilhar um caminho de superação de nossa ignorância (*avydia*), e de fato, esse foi o maior legado de Buda, que, como Jesus Cristo, não deixou nada por escrito⁷.

A ignorância que devemos superar não é entretanto algo que ainda não saibamos, mas uma ignorância positiva, por assim dizer: trata-se da ignorância que consiste em atribuir aos fenômenos, principalmente ao nosso *self* um *status* de solidez e substancialidade: nosso *self* é vazio de uma substância inerente. Este ensinamento foi fortemente enfatizado no Budismo Mahayana, constituindo-se como um de seus pilares,

6 Temos aqui um nítido paralelo com as idéias de James, para quem a “experiência do eu” se fazia sentir principalmente nas atividades de **assentir**, **negar** ou **ignorar**, através das quais rejeitamos certas partes do fluxo da experiência.

7 Os ensinamentos do Buda ou *sutras* (fios de discurso) a princípio foram transmitidos sob a forma oral, dentro da ordem monástica, por isso eles começam com a fórmula “*assim eu ouvi*”. Os registros por escrito datam de aproximadamente 100 a. C. e foram compilados pelos monges do *Theravada*. Estaremos nos baseando nos textos desta escola, tida como a escola originária ou mais antiga do budismo. O chamado “Cânone Páli” constitui uma imensa literatura: apenas os discursos atribuídos ao Buda, os *suttas*, ou *sutras*, são cerca de dez mil. O Cânone se divide em três partes ou “cestos” e por isso também é conhecido como *Tripitaka*. O *Vinaya Pitaka* é o “Livro da Disciplina”. O *Sutta Pitaka*, a parte dos ensinamentos, contém diálogos do Buda e seus discípulos com seus contemporâneos e também discursos do Buda. O *Abhidhamma Pitaka* seria uma exposição mais sistematizada daquilo que foi apresentado de forma mais livre nos *sutras* e por isso é considerado como a “Filosofia” ou a “Psicologia” budista.

através da noção de *sunyata*, desenvolvida pelo filósofo Nagarjuna, que viveu cerca de quatrocentos anos após a época do Buda e é considerado o fundador da tradição *Madhyamika* (Caminho do Meio). *Sunyata* geralmente é traduzido como vacuidade ou não-substancialidade. O outro pilar, o pólo complementar de *sunyata* é *karuna* ou a compaixão, que se funda não num sentimento de bondade ou piedade, mas na própria experiência de não-substancialidade, da percepção de que nada é em si mesmo, mas apenas existe a partir das relações e da interdependência.

O problema do sofrimento relacionado à condição temporal da experiência humana não é exclusividade do Budismo, várias outras filosofias ou *darsanas* (pontos de vista) para usar a terminologia indiana, procuraram elaborar vias de superação desta condição. Por exemplo, a literatura das *Upanishad*, que começou a aparecer por volta de 800 a. C. e foi uma primeira “releitura”, digamos assim, da antiga tradição dos *Veda*, os mais antigos textos sagrados da Índia, defendia a idéia de que a superação da ignorância básica do ser humano seria através de uma relação discípulo/mestre (*guru*), na qual se busca a superação das categorias dualistas do pensamento conceitual comum, de modo que se possa vivenciar a identidade entre o *atman* (a essência) e *brahman* (o substrato último e inexprimível da existência) (GULMINI, 2002, p. 30-1.) No entanto, devemos ter o cuidado de não equivaler o *atman* ao eu pensante da psicologia de herança cartesiana, uma alma ou espírito individual, o *atman* é mais próximo dos sentidos de *psyche*, o sopro vital que perpassa e anima todos os seres. Se não, vejamos:

O Eu habita todos os seres, ele está dentro de todos os seres; os seres, no entanto, não o conhecem; todos os seres são o seu corpo, ele os controla desde dentro. Ele não é visto, mas vê; não é ouvido, mas ouve; não é pensado, mas é o ‘pensador’ (*mantri*). Ele é desconhecido e, contudo, é o ‘conhecedor’ (...). Ninguém vê, exceto ele. Ele é o Eu, o Governante interior, o Imortal. (*Brhadaranyakopanisad*, 3.7, apud ZIMMER, 1991, p. 258.)

Já os ensinamentos do Buda seria considerados como “reformistas” ou heterodoxos com relação à tradição dos *Veda*, isso porque o Buda irá discordar quanto à questão do *atman*, “o eu que habita todos os seres”, propondo a estratégia do *anatman*. Vejamos as palavras atribuídas ao Buda no *Discurso Curto do Rugido do Leão*:

Embora certos contemplativos e brâmanes reivindicuem apresentar a completa compreensão de todos os ípos de apego... eles descrevem apenas a completa compreensão do apego a prazeres sensuais, do apego a idéias e do apego a preceitos e rituais sem descrever a completa compreensão do apego a uma doutrina da existência de um eu. (*SUTTA PITAKA, Majjhima Nikaya 11*; 2004, sem paginação.)

Através da leitura desta passagem, notemos que o Buda não defende simplesmente a negação, o não-eu. Ele adota uma estratégia pragmática, procurando colocar em questão doutrinas metafísicas e verdades preestabelecidas em prol de um incremento da experiência humana. Sendo assim, uma melhor tradução para *anatta* seria de fato *ausência de substância inerente*, uma ausência que tem sua positividade e não é simplesmente uma negação, o não-eu. Uma ausência de substância que, como no pragmatismo, aponta para a dimensão da ação, onde tudo ainda está se fazendo, onde o que importa não é o ser ou o não ser, mas o vir-a-ser. A principal diferença com relação ao pragmatismo é que, mais do que defender um pensamento que nos incite à ação, o budismo é, efetivamente, uma prática. Para saber mais sobre ela, propomos que se procure o mestre mais próximo, ou quem sabe, a própria vida. Para terminar, uma história ou *koan zen*:

– Mestre, por favor, ensina-me a verdadeira história do budismo.

Joshu respondeu-lhe:

- Terminaste a refeição?
- É claro, mestre, terminei.
- Então vai lavar suas tigelas! (DESHIMARU, p. 21, 1995.)

Referências:

CALVINO, Italo. *Seis Propostas para o Próximo Milênio*. Rio de Janeiro: Companhia das Letras, 2001.

CAMPBELL, Joseph. *As Máscaras de Deus*. São Paulo: Palas Athena, 1994.

COEN, Nissim. *Dhammapada: a senda da virtude*. São Paulo: Palas Athena, 2000.

DESHIMARU, Taisen. *A tigela e o bastão: 120 contos zen*. São Paulo: Pensamento, 1990.

ELIADE, Mircea. *Techniques du Yoga*. Paris: Gallimard, 1948.

_____. *Mito do Eterno Retorno*. São Paulo: Mercuryo, 1992.

_____. *Yoga: imortalidade e liberdade*. São Paulo: Palas Athena, 1996.

FERREIRA, Aurélio B. de H. *Novo Aurélio Século XXI: o dicionário da língua portuguesa*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1999.

FERREIRA, Mariana. *As Margens da Consciência: um estudo sobre o tema do self em William James e no Budismo*. 2004. Dissertação. (Mestrado em Saúde Coletiva) – Instituto de Medicina Social, Universidade do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.

FOUCAULT, Michel. *História da Sexualidade*. Rio de Janeiro: Graal, 1998. v. 2.

GLOSSÁRIO de termos Budistas em Pali. Disponível em:
<<http://www.acaoinsight.net/glossario.htm>>. Acesso em: 11 fev. 2004.

GULMINI, Lilian. *O Yogasutra, de Patañjali*: tradução e análise da obra, à luz de seus fundamentos contextuais, intertextuais e lingüísticos. 2002. Dissertação (Mestrado em Filosofia, Letras e Ciências Humanas) - Pós-Graduação em Lingüística – Área de Semiótica e Lingüística Geral, Universidade de São Paulo, São Paulo. Disponível para download em: <<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/8/8139/tde-03122003-163103/>>. Acesso em: 11 fev. 2004.

HANSON, Karen. Pragmatism and the secret self. *Cognitio - Revista de Filosofia*. São Paulo, n. 2, p. 28-45, 2001.

HARVEY, Peter. *An Introduction to Buddhism: teachings, history and practices*. Cambridge: Cambridge University Press, 2000.

JAMES, Henry. *A Fera na Selva*. Rio de Janeiro: Rocco, 1997.

JAMES, William. *A Filosofia de William James: seleção de suas principais obras*. Tradução de Antônio Ruas. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1943.

_____. *Los Ideales de la Vida*. Buenos Aires: Editorial Americalee, 1944.

_____. *The Principles of Psychology*. University of Chicago, Encyclopedia Britannica, 1952.

_____. *Experiências de um Psiquista*. Lisboa: Moraes Editores, 1973.

_____. Pragmatismo e Outros Textos. Tradução de Jorge Caetano da Silva e Pablo Rubén Mariconda. São Paulo: Abril Cultural, 1979, (Coleção Os Pensadores).

_____. Fechner por William James. In: Da Anatomia Comparada dos Anjos. Tradução de Paulo Neves. São Paulo: Ed. 34, 1998. p. 91-142.

_____. Writings 1878-1889. Edited by Gerald Myers. New York: The Library of America, 1992.

_____. Writings 1902-1910. Edited by Gerald Myers. New York: The Library of America, 1992.

_____. The Selected Letters of William James. Edited with an introduction by Elizabeth Hardwick. New York: Anchor Books, 1993.

_____. As Variedades da Experiência Religiosa: um estudo sobre a natureza humana. São Paulo: Cultrix, 1995.

_____. A Vontade de Crer. São Paulo: Loyola, 2001.

LAPOUJADE, David. William James: empirisme et pragmatisme. Paris: Presses Universitaires de France, 1997.

LEMINSKI, Paulo. Poesia: a paixão da linguagem. In: NOVAES, Adauto (org.). Os Sentidos da Paixão. São Paulo: Cia. Das Letras, 1987. p. 283-306.

MARCUSE, Ludwig. La Philosophie Américaine. Paris: Gallimard, 1967.

MENAND, Louis. The Metaphysical Club: a story of ideas in America. New York: Farrar, Straus and Giroux, 2001.

MYERS, Gerald E. William James, his life and thought. New Haven and London: Yale University Press, 1986.

ORTEGA, Francisco. Amizade e Estética da Existência em Foucault. Rio de Janeiro: Graal, 1999.

_____. Para uma política da amizade: Arendt, Derrida, Foucault. Rio de Janeiro: Relume Dumará, 2000.

_____. Genealogias da Amizade. São Paulo: Iluminuras, 2002a.

_____. Da ascese à bio-ascese ou do corpo submetido à submissão ao corpo. In: RAGO, Margareth, ORLANDI, Luiz e VEIGA-NETO, Alfredo (orgs.) Imagens de Foucault e Deleuze. Rio de Janeiro: DP&A, 2002b.

_____. Modificações corporais e bioidentidades. Revista de Comunicação e Linguagens. Departamento de Ciências da Comunicação da Universidade Nova de Lisboa, Lisboa, 2004 (no prelo).

_____. Self e Continuidade: entre Winnicott e William James. (manuscrito inédito).

PAICHELER, Geneviève. L'Invention de la Psychologie Moderne. Paris: Editions L'Harmatan, 1992.

PAZ, Octavio. Vislumbres da Índia: um diálogo com a condição humana. São Paulo: Mandarim, 1996.

ROCHA, Antonio Carlos. O que é Budismo. São Paulo: Brasiliense, 2000. (Coleção Primeiros Passos.)

SCHEFFLER, Israel. Four Pragmatists. London and New York: Routledge & Kegan Paul, 1986.

SILVA Georges da & HOMENKO, Rita. *Budismo: psicologia do autoconhecimento*. São Paulo: Pensamento, 1995.

SKILTON, Andrew. A Concise History of Buddhism. Birmingham: Windhorse, 1997.

SUTTA PITAKA. Khuddaka Nikaya, Sutta Nipata I.8. Karaniya Metta Sutta, Amor Bondade. Tradução ao português por Michael Beisert. Disponível em: <<http://www.aceessoainsight.net/sutta/SnI8.htm>>. Acesso em: 11 fev. 2004.

_____. Khuddaka Nikaya. Dhammapada, A Senda da Virtude. Tradução do original páli ao português por Nissim coen. São Paulo: Palas Athena, 2000.

_____. Anguttara Nikaya V.57. Upajjhatthana Sutta, Temas para a Contemplação. Disponível em: <<http://www.aceessoainsight.net/sutta/ANV.57.htm>>. Traduzido por Michael Beisert. Acesso em: 11 fev. 2004.

_____. Anguttara Nikaya IX.1. Sambodhi Sutta, Auto-Iluminação. Disponível em: <<http://www.aceessoainsight.net/sutta/ANIX.1.htm>>. Traduzido ao português por Michael Beisert. Acesso em: 11 fev. 2004.

_____. Majjhima Nikaya 6, Cula-Malunkyovada Sutra, As Curtas Instruções para Malunkya. Texto traduzido do páli ao inglês por Thanissaro Bhikkhu. Tradução ao português por Claudio Miklos. Disponível em: <http://www.geocities.com/chungtao_budismo/sutras/textos16.html>. Acesso em: 11 fev. 2004.

_____. Majjhima Nikaya 10. Satipathana Sutta, Os Fundamentos da Atenção Plena. Traduzido do páli para o inglês por Bhikkhu Nanamoli, editado e revisado por Bhikkhu Boddhi. Traduzido ao português por Michael Beisert. Disponível em: <<http://www.aceessoainsight.net/sutta/MN11.htm>>. Acesso em: 11 fev. 2004.

_____. Majjhima Nikaya 11. Culasihanada Sutta, O Discurso Curto do Rugido do Leão. Traduzido do páli para o inglês originalmente por Bhikkhu Nanamoli, editado e revisado por Bhikkhu Boddhi. Traduzido ao português por Michael Beisert. Disponível em: <<http://www.aceessoainsight.net/sutta/MN11.htm>>. Acesso em: 11 fev. 2004

_____. Majjhima Nikaya 109. Mahapunnama Sutta, O Grande Discurso na Noite de Lua Cheia. Traduzido do páli para o inglês por Bhikkhu Nanamoli, editado e revisado por Bhikkhu Boddhi. Tradução ao português por Michael Beisert. Disponível em: <<http://www.aceessoainsight.net/sutta/MN109.htm>>. Acesso em: 11 fev. 2004.

_____. Samyutta Nikaya XXII.93, Nadi Sutta, O Rio. Tradução ao português por Michael Beisert. Disponível em: <<http://www.aceessoainsight.net/sutta/SNXXII.93.htm>>. Acesso em: 12 de fevereiro de 2004.

_____. Samyutta Nikaya XXXV.28. Aditta-pariyaya Sutta, O Sermão do Fogo. Tradução ao português por Michael Beisert. Disponível em: <<http://www.aceessoainsight.net/sutta/SNXXXV.28.htm>>. Acesso em 10 de fev. 2004.

_____. Samyutta Nikaya LVI.1. Dhammacakkapavattana Sutta, Colocando a roda do Dhamma em movimento. Tradução de Michael Beisert. Disponível em <<http://www.aceessoainsight.net/sutta/SNLVI.11.htm>>. Acesso em: 11 fev. 2004.

THOREAU, Henry. Desobedecendo: a desobediência civil & outros escritos. Rio de Janeiro:

Rocco, 1986.

TRUNGPA, Chögyam. *Glimpses of Abhidharma*. Boulder/Colorado: Prajna Press, 1978.

_____. *Meditação na Ação*. São Paulo: Cultrix, 1995.

VARELA, Francisco J. *Sobre a Competência Ética*. Lisboa: Edições 70, 1992.

_____. et al.. *A Mente Incorporada: ciências cognitivas e experiência humana*. Porto Alegre: Artmed, 2003.

VIPASSI, Puhulwelle. O ponto de vista budista sobre a mente. Tisarana. Rio de Janeiro, v. 12. mar. 2003. *Boletim budista*, p. 3-6.

WILLIAMS, Paul. *Mahayana Buddhism: the doctrinal foundations*. London: Routledge, 2002.

ZIMMER, Heinrich. *Filosofias da Índia*. São Paulo: Palas Athena, 1991.