

REFLEXÕES FILOSÓFICAS – ONTOLOGIA, EPISTEMOLOGIA E A MEDITAÇÃO

Bruno Vichi
versão 03 - 11.02.25
Brasília/DF

Este trabalho propõe uma investigação sobre os fundamentos filosóficos, ontológicos e epistemológicos, relacionados à meditação. Por meio de um estudo interdisciplinar e intercultural percorremos as raízes históricas dos pensamentos ocidental e oriental e as perspectivas contemporâneas dessa prática, bem como suas implicações para o conhecimento, a realidade e a experiência humana.

Ele é apresentado em quatro tópicos e seu conteúdo lógico deve ser compreendido de forma integral, visando assegurar uma abordagem abrangente do tema.

No primeiro tópico trataremos da filosofia e sua inter-relação com a ontologia e a epistemologia, abordando de forma aprofundada e cronológica esses conceitos e refletindo seu processo de transformação ao longo do tempo. Nesse primeiro momento, sua estrutura está organizada a partir do pensamento ocidental, ainda que façamos alguma referência à filosofia oriental quando trouxermos as contribuições de Arthur Schopenhauer sobre o tema.

No segundo tópico abordaremos a filosofia como modo de vida e, nesta perspectiva, detalharemos tradições filosóficas ocidentais e orientais e suas relações com a meditação.

No terceiro tópico abordaremos aspectos ontológicos e epistemológicos associados à noção de vazio/vacuidade. Traremos a ontologia do ser e do sujeito em Jacques Lacan. Em seguida, correlacionaremos a noção de vazio ou vacuidade na filosofia oriental e no pensamento psicanalítico. Por fim, aprofundaremos o debate entre os conceitos de *noumenon* kantiano e sabedoria primordial (*yeshe*) do budismo tibetano.

Finalmente, no quarto tópico, traremos um recorte da filosofia budista voltado à prática da sabedoria por meio da meditação. Focaremos a perspectiva budista sobre a compreensão da “mente”, sua epistemologia e uma reflexão sobre a dinâmica do ser a partir do pensamento contemporâneo ocidental e da filosofia oriental clássica, em especial budista.

1. Filosofia e a inter-relação entre a ontologia e a epistemologia

O termo **filosofia**, de origem grega, significa “amor à sabedoria”. De forma geral, é o estudo fundamental dos temas relacionados à existência, ao conhecimento, à moralidade, à mente e à linguagem, entre outros. Nesse sentido, ela se dedica a questões fundamentais sobre a realidade e o ser (metafísica); os valores e a discussão sobre o que é moralmente correto ou incorreto (ética), e o estudo dos princípios do raciocínio válido

e do pensamento lógico (lógica). Podemos ainda incluir a reflexão sobre a beleza, arte e o gosto (estética) e a investigação sobre a natureza da justiça, o poder e os direitos (filosofia política e jurídica). Ela abrange uma ampla gama de áreas, incluindo a **ontologia** e a **epistemologia**, que são dois de seus ramos mais importantes.

A relação entre filosofia, ontologia e epistemologia é complexa e interdependente, pois cada um desses campos trata de aspectos fundamentais da realidade, do ser e do conhecimento.

Ontologia é o ramo da filosofia que trata da natureza do ser e da existência. Ela busca entender o que existe, o que é real, e quais são as categorias fundamentais da realidade. Alguns dos principais questionamentos ontológicos incluem: (i) o que significa existir? (ii) o que é uma substância? (iii) qual é a natureza dos objetos e suas propriedades? e (iv) quais são as categorias fundamentais que compõem o mundo?

A **Epistemologia**, de seu turno, é o estudo do conhecimento e das crenças justificadas. Ela examina questões como: (i) o que é o conhecimento? (ii) como adquirimos conhecimento? (iii) quais são as fontes de conhecimento (razão, percepção, intuição, etc.)? (iv) quais são os limites do nosso conhecimento? (v) como podemos distinguir entre crenças verdadeiras e falsas?

Esses dois ramos da filosofia estão profundamente relacionados. Dependendo da perspectiva que se adote, ambas se influenciam.

De um lado, pode-se dizer que o que existe (ontologia) influencia o que podemos conhecer (epistemologia). Nesse sentido, para discutir o que podemos conhecer, é necessário primeiro fazer suposições sobre o que existe. Por exemplo, se alguém defende que a realidade é composta de objetos físicos (uma posição ontológica), então o conhecimento sobre o mundo pode estar baseado em observações empíricas (uma questão epistemológica). Por outro lado, se alguém acredita que a realidade é composta principalmente de ideias ou formas imateriais (como na ontologia de Platão), o conhecimento pode ser visto como dependente de processos mentais ou racionais.

Por outro lado, o modo como conhecemos algo (epistemologia) influencia o que afirmamos que existe (ontologia). Significa dizer que nossas teorias epistemológicas muitas vezes moldam a maneira como vemos a realidade. Por exemplo, um empirista que acredita que todo conhecimento vem dos sentidos pode sustentar uma ontologia em que apenas o mundo físico observável é real. Já um racionalista que acredita no papel da razão pode defender uma ontologia mais abstrata, que inclua entidades não físicas, como ideias ou números.

Perguntas epistemológicas surgem de perguntas ontológicas: quando investigamos a natureza da realidade (ontologia), inevitavelmente surgem questões sobre como podemos ter conhecimento dessa realidade (epistemologia). Se, por exemplo, postulamos a existência de entidades metafísicas como “Deus” ou “alma”, isso levanta a questão sobre como podemos saber se essas entidades realmente existem e como podemos ter acesso a elas de maneira epistêmica.

Algumas tradições filosóficas, como o realismo, sustentam que a ontologia deve ser o ponto de partida, afirmando que a realidade existe independentemente de nossa percepção dela. O papel da epistemologia, então, é descobrir e descrever essa realidade.

Outras tradições, como o idealismo, argumentam que nossa percepção da realidade é mediada pela mente, e que o estudo da epistemologia (isto é, do processo de conhecer) é prioritário. Em outras palavras, devemos entender como conhecemos antes de afirmar o que existe.

Para citar alguns exemplos de grandes nomes da filosofia ocidental, podemos dizer que a ontologia de Platão sustenta que o mundo real é o mundo das Formas, que existe independentemente do mundo sensível. Sua epistemologia sugere que o conhecimento verdadeiro é adquirido por meio da razão, ao acessar essas Formas.

Em contraste, Aristóteles apresenta uma ontologia baseada na substância, onde os objetos individuais constituem a realidade. Sua epistemologia, no entanto, enfatiza a experiência sensorial como a base do conhecimento, conectando diretamente a ontologia física à epistemologia empírica.

A ontologia dualista de Descartes distingue mente e corpo. Sua epistemologia racionalista defende que o conhecimento verdadeiro deriva da razão, especialmente porque os sentidos podem ser enganosos.

Como empirista, Hume acreditava que nossa ontologia deve ser baseada nas impressões sensoriais. Sua epistemologia, no entanto, é cética, questionando se podemos realmente ter certeza sobre causas e efeitos, já que nosso conhecimento do mundo é baseado apenas em hábitos de pensamento.

Finalmente, o filósofo Immanuel Kant oferece um exemplo interessante de como essas duas áreas podem ser reconciliadas. Kant argumentou que não podemos conhecer o mundo como ele é em si mesmo (ontologia), mas apenas como ele aparece para nós através das estruturas da mente humana (epistemologia). Assim, para Kant, nossa ontologia é sempre condicionada pelas nossas capacidades epistemológicas. Daremos especial atenção a essa perspectiva conforme se verá a seguir.

Cronologia da filosofia ocidental

Na Antiguidade e Idade Média, a ontologia e a epistemologia eram frequentemente discutidas em conjunto, com o estudo da existência (ontologia) influenciando as teorias sobre como conhecemos o que existe (epistemologia). Com a modernidade (século XVII), Descartes e os empiristas trouxeram uma separação mais clara entre ontologia (o que existe) e epistemologia (como conhecemos). A epistemologia passa a questionar ativamente os fundamentos do conhecimento. Em seguida, a filosofia da linguagem torna-se central na filosofia contemporânea (século XX), influenciada pelo desenvolvimento da lógica formal e pelas preocupações com a precisão no uso da linguagem.

Visando organizar de maneira didática a relação entre filosofia, ontologia e epistemologia, traremos uma apresentação cronológica do desenvolvimento da filosofia ocidental ao longo do tempo e os conceitos principais que interessam para a melhor compreensão do nosso tema.

Filosofia clássica

De maneira geral, dizemos que filosofia clássica durou desde a Antiguidade até a Idade Média, abrangendo o período da Grécia Antiga e do Império Romano, culminando na filosofia medieval. Esse período é caracterizado pelo desenvolvimento de teorias fundamentais sobre a realidade (ontologia), o conhecimento (epistemologia), a ética e a política.

Podemos elencar Sócrates, Platão e Aristóteles (século IV a.C.) como sendo os pilares da filosofia ocidental

Sócrates (470-399 a.C.) é conhecido por seu método dialógico, o método socrático, por meio do qual fazia perguntas para desafiar crenças e estimular o pensamento crítico. Ele nunca escreveu suas ideias, sendo conhecido principalmente por meio de Platão e Xenofonte. Seu foco estava na ética, defendendo que a virtude é o maior bem e que o autoconhecimento é essencial para uma vida virtuosa. Sócrates acreditava que ninguém faz o mal de forma deliberada; o erro moral é fruto da ignorância.

Discípulo de Sócrates, Platão (427-347 a.C.) escreveu diálogos que exploram questões éticas, políticas, metafísicas e epistemológicas. Sua filosofia é conhecida por sua Teoria das Ideias ou Formas, por meio da qual propõe que o mundo sensível é apenas uma cópia imperfeita do mundo das ideias, que são perfeitas e eternas. Platão também abordou a justiça e o governo ideal em sua obra *A República*, defendendo que os filósofos deveriam ser os governantes, pois são os que compreendem as Formas e o bem em sua totalidade.

Aluno de Platão, Aristóteles (384-322 a.C.) desenvolveu uma filosofia mais empírica e pragmática. Ele discordou da Teoria das Ideias de Platão, acreditando que a realidade está no mundo físico e que podemos conhecê-la através da observação e análise. Em sua metafísica, ele introduziu a ideia de substância e forma, e o conceito de causa (material, formal, eficiente e final). No campo ético, sua principal obra é a *Ética a Nicômaco*, em que propõe que a *eudaimonia* (por vezes traduzido como sendo bem-estar, *flourishing* ou mesmo felicidade) é o fim último da vida humana, alcançada pela prática da virtude no meio-termo entre excessos.

Esses três filósofos estabeleceram as bases para muitas áreas do conhecimento, influenciando profundamente a filosofia ocidental. A partir deles, algumas correntes do pensamento filosófico se desenvolveram na Grécia Antiga, as chamadas escolas helenísticas, que incluíam o estoicismo, o epicurismo, o ceticismo e o cinismo. A maneira como propunham o exercício filosófico será explorado mais adiante a partir da perspectiva da filosofia como sendo uma prática de um certo modo de vida e não apenas como um campo meramente especulativo.

Em seguida, no período da Idade Média (filosofia medieval), com Santo Agostinho, São Tomás de Aquino e outros filósofos escolásticos, a filosofia foi sintetizada com a teologia cristã. A questão da relação entre fé e razão era central. A lógica aristotélica permaneceu influente, e os debates sobre a linguagem no contexto teológico surgiram, especialmente com Agostinho.

Filosofia moderna

Já no segundo período da filosofia ocidental, também chamado filosofia moderna (século XVII-XIX), houve o rompimento com a tradição medieval, especialmente em relação à autoridade religiosa e à escolástica, enfatizando-se o uso da razão e da ciência como ferramentas para entender a realidade. Há uma forte ênfase em epistemologia, ou seja, na forma como conhecemos o mundo, e na subjetividade.

Podemos citar René Descartes (século XVII) como sendo o pai da filosofia moderna. Principal nome da corrente racionalista, ele introduziu a dúvida metódica e a busca por um fundamento seguro para o conhecimento, resultando no famoso *Cogito, ergo sum* (“Penso, logo existo”). Além disso, propôs uma distinção radical entre mente e corpo, o que trouxe novos problemas ontológicos e epistemológicos.

A corrente empirista (séculos XVII-XVIII), tendo como expoentes John Locke, George Berkeley e David Hume sustentava que o conhecimento provém da experiência sensorial. Hume, em particular, questionou a noção de causalidade e a confiança em proposições sobre o mundo externo, gerando uma crise epistemológica.

Damos especial atenção a Immanuel Kant (século XVIII) que tentou reconciliar o racionalismo de Descartes com o empirismo de Hume. Sua filosofia crítica argumentava que, embora o conhecimento comece com a experiência, ele também depende de categorias mentais inatas que estruturam a percepção. Kant influenciou enormemente tanto a ontologia, como a epistemologia posteriores.

Outro aspecto importante do pensamento kantiano é a distinção trazida entre *noumenon* e *fenomenon*. O primeiro se refere ao domínio da metafísica (Deus, *self* e essências). Reconhecendo o conceito de *essência* subjacente, da qual já falavam Platão e Aristóteles, Kant vai dizer que não se pode ter uma percepção ou sensação do que ela seja. Para ele, não podemos conhecer essa *essência* e talvez nunca saibamos se de fato ela existe. Isso não significa dizer que ele não acredite na sua efetiva existência (perspectiva ontológica), mas vai afirmar ser impossível conhecê-la (perspectiva epistemológica). O segundo se refere ao domínio dos fenômenos, aí considerando as sensações, percepções do mundo material. Trata-se de tudo aquilo que cientificamente pode ser conhecido.

Essas categorias trazidas por Kant serão retomadas mais adiante, quando explorarmos o desafio assumido por Sidartha Gautama e sua busca para uma autêntica compreensão da realidade para além das experiências de sofrimento.

Citamos ainda o Idealismo Alemão (século XIX) e notadamente Hegel, que expandiu a crítica kantiana, propondo que a realidade é constituída por processos dialéticos e que o pensamento humano e a realidade são inseparáveis. Isso marcou uma transição para o foco no sujeito e na história como parte da ontologia e epistemologia.

Além disso, Edmund Husserl dizia que a filosofia deveria ter como método a fenomenologia e, nesse sentido, ele ergue uma série de críticas à filosofia tradicional. A fenomenologia significa o conhecimento daquilo que se manifesta para nossa consciência (daquilo que está presente para a consciência ou para a nossa razão, ou até mesmo o que é organizado e explicado a partir da própria estrutura da consciência), e a compreensão do fenômeno, entendido como sendo a aparição das coisas à consciência. Ele afirmava que "toda consciência é consciência de algo", o conhecimento não estava no objeto em

sí, nem mesmo na razão apenas, mas tudo podia mudar diante da forma como o objeto e a consciência interagisse, ou seja, o mesmo objeto poderia ser conhecido de diversas formas, diversas vezes e por diversos indivíduos, dadas as particularidades distintas, seja momento, desejos, interesses, emoções e etc.

Por fim, fazemos referência a Arthur Schopenhauer (1788-1860), filósofo por vezes negligenciado, talvez por ser aquele que abertamente mostrou-se permeável às referências do pensamento oriental, notadamente a filosofia budista e vedanta hindu.

Schopenhauer acreditava que a essência do mundo é a “vontade” (*wille*) — uma força irracional e cega que permeia toda a existência. Para ele, a vontade é a causa de todo sofrimento, pois está sempre acompanhada pela insatisfatoriedade, um querer sempre mais, algo semelhante ao conceito de *tanha* (desejo) no budismo, que é visto como a causa do sofrimento. Retomaremos mais adiante esse tema sobre o aspecto dinâmico do ser, essa força motriz que permeia toda a realidade.

No budismo, a vida é marcada pelo sofrimento (*dukkha*), que surge devido ao desejo e ao apego. Schopenhauer propôs uma visão similar: o sofrimento é inerente à vida e é alimentado pelo desejo incessante. Ele acreditava que o ciclo de querer e nunca estar satisfeito é o que gera sofrimento. Essa ideia ecoa a doutrina budista das Quatro Nobres Verdades.

Schopenhauer via a negação da vontade como o único meio de escapar do sofrimento, algo que ele considerava próximo ao ascetismo encontrado no budismo e no hinduísmo. Arelado à idéia de *nirvana* no budismo e *moksha* no hinduísmo, o objetivo é transcender os desejos mundanos e escapar do ciclo de renascimento (*samsara*), o que ressoa com a proposta de Schopenhauer de renunciar à vontade como caminho para a paz e a liberdade do sofrimento.

O pessimismo de Schopenhauer, sua visão de que a vida é sofrimento, também encontra paralelo com a visão budista de que o mundo é um local de sofrimento inerente. No entanto, enquanto o budismo oferece o “Nobre Caminho Óctuplo” (dentre outras formas descritas na filosofia budista) para superar o sofrimento, no qual a meditação desempenha um papel central, Schopenhauer acreditava que a libertação estava na contemplação estética (pela arte e pela filosofia) e na renúncia à vontade.

O conceito de *maya* no hinduísmo, a ideia de que o mundo como percebemos é uma ilusão, também influenciou Schopenhauer. Ele desenvolveu a tese de que o mundo é uma “representação” da vontade, ou seja, o que percebemos é apenas uma manifestação da vontade subjacente. Isso se assemelha à noção de realidade delusória do budismo e também espelha a visão hindu de que o mundo fenomenal não é a realidade última, mas sim uma aparência.

A influência do budismo e do hinduísmo em Schopenhauer parece ser significativa, seja na sua concepção do mundo como sofrimento e ilusão, no papel do desejo como causa do sofrimento, seja na ideia de que a liberação está na renúncia e na superação dos desejos (estratégias notadamente associadas ao budismo originário Theravada). Ao incorporar essas ideias orientais em sua filosofia, ele abriu caminho para uma interação mais profunda entre o pensamento ocidental e oriental.

Filosofia da linguagem

Finalmente o terceiro principal período da filosofia ocidental é chamado filosofia da linguagem (século XIX-XX) que, muito embora tenha raízes na antiguidade, tornou-se um campo autônomo e central no século XX, com um foco no papel da linguagem na formulação de problemas filosóficos. Essa abordagem questiona o poder da linguagem para representar o mundo e articula uma nova maneira de pensar sobre ontologia e epistemologia.

Gottlob Frege (final do século XIX) é considerado o fundador da filosofia analítica e da filosofia da linguagem moderna. Ele introduziu distinções fundamentais entre sentido (*sinn*) e referência (*bedeutung*), e lançou as bases da lógica moderna. Bertrand Russell que desenvolveu a teoria das descrições, tentando resolver problemas filosóficos através de uma análise da linguagem e Ludwig Wittgenstein (início do século XX) que, em sua obra *Tractatus Logico-Philosophicus*, propôs que a linguagem é um espelho da realidade, tendo posteriormente revisado essa visão, afirmando que a linguagem tem múltiplos usos e está imersa em práticas sociais. Por fim, J.L. Austin e John Searle (meados do século XX), com a teoria dos atos de fala, destacaram que a linguagem não apenas descreve o mundo, mas também realiza ações. Isso marcou uma mudança de foco, em que o significado é visto como dependente do contexto e das intenções comunicativas.

O livro *Ser e Tempo (Sein und Zeit)*, de Martin Heidegger, é uma das obras mais importantes da filosofia do século XX. Publicado em 1927, é uma investigação profunda sobre o sentido do ser e a maneira como ele se manifesta para o ser humano, ou *Dasein*. Heidegger busca responder a uma questão fundamental que, segundo ele, foi esquecida pela tradição filosófica: “O que é o ser?”. Ele critica a filosofia ocidental por focar nos entes (coisas particulares) sem explorar o que significa o próprio “ser”. Para responder a essa questão, Heidegger introduz o conceito de *Dasein*, o ser que existe de maneira única por ser capaz de refletir sobre o próprio ser. Heidegger propõe o conceito de *Dasein* como a estrutura essencial do ser humano. Ele não é um sujeito no sentido cartesiano de um “eu” separado do mundo, mas um ser sempre lançado no mundo, em interação com ele, em constante projeto e possibilidade.

Novos campos do saber ocidental, dentre os quais a psicanálise, fundada por Sigmund Freud, que sempre estabeleceu um diálogo fértil e profícuo com a filosofia, vão integrar e desenvolver novas perspectivas de compreensão sobre o ser e o sujeito a partir de referências da filosofia da linguagem como, por exemplo, Jacques Lacan, principal referência do pensamento psicanalítico da segunda metade do século XX.

Para Lacan, o sujeito do inconsciente é constituído na linguagem e atravessado pela falta, pelo desejo e pelo inconsciente. Ele não existe como uma entidade estável ou presente em si, mas é dividido, fragmentado e construído no campo simbólico.

Se confrontarmos ontologicamente o *Dasein* e o sujeito do inconsciente, de um lado temos o argumento de Heidegger afirmando que o Ser se desvela (*aletheia*) no horizonte do *Dasein*, que compreende o mundo por meio de seu envolvimento prático. O *Dasein* tem uma relação pré-reflexiva com o mundo que precede a linguagem. A

linguagem é um meio importante de revelação do Ser, mas não o único. De outro lado, Lacan que a linguagem é central para a constituição do sujeito. O inconsciente é estruturado como uma linguagem, e o sujeito é fundamentalmente dividido entre o que pode ser dito e o que não pode ser simbolizado.

Além disso, o *Dasein* é finito em sua temporalidade: ser-para-a-morte é uma de suas características essenciais. A finitude é uma condição de possibilidade para a existência autêntica. Para Lacan, o sujeito é marcado pela “falta-a-ser”, que o move no campo do desejo. Essa falta é estrutural, ligada ao inconsciente e à linguagem, e nunca pode ser completamente preenchida. O *Dasein* é caracterizado por sua abertura ao mundo. Sua existência é entendida como um “ser-no-mundo”, uma estrutura de envolvimento direto com o entorno. O sujeito lacaniano está, por outro lado, alienado na linguagem e nas demandas do Outro. Ele não tem um acesso direto ao mundo, pois sua realidade é mediada por estruturas simbólicas.

Tanto Heidegger quanto Lacan exploram a crítica ao sujeito cartesiano e à noção de um “eu” estável e autônomo. Ambos tratam o sujeito ou o ser como algo relacional, dependente de um contexto maior — seja o mundo do *Dasein* ou o campo simbólico em Lacan. A ênfase de Heidegger na experiência do “ser” é mais ampla que a visão lacaniana do sujeito como dividido pela linguagem, oferecendo uma perspectiva sobre como o ser se dá de forma não discursiva no mundo, antes de ser capturado pela simbolização no campo da linguagem. Essas duas visões, embora distintas, podem ser usadas de forma complementar para abordar questões sobre subjetividade, ser, linguagem e finitude.

Em síntese, podemos afirmar que a filosofia clássica estabeleceu os fundamentos ontológicos e epistemológicos que sustentaram o pensamento ocidental. A lógica e a metafísica de Aristóteles formaram a base de séculos de filosofia ocidental, influenciando até mesmo os primeiros debates sobre a linguagem na filosofia medieval. A filosofia moderna rompeu com a autoridade da tradição clássica e medieval, focando na subjetividade, no método científico e no papel da razão e da experiência sensorial na construção do conhecimento. A separação entre mente e corpo e as crises epistemológicas abriram espaço para questionamentos mais profundos sobre como a linguagem estrutura o pensamento e a realidade. Por fim, a filosofia da linguagem desafiou suposições tanto da filosofia clássica quanto da moderna, especialmente a ideia de que a linguagem simplesmente reflete o mundo. A ênfase na análise linguística como o principal método filosófico influenciou debates sobre epistemologia e ontologia.

2. Filosofia como modo de vida

De maneira geral, a filosofia pode ser entendida de duas formas principais: como um modo de investigação especulativa sobre determinados temas ou como um modo de vida. Essas duas perspectivas se entrelaçam historicamente, especialmente na tradição grega, e marcadamente nas tradições filosóficas orientais, mas também apresentam tensões e distinções.

A primeira perspectiva vê a filosofia como um campo de investigação racional e sistemática, focado em questões abstratas sobre a realidade, conhecimento, ética, política e outros temas. Aqui, a filosofia (ocidental) é um exercício intelectual que busca verdades universais e fundamentos racionais. Platão e Aristóteles exemplificam essa abordagem. Platão, com sua Teoria das Ideias, buscava o conhecimento das verdades atemporais, enquanto Aristóteles investigava a natureza da realidade e a ciência através da observação e análise lógica.

Essa tradição especulativa leva ao desenvolvimento de sistemas filosóficos com metodologias rigorosas de pensamento.

A segunda perspectiva entende o filosofar como uma prática existencial. Não se trata apenas de compreender o mundo, mas de viver de acordo com princípios filosóficos que levam a uma vida boa, justa e virtuosa. No Ocidente, Sócrates é o grande representante dessa vertente, pois seu método dialético não visava apenas o conhecimento, mas também a transformação moral e ética dos indivíduos.

Os filósofos estoicos, como Sêneca e Epicteto, também seguiram essa linha, defendendo que a filosofia deve guiar as ações diárias e promover a tranquilidade da alma (*ataraxia*).

Na Grécia antiga, essas duas abordagens eram complementares: a especulação filosófica orientava o modo de vida. Para Sócrates, o questionamento racional levava ao autoconhecimento, essencial para a vida ética. Para Platão, a contemplação das Formas, especialmente a ideia de Bem, fornecia a base para a vida justa. Aristóteles, embora enfatizasse a investigação racional, também acreditava que a *eudaimonia*, (como vimos, estado de bem-estar e florescimento humano, as vezes referido como sendo felicidade), era alcançada por meio da virtude prática, ou seja, o agir em conformidade com a razão. No entanto, com o tempo, houve uma tendência de separação entre as duas vertentes.

A filosofia acadêmica, em muitos contextos modernos, se distanciou da prática da vida cotidiana, focando mais em teorias abstratas. Em contraste, correntes como o estoicismo, o epicurismo e o existencialismo mantiveram a ideia de que filosofar é, antes de tudo, viver de acordo com a razão e os princípios éticos.

Portanto, a filosofia ocidental, ao longo de sua história, tem oscilado entre ser um instrumento para especular sobre questões fundamentais e um guia para a vida prática, sendo ambas abordagens importantes e complementares.

Pierre Hadot (1922-2010), um renomado filósofo francês e historiador da filosofia, foi um dos principais defensores da ideia de que a filosofia ocidental, especialmente na Antiguidade, era fundamentalmente um modo de vida. Em sua obra, ele argumenta que os filósofos ocidentais antigos não viam o seu saber apenas como um exercício teórico ou especulativo, mas como uma prática existencial destinada a transformar a vida do indivíduo.

Para Hadot, a filosofia na Antiguidade, especialmente entre escolas como o estoicismo, o epicurismo e o cinismo, era menos uma busca teórica e mais uma forma de viver. Ela visava à transformação do indivíduo, buscando a sabedoria, o autodomínio e a felicidade. Isso se dava por meio dos assim chamados “*exercícios espirituais*” – práticas que envolviam meditação, autorreflexão e a interiorização de princípios filosóficos. Esses

exercícios filosóficos eram projetados para modificar a visão de mundo do praticante e, conseqüentemente, seu comportamento, conforme detalharemos mais adiante.

Segundo Hadot, o saber filosófico não era separado da prática. Filosofar significava viver de acordo com os princípios racionais que a reflexão proporcionava. O foco estava na autotransformação e na melhoria ética, mais do que no desenvolvimento de teorias abstratas.

Hadot aponta que, na modernidade, essa perspectiva da filosofia ocidental como modo de vida foi sendo gradualmente substituída pela ideia de filosofia como investigação teórica. A filosofia ocidental tornou-se cada vez mais especializada e acadêmica, focada na construção de sistemas conceituais e na solução de problemas abstratos. Essa transição aconteceu especialmente com o surgimento do cartesianismo e o desenvolvimento da ciência moderna, que destacaram a importância da especulação teórica separada da prática cotidiana.

No entanto, para os antigos, as teorias filosóficas eram desenvolvidas em função de uma prática de vida. Hadot argumenta que esse aspecto foi negligenciado na interpretação moderna da filosofia antiga. Como mencionamos anteriormente, ele sugere que, inclusive Platão e Aristóteles, embora tenham contribuído imensamente para o desenvolvimento de sistemas especulativos, também viam a filosofia como algo que devia ser vivido. A busca da verdade e do conhecimento estava intimamente ligada ao bem viver.

Vale mencionar que os filósofos antigos se preocupavam em ajudar seus discípulos a alcançarem a sabedoria, uma vida boa, ou seja, a felicidade ou bem-estar (*eudaimonia*), por meio de *exercícios espirituais* e práticas cotidianas referidos acima.

Dentre os *exercícios espirituais* na prática filosófica antiga mencionados por Pierre Hadot, podemos citar:

- Meditação: reflexão sobre textos filosóficos ou sobre a própria vida.
- Exame de consciência: avaliação diária das próprias ações e pensamentos à luz dos princípios filosóficos.
- Preceitos: prática de máximas ou regras que ajudavam a guiar a conduta.
- Treinamento mental: preparação para enfrentar as dificuldades da vida de maneira filosófica, como as adversidades ou a morte.

Essas práticas visavam transformar a percepção do mundo e possibilitar que o indivíduo vivesse de maneira virtuosa e em harmonia com a razão.

Podemos afirmar que a abordagem de Hadot influenciou diversas áreas da filosofia contemporânea, em especial as que se voltam para uma reconciliação entre vida prática e reflexão teórica, e, ajudou a reacender o interesse pelas filosofias helenísticas como fontes de orientação ética prática. A ideia central de Hadot é que a filosofia deve ser vivida, e não apenas estudada. O conhecimento filosófico, para ele, está intimamente ligado à transformação do ser e da maneira de agir no mundo.

As tradições filosóficas e sua relação com a meditação

A partir de todas as referências filosóficas ocidentais trazidas até agora, que num exercício de prática da sabedoria enfatizaram a busca por respostas sobre o ser e a realidade (ontologia), bem o modo de conhecê-las (epistemologia), trouxemos uma primeira aproximação feita por Schopenhauer, no século XIX, acerca da perspectiva oriental sobre os temas afeitos à filosofia, do modo como a ela nos referimos.

Em seguida, ressaltamos o olhar de Pierre Hadot sobre a compreensão da filosofia, assentada principalmente em Sócrates e nas escolas helenísticas, como fundamentalmente um fazer orientado a um propósito, um sentido e um modo de vida.

Essas perspectivas abrem um enorme caminho para trazermos as tradições filosóficas orientais a um espaço comum de reflexão sobre as mesmas questões centrais de natureza ontológicas e epistemológicas, utilizando a meditação como o meio pelo qual podemos acessar as respostas que inquietam a humanidade ao longo dos últimos milênios.

Como veremos a seguir, a meditação tem sido o modo pelo qual diversas tradições filosóficas sustentam a possibilidade de conhecer (perspectiva epistemológica) o ser e a realidade tal como ela é (perspectiva ontológica).

Tradição vedanta

Os Vedas, textos sagrados da antiga Índia, são fundamentais na tradição hindu e contêm vastos conhecimentos sobre filosofia, rituais, mitologia, e práticas espirituais, incluindo a meditação. A meditação, nos Vedas, é frequentemente mencionada como um meio para alcançar o autoconhecimento, a conexão com o divino e a realização espiritual.

A prática da meditação, como é conhecida hoje, tem raízes profundas nos ensinamentos dos Vedas. A meditação era vista como uma prática para alcançar estados elevados de consciência e proximidade com o divino. Um dos principais componentes dos Vedas são os *mantras*, que são recitações ou cânticos que ajudam a concentrar a mente e a direcionar a energia espiritual. A repetição dos *mantras* durante a meditação é uma prática central na tradição védica.

Nos Vedas, a meditação é descrita como um caminho para *moksha* (liberação espiritual) e para o entendimento da verdadeira natureza do eu (*atman*) e da realidade última (*brahman*). Termos como *dharana* (concentração) e *dhyana* (meditação) aparecem nos Vedas e são elaborados em textos posteriores, como os Upanishads e o Bhagavad Gita. Esses conceitos são parte integral do processo meditativo descrito nos textos védicos.

Sob uma abordagem de caráter mais religioso, muitos dos rituais descritos nos Vedas incluem elementos meditativos, por meio dos quais o praticante deve concentrar a mente e se conectar espiritualmente com as divindades invocadas.

Epistemologicamente falando, a meditação está profundamente interligada com a filosofia dos Vedas, servindo como um método essencial para uma autêntica ontologia voltada a compreensão da realidade tal como ela é.

Confucionismo

O confucionismo, filosofia desenvolvida por Confúcio na China, é mais conhecido por sua ênfase na ética, na moralidade, nas relações sociais e na governança. Diferentemente de outras tradições filosóficas ou religiosas, como o budismo ou o taoísmo, o confucionismo não coloca a meditação como uma prática central. No entanto, existem certos aspectos da filosofia confucionista que podem ser relacionados à meditação, especialmente no contexto de autorreflexão e cultivo da mente.

Muito embora a meditação formal não seja uma prática central no confucionismo, a autorreflexão constante é um aspecto crucial. Confúcio enfatizava a importância de examinar continuamente os próprios pensamentos, ações e intenções para se tornar uma pessoa moralmente superior (*Junzi*). Essa prática de autorreflexão pode ser vista como uma forma de meditação introspectiva.

O confucionismo foca no cultivo das virtudes, como a benevolência (*ren*), a justiça (*yi*), a propriedade (*li*), e a sabedoria (*zhi*). Esse cultivo requer uma mente clara e focada, o que pode ser alcançado por meio de práticas que se assemelham à meditação, como o estudo diligente, a introspecção e o autoaperfeiçoamento.

Alguns comentaristas confucionistas, especialmente nas tradições neo-confucionistas, exploraram a ideia de "quietude" como um estado de mente necessária para o cultivo da moralidade e da sabedoria. Essa quietude pode ser alcançada por práticas que se assemelham à meditação, onde a mente é mantida em um estado de calma e equilíbrio.

É preciso reconhecer, ainda, que durante o período de desenvolvimento do confucionismo, houve interação com outras tradições filosóficas, como o taoísmo e o budismo. Isso levou alguns confucionistas, especialmente os do período neo-confucionista, a integrar práticas meditativas budistas ou taoistas em sua vida pessoal para alcançar a sabedoria e o autoconhecimento.

Em síntese, no confucionismo como em outras tradições asiáticas, os conceitos de autorreflexão, cultivo da mente e busca pela quietude têm paralelos com práticas meditativas. A ênfase está mais na autorreflexão moral e no cultivo das virtudes, que, de certa forma, pode ser vista como uma forma de meditação moral e ética.

Tradições filosóficas helenísticas

As escolas filosóficas helenísticas, que se desenvolveram após a morte de Alexandre, o Grande (356 a.C a 323 a.C.), incluem o estoicismo, o epicurismo, o ceticismo e o cinismo. Embora o conceito de meditação, tal como é compreendido em tradições orientais, não seja central nas escolas helenísticas, práticas análogas de introspecção, contemplação e treinamento mental desempenharam um papel importante no desenvolvimento da virtude, da sabedoria e da paz interior.

Estoicismo:

Contemplação Diária: Os estóicos praticavam o que poderia ser visto como uma forma de meditação reflexiva, revisando suas ações e pensamentos diariamente. Marco Aurélio, por exemplo, em suas "Meditações", registra suas reflexões sobre a natureza, a virtude e a moralidade, buscando constantemente alinhar sua mente com a razão e a virtude.

Visualização Negativa: por meio da *premeditatio malorum*, ou visualização negativa, os estóicos contemplavam possíveis dificuldades ou adversidades futuras. Esta prática servia para fortalecer a resiliência mental e preparar a mente para enfrentar desafios com equanimidade.

Autocontrole e Foco: O estoicismo enfatizava o autocontrole e a aceitação racional dos eventos fora do controle do indivíduo. Práticas de atenção plena e controle das emoções podem ser vistas como formas rudimentares de meditação, voltadas para a superação das paixões e o cultivo da sabedoria.

Epicurismo:

Atenção ao Prazer: Embora o epicurismo seja frequentemente associado ao prazer, a filosofia epicurista distinguia entre prazeres físicos e mentais, enfatizando os prazeres mentais como superiores. A contemplação tranquila e a ausência de perturbação mental (*ataraxia*) eram objetivos centrais, o que pode ser comparado a um estado meditativo de calma mental e paz interior.

Exame dos Desejos: Os epicuristas praticavam a análise crítica dos desejos para eliminar aqueles que eram desnecessários ou conduziam ao sofrimento. Esse exame introspectivo é semelhante à meditação sobre a natureza do desejo e da satisfação.

Ceticismo:

Suspensão do Julgamento: Os céticos praticavam a *epoché*, ou suspensão do julgamento, evitando conclusões precipitadas e buscando manter uma mente aberta e tranquila. Essa prática de não se apegar a crenças ou opiniões definitivas pode ser vista como uma forma de meditação mental, buscando a equanimidade.

Tranquilidade (*ataraxia*): O objetivo do ceticismo era alcançar a *ataraxia*, ou tranquilidade da mente, evitando a ansiedade causada pela dúvida ou pelo dogmatismo. Essa busca por um estado de calma pode ser comparada ao objetivo de muitas práticas meditativas de estabilização mental.

Cinismo:

Embora os cínicos não desenvolvessem uma prática de meditação formal, sua ênfase em viver uma vida simples e natural, livre de convenções sociais e posses materiais, exigia um alto grau de introspecção e autocontrole, aspectos que podem se relacionar com práticas meditativas de renúncia e desapego.

Se é correto afirmar que a meditação como prática formal não foi um componente explícito das escolas helenísticas, muitas de suas práticas filosóficas envolvem elementos de introspecção, autocontrole, visualização e busca pela tranquilidade mental que são

análogos às práticas meditativas. Essas filosofias promoviam o treinamento da mente para alcançar a paz interior, a sabedoria e a virtude, objetivos que ressoam com os princípios da meditação em várias tradições.

Taoísmo

O taoísmo, uma das principais tradições filosóficas da China fundada por Lao Tsé, o autor do *Tao Te Ching*, tem uma relação profunda e intrínseca com a meditação. A meditação no taoísmo não é apenas uma prática espiritual, mas também uma ferramenta essencial para alcançar a harmonia com o *Tao* (道), o princípio fundamental que permeia e une o universo e que pode ser entendido como o caminho, a ordem natural ou a força que sustenta o universo. Por meio da meditação, o praticante busca a unidade com o *Tao*, dissolvendo o ego e as distrações mundanas para alcançar um estado de equilíbrio e paz interior.

Wu Wei, ou "não-ação", é um conceito central no taoísmo que se refere a agir em conformidade com o fluxo natural do universo, sem esforço ou resistência. A meditação taoísta pode ser vista como uma expressão de *wu wei*, onde o praticante permite que a mente se acalme e se torne receptiva ao fluxo natural do *Tao*. Durante a meditação, o praticante busca alcançar um estado de passividade ativa, onde as ações são realizadas em alinhamento com o curso natural das coisas, sem a interferência da vontade egoísta.

Zuo Wang (坐忘): Literalmente "sentar e esquecer" é uma prática meditativa em que o praticante senta em quietude e "esquece" todas as preocupações, desejos e até a própria identidade. O objetivo é alcançar um estado de vazio mental onde o praticante pode se fundir com o *Tao*.

Nei Dan (内丹): Também conhecido como "Alquimia Interna", envolve práticas meditativas complexas que incluem visualizações, controle da respiração e cultivo da energia vital (*Qi*). Por meio delas, os taoístas acreditam que podem prolongar a vida, alcançar a saúde perfeita e até alcançar a imortalidade espiritual.

Qigong (气功) é uma prática de movimento e respiração que integra elementos de meditação. O foco está no cultivo e circulação do *Qi* (energia vital) pelo corpo, muitas vezes através de práticas meditativas em quietude, para alcançar saúde, longevidade e equilíbrio espiritual.

Como se pode ver, o taoísmo vê o corpo e a mente como interconectados, e a meditação é considerada uma prática importante para manter a saúde física e mental. A prática regular de meditação ajuda a equilibrar o *Qi*, remover bloqueios energéticos e promover o bem-estar geral. Algumas formas de meditação taoísta, como o *Nei Dan*, têm um forte foco na regeneração e purificação do corpo, promovendo a saúde física como um caminho para a saúde espiritual.

No taoísmo valoriza-se profundamente a natureza, e muitas práticas meditativas incluem a contemplação da natureza como um meio de se conectar com o *Tao*. O praticante pode meditar absorvendo a tranquilidade e harmonia da natureza para alinhar-se com o ritmo natural do universo.

Tradição cristã

Na filosofia cristã a meditação tem uma longa história e está profundamente enraizada. Embora o conceito de meditação possa variar entre diferentes denominações e práticas, a ideia central é a contemplação e a oração, buscando uma compreensão profunda com aquilo que é ontologicamente denominado Deus. A meditação cristã se diferencia de outras tradições filosóficas como as orientais, por sua epistemologia estar baseada na reflexão sobre as escrituras, a oração e a presença de Deus.

Podemos citar algumas práticas cristãs relacionadas à ideia de meditação, dentre elas:

Contemplação ou Meditação Cristã: a meditação cristã, muitas vezes referida como "contemplação", é uma prática de oração constante em que o indivíduo busca uma experiência direta e íntima da presença de Deus. Essa forma de oração é frequentemente silenciosa, interior e centrada no amor a Deus. Os místicos cristãos, como Santa Teresa de Ávila, São João da Cruz e Mestre Eckhart, escreveram extensivamente sobre a meditação contemplativa como um meio de alcançar uma união espiritual com Deus.

Lectio Divina: é uma prática tradicional cristã de meditação nas escrituras. Consiste em quatro etapas: leitura (*lectio*), meditação (*meditatio*), oração (*oratio*) e contemplação (*contemplatio*). O objetivo é permitir que a palavra de Deus penetre profundamente no coração e na mente do praticante. Durante a meditação (*meditatio*), o praticante reflete sobre uma passagem bíblica, permitindo que o texto revele seu significado mais profundo, levando a uma experiência mais profunda de Deus.

Oração de Jesus: Também conhecida como "oração do coração", é uma prática meditativa profundamente enraizada na tradição cristã ortodoxa. A oração simples, "*Senhor Jesus Cristo, Filho de Deus, tem piedade de mim, pecador*", é repetida constantemente, de forma semelhante a um *mantra*, como uma forma de centrar a mente e o coração em Cristo. Essa prática tem paralelos com a meditação repetitiva em outras tradições, mas com um foco claro na presença de Jesus e na invocação de sua misericórdia.

Silêncio e Quietude: - O silêncio é uma prática importante na meditação cristã. Os monges cristãos do deserto, conhecidos como padres do deserto, enfatizavam a importância do silêncio (*hesychia*) como um caminho para a pureza do coração e a união com Deus. Em contextos modernos, a Meditação Cristã (popularizada por figuras como John Main e Laurence Freeman) promove a repetição de uma palavra ou frase sagrada (como "*Maranatha*") em silêncio, como uma forma de focar a mente e abrir o coração para a presença de Deus.

Exame de Consciência: Embora mais comumente associado ao sacramento da confissão, o exame de consciência pode ser uma forma de meditação cristã, em que o praticante reflete diariamente sobre suas ações, buscando identificar áreas de pecado e pedir perdão. Essa prática tem uma qualidade meditativa, pois envolve introspecção e diálogo interior com o que se denomina Deus.

Meditação e o Rosário: A recitação do Rosário na tradição católica é uma forma de meditação que combina oração vocal e contemplação dos mistérios da vida de Cristo

e de Maria. Cada mistério meditado durante o Rosário convida o fiel a refletir sobre aspectos fundamentais da tradição cristã.

Diferente de outras tradições em que a meditação pode ser uma prática para alcançar a vacuidade ou a compreensão profunda, no cristianismo, a meditação é focada na relação e no acesso àquilo que se denomina Deus. Está centrada na contemplação de Deus, reflexão de textos chamados *Escrituras* e na oração. As várias tradições cristãs têm abordagens diversas à meditação, mas todas compartilham o objetivo de fortalecer a conexão pessoal com Deus e de aprofundar uma experiência de natureza espiritual.

Tradição budista

A meditação é uma prática central no budismo e desempenha um papel fundamental em todas as suas correntes filosóficas. Ela é vista como um meio para o cultivo de determinadas qualidades intrínsecas à mente e para familiarização com o seu modo de funcionamento. Por meio dela busca-se a compreensão autêntica e direta da natureza da realidade.

Podemos citar vários tipos de meditação de tradição budista, dentre as quais:

Shamata (estabilização mental): é uma prática de meditação que visa acalmar a mente e desenvolver a concentração. O praticante focaliza a mente em um único objeto, como a respiração, uma visualização, ou um som, para estabilizar a mente e alcançar um estado de tranquilidade.

Vipassana (compreensão superior): é a meditação de *insight* que, de maneira analítica busca a compreensão sobre a não-substancialidade (*anatta*) dos fenômenos compostos. Ao observar de maneira direta e atenta a experiência interna, o praticante desenvolve um discernimento profundo para uma autêntica compreensão sobre a natureza da realidade.

Metta Bhavana (Cultivo do Amor-Bondade): Essa prática envolve a meditação no desenvolvimento de aspiração de felicidade e cessação de sofrimento dos outros. Visa o desenvolvimento de uma mente amorosa e compassiva.

As Quatro Absorções (*Jhanas*): No contexto da meditação *shamata*, o praticante pode alcançar estados de absorção meditativa conhecidos como *jhanas*. Estes são estados de concentração intensa em que a mente se torna estável e tranquila, preparando as condições para práticas meditativas mais profundas.

Meditação *Zazen*: - No Zen Budismo, uma das escolas do budismo *mahayana*, a prática de meditação central é o *zazen* (meditação sentada). Esta prática enfatiza a postura correta, a respiração e a mente não discursiva, por meio da qual observa-se o surgimento e o desaparecimento de pensamentos sem se apegar a eles. Não há um objetivo específico que seja diferente de simplesmente sentar-se e estar presente, permitindo que a mente se estabilize naturalmente. Outra prática semelhante é o *shikantaza*, uma forma de meditação no *Soto Zen*, que significa "apenas sentar". Visa um estado de consciência completamente assentado no presente, simplesmente observando a mente sem esforço para controlar ou manipular as experiências mentais.

Tonglen: é uma prática de meditação do budismo tibetano, por meio da qual o praticante visualiza a inalação do sofrimento dos outros e a exalação de compaixão e amor

para eles. Essa prática é usada para desenvolver a *bodhicitta* (mente de iluminação), que é a aspiração compassiva de alcançar o estado de *budha* para o benefício de todos os seres.

Kinhin: além da meditação sentada, o budismo *Zen* também inclui a meditação caminhando, chamada *Kinhin*, durante a qual os praticantes caminham lentamente, com plena atenção a cada passo e respiração, mantendo a mente focada e serena.

Mindfulness (Sati): frequentemente traduzido como "atenção plena" é um aspecto central da meditação budista, especialmente no contexto de *Vipassana*. Essa prática envolve a observação atenta e consciente dos pensamentos, emoções e sensações corporais à medida que surgem e desaparecem, sem julgamento ou apego. Visa o cultivo da consciência contínua e vigilante, levando a uma compreensão direta e transformadora da realidade.

Pode-se afirmar que a meditação é um pilar para a filosofia budista, essencial para o cultivo e familiarização com o funcionamento e natureza da mente, seja por meio do desenvolvimento da compaixão, seja por meio de práticas de atenção e observação analítica. No entanto, seu propósito último é desenvolver sabedoria e alcançar um estado de consciência primordial livre de sofrimento.

Nesse sentido, as várias escolas budistas enfatizam diferentes aspectos epistemológicos da meditação, mas todas compartilham o objetivo ontológico comum de alcançar uma autêntica compreensão do ser, bem como conhecer a verdadeira natureza da realidade a ser revelada por meio da sabedoria. Sobre isso, apresentaremos adiante uma abordagem mais detalhada.

3. Aspectos ontológicos e epistemológicos associados à noção de vazio/vacuidade

Como já vimos, a ontologia do ser trata do que ele é em sua essência, de como a realidade é estruturada e quais são as categorias fundamentais de existência. Já a epistemologia do ser se preocupa sobre como podemos conhecer essa realidade e com os meios pelos quais acessamos o ser, questionando as limitações e capacidades humanas de compreensão.

Por exemplo, a ontologia pode afirmar que uma mesa é um objeto sólido com certas propriedades físicas, enquanto a epistemologia investiga como podemos perceber essa mesa e se nossos sentidos e conceitos nos dão uma imagem verdadeira da sua existência.

Em outras palavras, enquanto a ontologia examina as características do ser em si, a epistemologia investiga como o ser é compreendido, interpretado e conhecido por nós.

Ontologia do ser e do sujeito em Lacan

Apesar de não ser propriamente um filósofo da linguagem, o psiquiatra e psicanalista Jacques Lacan (1901-1981) trouxe uma importante contribuição para o

debate sobre a compreensão do ser e a constituição do sujeito e suas experiências de sofrimento.

Para Lacan, ser e sujeito não são exatamente a mesma coisa, embora eles estejam profundamente relacionados em sua teoria. O conceito de “ser” em Lacan está intrinsecamente ligado ao campo do desejo e da falta, enquanto o “sujeito” é um ponto central em sua teoria psicanalítica, que emerge por meio da linguagem e da estruturação simbólica.

Primeiramente, Lacan correlaciona o ser à falta e ao desejo. Ele fala do ser no contexto da falta de ser (*manque à être*), uma noção central que conecta o ser à ideia de que o sujeito está sempre em busca de algo que nunca poderá alcançar plenamente. O ser, para Lacan, está associado ao que é inacessível ou perdido com a entrada na linguagem, algo que o sujeito sente como uma falta fundamental. O desejo, em Lacan, não é o desejo de um objeto específico, mas o desejo de ser, o desejo de preencher essa falta. Assim, o ser é sempre uma ausência, uma falta, algo que o sujeito está tentando alcançar, mas que permanece inalcançável.

Já o sujeito em Lacan é visto como sendo dividido e fragmentado. Ele não é um ser unitário ou completo, mas está sempre em falta. O sujeito lacaniano emerge no campo do Outro (a estrutura simbólica, o campo da linguagem) e se constitui como uma lacuna, uma falta de ser. Essa falta de ser é o que move o desejo.

Lacan diferencia entre dois tipos de sujeito: (i) o sujeito do enunciado: o sujeito que fala, aquele que está envolvido na produção de enunciados, como uma identidade que se apresenta no discurso e (ii) o sujeito do inconsciente: esse sujeito é um “sujeito do desejo”, que está além do controle consciente e que se manifesta nos deslizamentos, sonhos e formações do inconsciente. O sujeito é, portanto, um processo e um efeito da linguagem, marcado por uma divisão essencial entre o que ele é conscientemente e o que ele é inconscientemente. Ele nunca é completo em si mesmo, pois está sempre faltando algo.

Embora Lacan relacione o ser e o sujeito através da noção de falta e desejo, eles não são equivalentes. O sujeito é o efeito da linguagem e do inconsciente, sempre dividido e fragmentado, enquanto o ser é aquilo que o sujeito busca mas nunca pode possuir totalmente. O sujeito é marcado pela sua relação com o Outro e com a linguagem, e o ser é uma espécie de ponto de tensão ou falta que move o sujeito. O sujeito deseja ser completo, mas essa completude é impossível, pois o ser está sempre ausente ou velado. Assim, o ser está mais relacionado com a falta que o sujeito sente e que dá origem ao seu desejo.

Portanto, para Lacan, o ser e o sujeito estão intimamente conectados, mas não são a mesma coisa. O sujeito é um efeito da estrutura simbólica e do inconsciente, enquanto o ser é algo que está em falta, sendo aquilo que o sujeito deseja, mas nunca pode alcançar. **Em síntese, o ser, em Lacan, é uma ausência fundamental, um certo vazio provido de uma certa dinâmica, que move o desejo do sujeito.**

O sujeito lacaniano e a perspectiva do vazio

Dando um passo adiante, a teoria de Lacan sobre a constituição do sujeito envolve conceitos complexos relacionados ao vazio e à vacuidade, sendo fortemente influenciada

pela psicanálise de Freud, mas também com ecos de ideias filosóficas, como as noções de vazio em certas tradições orientais, embora Lacan nunca as associe diretamente ao taoísmo ou ao budismo.

Como vimos, ele descreve o sujeito não como um ser pleno ou auto-suficiente, mas fundamentalmente marcado pela falta. Ele não nasce como um ser completo e autônomo; ao contrário, sua subjetividade se constitui por meio do encontro com o Outro (o grande Outro, que representa a linguagem, a cultura e as leis sociais). Na perspectiva lacaniana, o sujeito é um produto da linguagem, sendo inserido na ordem simbólica (o mundo dos significantes, das regras e das leis) desde o nascimento.

Ao entrar nesse mundo de significantes, o sujeito é constantemente confrontado com sua própria falta-a-ser, pois nunca há um significante que possa expressar plenamente sua essência. A ideia de falta é central para Lacan. O sujeito é constituído a partir de uma falta primordial, e o desejo é, em última instância, um desejo de preencher essa falta. No entanto, o desejo nunca pode ser plenamente satisfeito porque o objeto do desejo é sempre perdido ou irrealizável, o que Lacan chama de *objet petit a*.

Esse vazio no coração da subjetividade lembra certas noções de vacuidade (*śūnyatā*) encontradas no budismo, no qual a identidade ou o “eu” é visto como algo vazio de existência inerente.

Embora Lacan não use esse termo, ele também descreve o sujeito como uma estrutura que gira em torno de uma ausência ou de um vazio central, que o sujeito tenta, sem sucesso, preencher através de seus desejos e fantasias. Trata-se de uma dinâmica marcada por uma experiência de insatisfatoriedade, tornando o sujeito o sintoma incurável em si.

Lacan descreve o processo pelo qual o sujeito se constitui como um “eu” durante o estágio do espelho. Neste momento, a criança se reconhece pela primeira vez em sua imagem refletida no espelho e acredita estar diante de um “eu” unificado e coeso. No entanto, essa imagem é uma ilusão, pois o sujeito nunca é plenamente uno; ele é fragmentado e alienado em relação a essa imagem ideal. Essa alienação revela um vazio interno, pois o sujeito nunca consegue alcançar ou ser o ideal que ele projeta. Assim, a constituição do sujeito é sempre marcada por uma fenda, uma divisão entre o “eu” que ele pensa ser e o “eu” que ele realmente é. O sujeito está, portanto, constantemente em busca de algo que o complete, mas esse algo está sempre fora de alcance, gerando o desejo insaciável.

Para Lacan, o Real é o registro que escapa à simbolização, o que não pode ser capturado pela linguagem ou pelo imaginário. O Real é o vazio ou o trauma que reside fora do mundo simbólico e que ameaça a coerência do sujeito. Este conceito de Real se aproxima de uma ideia de um vazio radical, algo que está além da experiência consciente e não pode ser compreendido ou articulado. O vazio lacaniano se expressa, então, na impossibilidade de totalização da experiência do sujeito. O sujeito é sempre barrado por um limite intransponível: a linguagem não pode exaurir o Real, deixando um resto, uma falta que o define.

Apesar de Lacan não trazer nenhuma relação direta entre seu conceito de sujeito e a perspectiva budista, há uma afinidade entre sua noção de um sujeito constituído em torno de uma falta e a ideia budista de *anatta* (não-eu). Ambas as concepções rejeitam a

ideia de um “eu” essencial e imutável, afirmando que a identidade é formada em torno de uma vacuidade fundamental. No entanto, enquanto no budismo a realização da natureza desta vacuidade é vista como uma via para a autêntica compreensão da realidade e superação do sofrimento, em Lacan o vazio é fonte de angústia e desejo. O sujeito lacaniano vive em perpétua insatisfação, movido pelo desejo de preencher essa falta, mas sempre condenado ao fracasso.

Para Lacan, o sujeito é constituído a partir do vazio, da falta que surge no processo de entrada no simbólico e no encontro com o Outro. O sujeito é marcado por uma busca incessante de preencher essa ausência, uma busca que nunca é plenamente satisfeita. Esse vazio, ou vacuidade, é tanto uma condição necessária da subjetividade quanto a origem de seu desejo e de sua alienação.

Podemos dizer que a filosofia lacaniana, com sua ênfase na falta e no vazio, associado a uma dinâmica desejante própria e constitutiva oferece uma perspectiva única sobre a constituição do sujeito, que ressoa, de maneira indireta, com tradições orientais que exploram a vacuidade como aspecto fundamental da realidade, ainda que dotada de uma natureza dinâmica.

Taoismo, Confucionismo, Psicanálise e o “vazio mediano”

Conforme detalharemos mais adiante, o budismo descreve a realidade convencional (marcada pela dualidade sujeito-objeto) e seus fenômenos compostos interdependentes como vazios de uma existência inerente. No entanto, esta noção de vacuidade não deve ser confundida com uma perspectiva niilista, pois reflete em si uma qualidade de manifestação dinâmica que, não reconhecida em seu sentido último, produz uma experiência delusória da realidade, causa original das experiências de sofrimento¹.

¹No famoso diálogo entre Shariputra e Avalokiteshvara na presença de Sidarta Gautama (Buda Shakyamuni) sobre como praticar o sabedoria discriminativa ou conhecimento superior (*sharab*), conhecido como Sutra do Coração da Sabedoria (prajnaparamita), Avalokiteshvara explica que todo aquele que quiser se engajar na prática da sabedoria: “deve ver que a natureza dos cinco agregados é vazia e totalmente pura. A forma é o vazio. O vazio é a forma. A forma não é nada além que o vazio. O vazio não é nada além que a forma. Da mesma maneira que as sensações, as percepções, as formações mentais e a consciências são vazias”. E continua: “Assim, Shariputra, todos os fenômenos são vacuidade. Eles não têm nem características. Nem origem nem fim. Eles não são nem impuros, nem livres de toda impureza. Nem aumentam nem diminuem. Eis então porque no seio da vacuidade não há forma, sensação, percepção, formação mental, nem consciência. Não há nem olho, nem ouvido, nem nariz, nem língua, nem corpo, nem mente. Não há nem forma, nem som, nem odor, nem sabor, nem contato, nem fenômeno mental. Não há qualidades inerentes à visão, a audição, ao paladar, ao tato, ao mental e à consciência mental. Não há nem ignorância, nem envelhecimento, nem morte, nem sua respectiva cessação. Da mesma maneira, não há nem sofrimento, nem origem do sofrimento, nem extinção do sofrimento, nem caminho. Não há nem sabedoria, nem realização, nem não realização. Assim Shariputra, uma vez que para os boddhisatvas não tem nenhum dano, eles apoiam-se sobre o conhecimento superior e ali permanecem. Sua mente desprovida de todo véu, são destemidos, transcendem toda visão errônea e passaram definitivamente para além do sofrimento. Apoiando-se sobre o conhecimento superior que todos os budas do passado, do presente e do futuro atingem a budeidade absoluta, o perfeito e insuperável despertar”. Depois de dizer isso, é dito que Sidarta saiu de seu estado meditativo (*Samadhi*)

No entanto, a relação entre Lao Tsé, Mêncio, Confúcio, Lacan e o conceito de “vazio mediano” pode ser explorada através da interseção entre filosofia chinesa e psicanálise, especialmente em torno da ideia de vazio e seu papel na construção do ser, da sociedade e da linguagem.

Lao Tsé, o autor do *Tao Te Ching* e figura central no taoísmo, valoriza o conceito de vazio como um estado essencial. Para Lao Tsé, o vazio é o potencial criativo, que permite a transformação e a harmonia com o *Tao* (a fonte, o princípio de todas as coisas, e ao mesmo tempo, aquilo que é indizível). O vazio não é ausência, mas um espaço fértil, como o centro de uma roda ou uma tigela vazia, que permite a utilidade e a ação. O vazio é o que dá sentido ao cheio e à existência.

Confúcio, por sua vez, embora não se centre no conceito de vazio como Lao Tsé, também explora a harmonia e a ordem social, mas através da ética e das relações humanas. Confúcio vê o indivíduo como parte de um sistema maior, onde o auto cultivo e as relações interpessoais (baseadas em princípios como o *Ren*, a benevolência) são fundamentais para o bem-estar social. Para Confúcio, o vazio poderia ser visto na lacuna a ser preenchida pela virtude e pelo dever social.

Mêncio, um dos principais discípulos de Confúcio, complementa esse pensamento, argumentando que a natureza humana é intrinsecamente boa. Ele acredita que o vazio poderia ser relacionado à necessidade de auto aperfeiçoamento e o potencial humano para se desenvolver de forma virtuosa.

Como vimos na perspectiva da psicanálise lacaniana, o conceito de vazio está profundamente associado à falta (*manque*). Lacan descreve o vazio no sujeito como inerente à estrutura do desejo humano. O sujeito é sempre incompleto, em busca de algo que nunca pode ser totalmente obtido, pois esse vazio está vinculado ao desejo de completude que surge a partir da relação com o outro e com a linguagem. Para Lacan, o simbólico (a ordem da linguagem e das leis) e o Real (o que está fora da linguagem) estruturam esse vazio, que o sujeito tenta preencher, mas que nunca pode ser plenamente satisfeito.

O conceito de “vazio mediano” é menos conhecido em fontes filosóficas ou psicanalíticas tradicionais, mas pode ser interpretado como um estado intermediário, entre o cheio e o vazio absoluto. Ele pode estar relacionado com o equilíbrio entre a plenitude e o vazio, tal como se busca no taoísmo, ou com a mediação entre a ordem simbólica e o desejo inconsciente na psicanálise. Em certo sentido, o vazio mediano poderia representar o espaço onde a potencialidade está presente, um lugar onde a transformação pode ocorrer, seja no nível pessoal (Lao Tsé), ético (Confúcio e Mêncio), ou psicanalítico (Lacan)².

e felicitou Avalokiteshvara dizendo: “Excelente! Excelente! Nobre Filho! É isso! É isso!”. O profundo conhecimento superior deve ser praticado como acabastes de dizer”. Vários termos e conceitos trazidos neste diálogo serão detalhados no tópico 4 deste trabalho.

² Como se refere Christian Dunker: “Essa maneira ativa e irônica de ‘não agir’ (*wu wei*), como a água na corredeira, entende que antes da união de ‘yin’ e ‘yang’ existe o sopro do vazio mediano, que cria todas as coisas. Aliás, seria um preconceito ocidental, obcecado pelo dualismo, interpretar que ambos fazem Um, como o andrógino que acasala o homem e a mulher. Todos os caminhos e todos os discursos são apenas semblantes, que ligam o imaginário ao simbólico. Para Confúcio e para Mêncio, o terceiro termo que os

Em suma, embora Lao Tsé, Mêncio, Confúcio e Lacan operem em campos diferentes, todos eles exploram, de formas distintas, o conceito de vazio como uma condição essencial para a transformação, seja no nível do ser, da sociedade ou do inconsciente. O “vazio mediano” pode ser interpretado como um ponto de convergência entre esses pensamentos, em que o vazio não é ausência absoluta, mas sim um espaço fértil de potencial transformação e movimento contínuo.

***Noumenon* kantiano e o conceito de sabedoria primordial (*yeshe*) no Budismo Tibetano**

A partir de todas essas reflexões feitas até agora sobre o aspecto vacuidade constitutivo do ser, provida de uma certa dinâmica desejante que estrutura o sujeito, as duas perguntas fundamentais que se colocam são: é possível saber em si o que é o “ser” e a realidade? (questão ontológica) e como fazer isso? (questão epistemológica)

Como vimos anteriormente, no sistema filosófico de Immanuel Kant, o *noumenon* se refere à três aspectos fundamentais: Deus, *self* e essências ou “coisa em si” (*Ding an sich*), ou seja, à realidade como ela é em si mesma, independentemente de como a percebemos ou concebemos. O *noumenon* é contrastado com o fenômeno, que é a realidade tal como aparece para nós através dos nossos sentidos e da nossa capacidade cognitiva. Para Kant, os seres humanos são limitados a conhecer apenas os fenômenos, porque a nossa cognição depende das formas da sensibilidade (espaço e tempo) e das categorias do entendimento.

Na perspectiva kantiana o *noumenon*, portanto, é inacessível à experiência humana direta e ao conhecimento empírico. No entanto, ele é importante como um conceito-limite: ele nos lembra de que existe algo além da nossa experiência sensorial, algo que está fora do alcance da cognição humana.

Entretanto, o sistema filosófico budista traz a possibilidade de saber o ser e a realidade diretamente, por meio de um caminho que pressupõe uma certa postura diante da vida e dos fenômenos (*ethos*) e um sistema de práticas que trazem a meditação como um elemento central, que permitem desabrochar o que se denomina sabedoria ou consciência primordial (*yeshe*).

Yeshe é a sabedoria/consciência primordial no budismo Vajrayana, reveladora da verdadeira natureza da realidade, essencialmente marcada pela (i) vacuidade (*shunyata*), entretanto, provida de uma (ii) dinâmica, ou capacidade de manifestação. Essa sabedoria vai além do pensamento conceitual e da percepção sensorial. Não é um conhecimento adquirido por meio de raciocínios lógicos, mas uma compreensão experiencial, direta e não dualista da natureza da realidade, acessível apenas por meio de uma mente plenamente lúcida, livre de ilusões e apegos à noção de “eu”.

A relação entre os conceitos *yeshe*, do budismo tibetano e o *noumenon* kantiano, pode ser explorada através da ideia de transcendência, pois ambos tratam de dimensões

os caminhos é o homem ('ren'), para o teísmo é o sopro do vazio mediano”, Dunker Christian, Um país habitado em nós, in Andrade, Cleyton Lacan Chinês. Belo Horizonte: Autêntica Ed., 2023., p. 222-223.

da realidade que ultrapassam o conhecimento comum e a percepção empírica. Inicialmente ambos são conceitos de natureza ontológica.

Em ambos os casos, há um reconhecimento de que a realidade última não é capturável por conceitos ou percepções ordinárias. Para o budismo, a vacuidade (*shunyata*) revela que todos os fenômenos compostos são interdependentes e vazios de uma essência própria, ou de uma existência inerente. Isso ressoa, de certa forma, com o *noumenon* kantiano, que se refere à “coisa em si” como algo que não pode ser objetivado ou conhecido pela nossa mente, mas que existe para além de suas aparências.

O budismo propõe que a mente discursiva, com sua tendência de criar dualidades e apegar-se ao ego e às percepções errôneas, também é incapaz de perceber a realidade como ela é. Apenas por meio da sabedoria primordial (*yeshe*) é possível ver além das ilusões do mundo fenomênico.

Isso traz a subsequente questão epistemológica fundamental: Como acessar esse conhecimento/sabedoria? Por meio de práticas contemplativas, em especial a meditação, capaz de dissolver as ilusões do ego e da dualidade, como se verá a seguir.

Se para Kant, o *noumenon* é inalcançável pela mente humana — é uma realidade que podemos apenas inferir indiretamente como um limite do nosso conhecimento - , no budismo, *yeshe* não é apenas uma intuição da limitação do conhecimento, mas uma sabedoria capaz de revelar a realidade tal como ela é (afirmação ontológica), que pode ser realizada diretamente por meio de práticas contemplativas, notadamente a meditação (afirmação epistemológica).

4. A prática da sabedoria na filosofia budista, por meio da meditação

Como apresentado anteriormente, Sidarta Gautama, príncipe indiano do séc. V a.C cujos ensinamentos e instruções deram início ao que hoje chamamos de filosofia budista, compartilhou ao longo de 45 anos sua sabedoria a respeito da natureza do ser, da realidade e principalmente, métodos e formas pelas quais podemos superar as adversidades que marcam nossas experiências ao longo da vida.

No contexto de tais aspectos filosóficos, sejam de natureza ontológica ou epistemológica, presentes nas instruções trazidas por Sidarta, o elemento central da meditação e as condições favoráveis diretamente relacionadas à sua correta aplicação, possuem um caráter notadamente pragmático. Desde o início, a meditação esteve associada às experiências de sofrimento que acompanham nossa maneira de viver, servindo como principal recurso capaz de proporcionar a sua superação.

Para Sidarta, a compreensão superior da causa do sofrimento, não apenas intelectual, mas fruto da experiência vivida, é a chave para sua cessação. Na sua visão, a incapacidade de compreender a realidade em si é a sua causa. A compreensão superior (também chamada de sabedoria) é o seu antídoto.

No entanto, essa sabedoria não é de natureza intelectual ou especulativa, mas fundamentalmente experiencial. Sidarta ensinou a partir de seu estado de consciência

autêntico. Essa condição decorreu de um caminho que inclui um *ethos* (conjunto de valores que moldam uma certa forma de estar no mundo), e uma série de práticas e posturas contemplativas, notadamente a meditação, que permitem revelar uma sabedoria primordial conhecedora da realidade tal como ela é.

A perspectiva budista para “mente”

Do ponto de vista budista, o sofrimento é uma experiência de maior ou menor desconforto que se manifesta no âmbito da consciência ou mente (*sem*).

É claro que sua causa pode ser algo bastante tangível, como uma dor de dente, na perna ou na cabeça. Por vezes são experiências bastante concretas e que podem ser localizadas no nosso próprio corpo. Mas daí decorre a pergunta: Quem sente essa dor? O dente? A perna? A cabeça? Poder-se-ia responder que seria o cérebro. Mas o que é o cérebro senão um conjunto de estruturas nervosas bastante complexas, composto por bilhões de células (neurônios) interligadas por um número incrível de sinapses que transmitem sinais químicos ou elétricos para partes distintas do corpo?

Pode-se citar outras formas de sofrimento, como a perda de uma pessoa querida ou a frustração de uma expectativa. Novamente nesses casos estamos diante de situações bastante circunscritas e não abstratas. Pode parecer que a dor sentida se dá no coração, mas o coração, em si, é um órgão responsável dentre outras coisas, pela circulação sanguínea no nosso corpo. É possível ainda que seja refletida como sensações em outras partes do corpo.

Além disso, quando falamos em sofrimento emocional, estamos tratando da maneira pela qual escolhemos consciente ou inconscientemente responder a uma situação adversa, invariavelmente relacionada a estruturas emocionais.

Se em relação à dor por vezes a única solução para o seu enfrentamento seja o reconhecimento do caráter transitório e impermanente dos fenômenos compostos, em última instância equacionado pela finitude da existência, com relação ao sofrimento emocional existem formas de lidar com suas experiências e que impactam diretamente no funcionamento do nosso sistema nervoso autônomo.

O exercício meditativo visa a familiarização com o funcionamento da mente, proporcionando o desenvolvimento de habilidades de auto regulação capazes de lidar com as experiências de sofrimento da realidade, assim como o reconhecimento de sua verdadeira natureza.

A filosofia budista, construída a partir de uma perspectiva experiencial resultante da prática meditativa, apresenta diversas correntes e perspectivas que apontam a natureza da mente (*sem nyd*) e suas respectivas qualidades ou atributos. A partir dela, é dito que a essência da mente é vacuidade, no sentido de insubstancialidade. Além disso, a mente possui uma característica dinâmica, ou seja, uma capacidade de manifestação, por meio da qual podemos conhecer a realidade a partir de nossas faculdades sensoriais. E por último, o seu modo de funcionamento é dotado de uma capacidade de conhecer/lucidez sem obstrução (*rigpa*).

Na perspectiva budista, nossa experiência nessa vida é fundamentalmente associada às condições mais ou menos saudáveis, em termos de lucidez do estado de

nossa mente. Nesse sentido, para se alcançar um estado de consciência plenamente lúcido e livre de qualquer sofrimento (“*budha*”), capaz de reconhecer a verdadeira natureza da mente e os fenômenos nela manifestados e por ela apreendidos, é preciso conhecer um pouco melhor o seu funcionamento.

Em primeiro lugar, dizer que a mente não tem substancialidade não é o mesmo que dizer que a mente não existe. Ora, o mesmo vale para os pensamentos: não se pode ver ou tocá-los, no entanto, isso não significa que eles não existam.

Essa filosofia descreve a mente que se apresenta no seu estado puro e natural, como sendo “*tathagatagarbha*”, que por vezes é traduzido como “potencial da consciência primordial”. Trata-se da natureza da mente (estado de consciência plenamente lúcido). De maneira geral, todavia, a mente ordinária encontra-se obstruída por quatro véus³ e, ainda que não perca as suas características essenciais, ela dará lugar à co-emergência de sete outras consciências⁴ que funcionam de modo dualista.

Associado a estas formas de consciências estão os cinco agregados ou *skandhas*: formas, sensações, percepções, formações mentais e consciências ou, conforme ensina Vasubandhu, expoente da escola filosófica budista *Cittamatra* ou *Yogacara*, os cinco fatores universais mentais: contato sensorial, atenção, sensação, percepção e volição. São esses agregados que nos permitem descrever uma experiência (sensorial). Um exemplo de prática do budismo originário consiste em reconhecer os cinco agregados e perceber que nenhum deles consiste em *eu, si* ou *meu*.

Em verdade, essas consciências não são experimentadas de forma autônoma pelos órgãos dos sentidos. Elas nada mais são do que experiências manifestas na própria mente. Quem enxerga é o olho? É ele que possui a experiência de uma consciência visual? É o ouvido que tem uma consciência auditiva? Onde está a consciência do sabor, do cheiro e do toque? E os pensamentos? Quem dispõe dessa consciência? Os neurônios? As sinapses?

Em geral, a interação entre esses objetos e os respectivos órgãos sensoriais capazes de percebê-los, produz as referidas formas de consciência que se manifestam na mente, a saber (18 *dhatu*s em azul, abaixo):

Orgão sensorial	em contato com	produz consciência
1. Olho	objeto visual	consciência visual
2. Nariz	odor	consciência olfativa
3. Língua	objeto gustativo	consciência gustativa
4. Corpo	objeto físico	consciência tátil
5. Ouvido	objeto sonoro	consciência auditiva
6. Cérebro	pensamentos	consciência mental
7. Cérebro	objetos em geral	consc. individualizada

³ Os 4 véus são: o véu da ignorância, da dualidade, das emoções conflituosas e da ação (*karma*).

⁴ Ou, na definição trazida por Vasubandhu: 6 “imagens” de objetos sensoriais + manas – 7ª. consciência (a partir da 8ª. consciência: *alaya*)

Com relação especificamente aos pensamentos ou objetos mentais é inegável reconhecer sua relação direta com o cérebro, produzindo-se dessa associação uma consciência mental. Como se sabe por meio da ciência moderna, o cérebro é responsável por diferentes funções que vão desde processos biológicos involuntários, passando por construção de memória e ações no campo do instinto ou da afetividade, até o processamento de informações, como é no caso da cognição e do raciocínio, imaginação e linguagem.

Nesse sentido, não se pode deixar de considerar que, além de sua importância para o desenvolvimento de uma consciência mental, o cérebro também participa da produção das outras formas de consciência associadas aos demais órgãos do corpo referidos acima, associados às cinco faculdades sensoriais, produzindo reflexos fisiológicos no sujeito.

Particularmente quanto ao cérebro límbico (composto pelo hipocampo e pelo hipotálamo) - responsável pela memória e pelas emoções-, pode-se especular que essas funções estariam relacionadas à ideia de consciência individualizada (*manas*), que interpreta a percepção a partir de uma perspectiva dualista (sujeito e objeto), diretamente associada às emoções conflituosas como desejo, ciúme, raiva, inveja. Tudo isso proporcionando uma experiência de realidade de natureza subjetiva, que estaria diretamente relacionada a uma ideia de “eu”⁵.

Ainda sobre essas formas de consciências, é dito que sua ocorrência se dá com ou sem a interação do corpo com objetos externos. Isso seria possível de ser comprovado na experiência onírica. Mesmo dormindo temos a experiência de ouvir, sentir, ver, etc. Sob a perspectiva budista, isso se deve ao aspecto dinâmico da mente e o seu potencial ilimitado de manifestação.

O ponto central sobre esse tema é que, na perspectiva budista, as diferentes formas de consciências nada mais são do que manifestações da mente, decorrentes ou não do contato com objetos exteriores, cujo funcionamento encontra-se obscurecido pelo não reconhecimento da sua própria natureza/essência. Dessa maneira, o funcionamento da mente se dá por meio de uma apreensão dualista da realidade e seus fenômenos (sujeito-objeto), definida em sânscrito como sendo “*viñana*” e em tibetano “*namshe*”).

Com efeito, o fundamento da mente em si, base de todas as outras formas de consciência (“*kunshi*” em tibetano), é em essência o potencial do despertar (chamado “*tathagathagarbha*” em sânscrito e “*dechín-chepei-ningpo* em tibetano”, ou ainda a “natureza de Budha”), que uma vez reconhecido por meio da prática do conhecimento superior (“*prajna*” em sânscrito ou “*sherab*” em tibetano) manifesta-se como consciência primordial (“*jnana*” em sânscrito e “*yeshe*” em tibetano). Esse é o estado de consciência plenamente lúcido, ao qual se refere o termo “*budha*”.

Epistemologia da mente no budismo

É importante fazermos uma distinção sutil sobre os conceitos referidos acima: *sherab* (ou *prajna*) normalmente traduzido como conhecimento superior ou sabedoria

⁵ É possível também se especular sua relação com o conceito de inconsciente da psicanálise.

discriminativa, *rigpa* frequentemente traduzido como “consciência pura” e *yeshe* aqui é traduzido como “sabedoria primordial” ou “consciência primordial”.

O primeiro deles (*sherab*) é a sabedoria que surge quando a mente começa a discernir e compreender a realidade de maneira profunda, o que pode levar à realização de *rigpa*, a consciência pura.

O segundo (*rigpa*) se refere ao estado de conhecimento direto e não-dual da autêntica natureza da mente. É a experiência direta e imediata da realidade tal como ela é, sem a interferência de construções mentais.

Quando alguém está em contato com *rigpa*, está diretamente experienciando a natureza da mente sem distorções mas, para chegar a esse estado, *sherab* é fundamental, pois ajuda a cortar as ilusões e os mal-entendidos que obscurecem *rigpa*.

O terceiro (*yeshe*) se refere à sabedoria inata e ilimitada que transcende o pensamento dualista. É a natureza pura da mente, livre de qualquer obscuridade ou condicionamento.

Em resumo, *sherab* é a sabedoria que limpa os obstáculos conceituais, permitindo a realização direta de *rigpa*, que é a própria lucidez da mente. Ademais, enquanto *rigpa* e *yeshe* se referem à sabedoria ou consciência primordial e à natureza verdadeira da mente, *rigpa* é a experiência direta dessa consciência no momento presente, ao passo que *yeshe* está mais relacionado à consciência primordial em si.

Os quatro obscurecimentos

A filosofia budista afirma que todos os seres sencientes possuem o potencial para o estado de lucidez autêntico, uma vez que sua base mental é consciência primordial, livre de sofrimento. Entretanto, pelo fato de não reconhecermos isso, temos uma experiência ordinária da realidade, acreditando num modo de ser limitado. Essa condição recebe o nome de *marigpa* ou ignorância e é o primeiro véu ou obscurecimento que recobre a mente. É ele que dá origem à experiência de sofrimento.

Nesse contexto budista, entende-se que o domínio dos fenômenos (*dhamadhatu*) associado a uma mente racional que não reconhece a sua própria natureza (*namshe*), por força de *marigpa*, é a manifestação do samsara. Por outro lado, o domínio dos fenômenos (*dharmadhatu*) associado a uma mente que, por força de *sherab*, reconhece a sua própria natureza/essência e a natureza inata de todos os fenômenos (*dharmata*) como consciência primordial (*yeshe*) é a manifestação do dharmakaya.

A decorrência imediata de *marigpa* é a dualidade. Apreendemos a realidade a partir de uma perspectiva dual (sujeito e objeto). Como exemplifica Kyabje Kalu Rinpoche: “Esse fenômeno pode ser compreendido mais facilmente se nos referirmos ao sonho. Não percebendo a verdadeira natureza do mundo onírico, nós o cindimos em dois: um sujeito ao qual nós nos assimilamos e os objetos que constituem um universo exterior. De fato, os dois são apenas a mente. Toda a nossa experiência funciona deste mesmo modo. Dividindo a mente única em dois, vivemos no universo da dualidade sujeito-objeto, marcado pelo sofrimento. Esse é o segundo véu da dualidade”.

A partir da perspectiva de dualidade (sujeito-objeto) se manifestam as experiências de medos e expectativas. E assim se sucedem as emoções conflituosas de

desejo, apego, inveja, raiva, ciúme, orgulho, e com elas as experiências de alegria, felicidade, mas também de dor e sofrimento. Esse é o terceiro véu que encobre o reconhecimento da natureza da mente.

E finalmente, a partir de tais emoções conflituosas praticamos ações positivas e negativas (“*dre*” – o quarto véu) que, sob a perspectiva da causalidade, ensejam resultados positivos e negativos, esses últimos implicando em sofrimento direto para o seu autor.

A dinâmica do ser e da realidade em si

Apresentamos anteriormente que o conceito de “vazio mediano” pode ser explorado através da interseção entre filosofia chinesa e psicanálise, especialmente em torno da ideia de vazio e seu papel na construção do ser. No budismo, a vacuidade é o primeiro aspecto a descrever a natureza da mente. No entanto, todas essas correntes de pensamento escapam de uma perspectiva niilista ao reconhecer o atributo dinâmico e de manifestação que compõe o ser e a realidade.

Nesse sentido, é importante trazer uma reflexão sobre a natureza do aspecto dinâmico da mente e mais precisamente o “combustível” por meio do qual suas diferentes formas de manifestações se movem em direção a algo.

Para tanto, inicialmente trouxemos o conceito de essência do mundo (*wille*) contido no pensamento filosófico de Schopenhauer, por nós traduzido como sendo “vontade” — uma força irracional e cega que permeia toda a existência. Na sua visão, a vontade é a causa de todo sofrimento por estar invariavelmente acompanhada pela insatisfação e incompletude, que de certa forma se assemelha à noção de *tanha* (desejo) no budismo, tido como a causa de sofrimento.

Adiante, vimos que para Lacan o conceito de vazio está profundamente associado à falta (*manque*). Ele descreve o vazio no sujeito como inerente à estrutura do desejo humano. O sujeito é sempre incompleto, em busca de algo que nunca pode ser totalmente obtido, pois esse vazio está vinculado ao desejo de completude que surge a partir da relação com o outro e com a linguagem. E fundamentalmente, o que o coloca em movimento, é essa busca por ser. O sujeito deseja ser completo, mas essa completude é impossível, pois o ser está sempre ausente ou velado. Dessa forma, o ser estaria mais relacionado com a falta que o sujeito sente e que dá origem ao seu desejo.

Também foi apresentado que o taoísmo descreve o vazio como um potencial criativo que permite a transformação e a harmonia com o *Tao*, o princípio fundamental que permeia e une o universo e que pode ser entendido como o caminho, a ordem natural ou a força que sustenta o universo. Por meio da meditação, dentre as quais citamos *wu wei* ou *zuo wang*, o praticante busca a unidade com o *Tao*, dissolvendo o ego e as distrações mundanas para alcançar um estado de equilíbrio e paz interior, absorvendo a tranquilidade e harmonia da natureza para alinhar-se com o que é chamado ritmo natural do universo.

Para Confúcio, o vazio poderia ser visto na lacuna a ser preenchida pela virtude e pelo dever social. Mêncio complementa esse pensamento, argumentando que a natureza humana é intrinsecamente boa. Ele acredita que o vazio poderia ser relacionado à

necessidade de auto aperfeiçoamento e o potencial humano para se desenvolver de forma virtuosa.

Na perspectiva da filosofia budista mahayana, o amor-bondade e compaixão (*djang wa* e *ningdje*) que refletem a aspiração pela felicidade (aqui compreendida como bem-estar e paz interior, de certa forma semelhante ao conceito aristotélico de *eudaimonia*) e cessação do sofrimento do outro, são um modo ativo de ser que contribui para o gradativo descondicionamento a uma apreensão egocêntrica da realidade, criando as condições favoráveis para sua autêntica compreensão.

Mas acima de tudo, consubstanciam uma atitude que coloca o praticante em harmonia com a dinâmica natural dos fenômenos compostos, que num contexto de interdependência se comportam de forma impermanente, numa realidade em constante movimento regida por uma lógica de equilíbrio homeostático. Nesse sentido, trata-se de um “combustível natural” que promove a dinâmica última do ser ou da mente.

Podemos citar Bokar Rinpoche, que coloca a compaixão como sendo uma outra maneira de expressão do aspecto dinâmico da mente. Dilgo Khientse se refere à compaixão, num sentido absoluto, como sendo o estado desperto da natureza da mente. Portanto, a dinâmica da mente e a compaixão são o aspecto manifesto da natureza última da mente.

É dito que quando se alcança a compreensão superior por meio da prática meditativa, a dimensão amorosa e compassiva se torna ilimitada, não apenas para os seres próximos, mas para todos os seres.

Em outras palavras, a dimensão confusa da experiência de satisfação para os seres em geral é marcada por uma lógica de sobrevivência e auto-preservação e, particularmente para os humanos e sua experiência complexa e dualista de realidade, a felicidade está atrelada à satisfação do próprio desejo. No entanto, a dimensão pura da experiência da felicidade é a satisfação do bem-estar indistinto. A primeira é marcada pela ignorância sobre a real natureza da mente, a partir de uma perspectiva dualista (sujeito-objeto). A segunda é marcada pela compreensão superior da natureza da mente.

No entanto, até que se conheça verdadeiramente essa afirmação, não no domínio do intelecto, mas no domínio da experiência vivida, é necessário se exercitar na prática do amor-bondade e compaixão numa perspectiva ainda dual (*bodhicitta relativa*), em relação aos seres em geral.

Paralelamente, é importante se exercitar num percurso de práticas meditativas que permitirão verdadeiramente reconhecer (por meio da experiência) a natureza da mente e, como efeito, a atitude de amor-bondade e compaixão dual se tornará uma autêntica aspiração incondicional, além da dualidade, para que todos os seres possam alcançar um estado de consciência pleno, para além de todo e qualquer experiência de sofrimento. Isso é chamado *bodhicitta* última. Esse percurso se inicia com a contemplação analítica composta pela escuta, reflexão e prática, acompanhado de práticas de meditação de (i) estabilização mental (*shamatha* ou *shine*) e, em seguida (ii) de compreensão superior (*vipassana* ou *hlatong*) que permitem o reconhecimento da natureza da mente e o desabrochar da sabedoria ou consciência primordial.

Hábitos favoráveis para a prática meditativa

Pois bem, é preciso crer em tudo nisso? Não, o correto é verificar por si mesmo se essa explicação faz sentido. Esse é um dos principais ensinamentos de Sidarta Gautama (*Budha Shakyamuni*), contido no Kalama Sutra⁶. E é para essa finalidade que se aplica a meditação de estabilização mental (*shamata*) e posteriormente meditação para compreensão superior (*vipassana* ou *hlatong*) que ensejam a sabedoria.

Para que se possa observar e reconhecer a verdadeira natureza da mente é preciso que ela esteja estável e, assim, sua natureza e sua essência se revelem.

A estabilidade suficiente que permite o reconhecimento da natureza/essência da mente requer condições favoráveis para a meditação. E essa observação pressupõe uma regra geral de compreensão empírica para todos nós: a lei da causalidade.

Para que um determinado resultado aconteça é preciso que as condições necessárias estejam presentes. E mais do que isso, é preciso uma ação direta sobre essas condições. Se quisermos acalmar a mente, como ensina a tradição budista, deve-se aplicar as técnicas específicas para tanto.

Para criar condições favoráveis para a prática da meditação é conveniente adotar uma conduta pessoal que favoreça o equilíbrio do corpo e da mente, bem como do ambiente em que vivemos. Nesta perspectiva budista, não há necessariamente um argumento de natureza propriamente moral. Com efeito, se praticarmos ações positivas, os resultados serão benéficos (apenas o tempo de maturação dos seus resultados é que pode ser mais imediato ou mais tardio). Praticando atos negativos, teremos mais propensão às circunstâncias confusas e pouco saudáveis.

Trata-se, portanto, de uma simples questão de causalidade. Nesta perspectiva apresentada, adota-se uma conduta correta para se alcançar a sabedoria. Ou seja, alcançar um estado de consciência autêntico pressupõe um caminho gradual, no qual a calma mental é uma premissa. E por trás dessa premissa está a noção de causalidade.

Portanto, são necessárias circunstâncias que favorecem a meditação visando o isolamento do corpo e da mente de forma a que o praticante possa desenvolver melhor o seu propósito que é de acalmar a mente.

Enfatiza-se preliminarmente a adoção de uma atitude (*ethos*) que possa contribuir para a reunião de condições favoráveis de prática. Além disso, uma postura virtuosa favorece o bem-estar do corpo e da mente e, por essa razão, contribui para as condições de prática e saúde físicas e mentais. Deshung Rinpoche elenca as seguintes circunstâncias que dialogam com as considerações referidas acima, a saber: (i) permanecer em um local propício; (ii) consciência relacionada ao desejo/apego; (iii) saber contentar-se com o que se tem (iv) abandonar as distrações das atividades numerosas (v) ter uma disciplina justa

⁶ “O Buda aconselha estes buscadores a não seguirem uma tradição simplesmente porque é uma tradição, ou porque a fonte parece confiável, ou porque parece lógica ou ressoa com os sentimentos da pessoa. Pelo contrário, os ensinamentos devem ser testados e validados pela própria experiência. Se, após um exame cuidadoso, determinarmos que um ensinamento ou prática é benéfico – se resultar numa diminuição de estados mentais prejudiciais, como a ganância, o ódio e a confusão, e um aumento no amor, na compaixão e em outros estados mentais benéficos – então pode ser aceito como válido.” Enciclopédia do Budismo, ref 3, Kalama Sutra.

(corpo, palavra e mente – 10 ações virtuosas⁷); (vi) abandonar as cogitações que estimulam desejos e outras paixões.

Considerações finais

Esse texto teve o propósito de percorrer um breve caminho no âmbito das filosofias ocidental e oriental, trazendo seus aspectos ontológicos e epistemológicos, tendo a meditação como referência principal para compreensão sobre o ser e a realidade. Nesse percurso, trouxemos várias perspectivas de pensamento e ao final fizemos um recorte particular associado à filosofia budista.

⁷ Para o budismo, consideram-se 10 ações positivas a serem praticadas com o corpo (3) a palavra (4) e a mente (3). São elas: não matar, não roubar, não ter uma má conduta sexual, dizer sempre a verdade, usar palavras amenas, um discurso conciliador e usar a palavra com pertinência, ter contentamento, compaixão e visão correta sobre a causalidade das ações.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ANDRADE, Cleyton Lacan Chinês. Belo Horizonte: Autêntica Ed., 2023.
- DIAS, Elsa Oliveira, A Teoria do Amadurecimento de D.W. Winicott, Rio de Janeiro: Imago Ed., 2003.
- CONNELY, Ben, Inside Vasubandhu's yogacara, Massachusetts: Wisdom Publications, 2016.
- DORDJE, Wangchuk (9º. Karmapa), The Mahamudra, Eliminating the Ignorance of Darkness: Dharamshala: Library of Tibetan Works and Archives, 1978.
- FREUD, Sigmund, Três ensaios sobre a Teoria da Sexualidade, Rio de Janeiro: Imago Ed., 2002
- _____, Totem e Tabu, Rio de Janeiro: Imago Ed., 2005.
- _____, O mal-estar na civilização, Rio de Janeiro: Imago Ed., 1997.
- JUNG, C.G, Os arquétipos e o Inconsciente Coletivo, Petrópolis: Ed. Vozes, 2000.
- _____, O eu e o inconsciente, Petrópolis: Ed. Vozes, 1987.
- GAMPOPA, The Jewel Ornament of Liberation, New York: Snow Lion Publication, 1998
- GARCIA-ROZA, Luiz Alfredo, Freud e o Inconsciente, 18ª ed., Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 2001.
- HADOT, Pierre, Filosofia como modo de viver. Entrevistas de Jeannie Carlie e Arnold Davidson. São Paulo: É Realizações, 2016.
- _____, Exercícios espirituais e filosofia antiga. São Paulo: É Realizações, 2014
- KANT, Crítica da razão pura, São Paulo: Ed. Nova Cultural, 1999.
- KHYENTSE, Dilgo Primordial Purity. Boulder, USA: Shambala E., 1999.
- KLEIN, Melanie, A psicanálise de crianças, Obras completas de Melanie Klein, vol. 2, Rio de Janeiro: Imago Ed., 1997
- KUNSANG E, Schmidt M Perfect clarity: A Tibetan Anthology of Mahamudra and Dzogchen. Kathmandu, Nepal: Rangjung Yeshe, 2012.
- KUSNETZOFF, Juan Carlos, Introdução à Psicopatologia Psicanalítica, Rio de Janeiro: Ed. Nova Fronteira, 1987
- LACAN, Jacques, Escritos. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 1998.
- _____, O Seminário, Livro 7 - A ética da psicanálise, Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 1986.
- _____, O Seminário, Livro 11 - Os quatro conceitos fundamentais da psicanálise, Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 1985
- _____, O Seminário, Livro 3 - Forclusão, Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 1986.
- LAURENT, Éric, Alienação e separação I e II.
- NAMBYAL, Dakpo Tashi, Mahamudra, The Moolight – Quintessence of Mind and Meditation, Boston: Wisdom Publications, 2006
- NICOLA, Ubaldo Antologia Ilustrada de Filosofia: Das origens à idade moderna, São Paulo: Ed. Globo, 2005.
- MARTINS, Francisco, O complexo de Édipo, Brasília: Ed. UnB, 2002.
- NASIO, J.D., Como trabalha um psicanalista, Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 1999.
- PODVOLL, Edward M., The seduction of Madness, New York: Harper Perennial, 1990.

RABINOVITCH, Solal, A forclusão. Presos do lado de fora, Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 2001.

RINPOCHE, Kalu, Ensinaamentos fundamentais do Budismo Tibetano, Brasília: Editora Shisil, 1999.

SCHOPENHAUER, Arthur, Da mente, metafísica do amor, Do sofrimento do mundo - Coleção obra-prima do autor (texto integral), São Paulo: Martin Claret Ed., 2006.

_____, O mundo como vontade e representação, São Paulo: Martins Fontes, 2005

SOLER, Collet, O sujeito e o outro I e II.

URGYEN, Tulku As it is. Vol. 1. Kathmandu, Nepal: Rangjung Yeshe P., 1999

URGYEN, Tulku As it is. Vol. 2. Kathmandu, Nepal: Rangjung Yeshe P., 1999

YONGEY MINGYUR, Rinpoche, A alegria de viver, Rio de Janeiro: Elsevier, 2007.

ZIMMERMAN, David E., Fundamentos psicanalíticos, Teoria, técnica e prática, Porto Alegre: Artmed Ed., 1999.

Revistas especializadas

Coleção Memória da Psicanálise - Viver, Mente e Cérebro, Freud e o despertar do inconsciente, vol.1, São Paulo, Duetto Ed., 2006.

Revistas especializadas

Coleção Memória da Psicanálise - Viver, Mente e Cérebro, *Freud e o despertar do inconsciente, vol.1*, São Paulo, Duetto Ed., 2006.

Coleção Memória da Psicanálise - Viver, Mente e Cérebro, *Jung, a psicologia analítica e o resgate do sagrado, vol. 2*, São Paulo, Duetto Ed., 2006.

Coleção Memória da Psicanálise - Viver, Mente e Cérebro, *Melanie Klein - a ampliação dos limites da vida psíquica, vol. 3*, São Paulo, Duetto Ed., 2006.

Coleção Memória da Psicanálise - Viver, Mente e Cérebro, *A lógica do sujeito - Lacan, vol. 4*, São Paulo, Duetto Ed., 2006.

Dossie Cult, filosofia contemporânea, *Nietzsche, Heidegger e Sarte*, São Paulo: Editora 17, 2003.