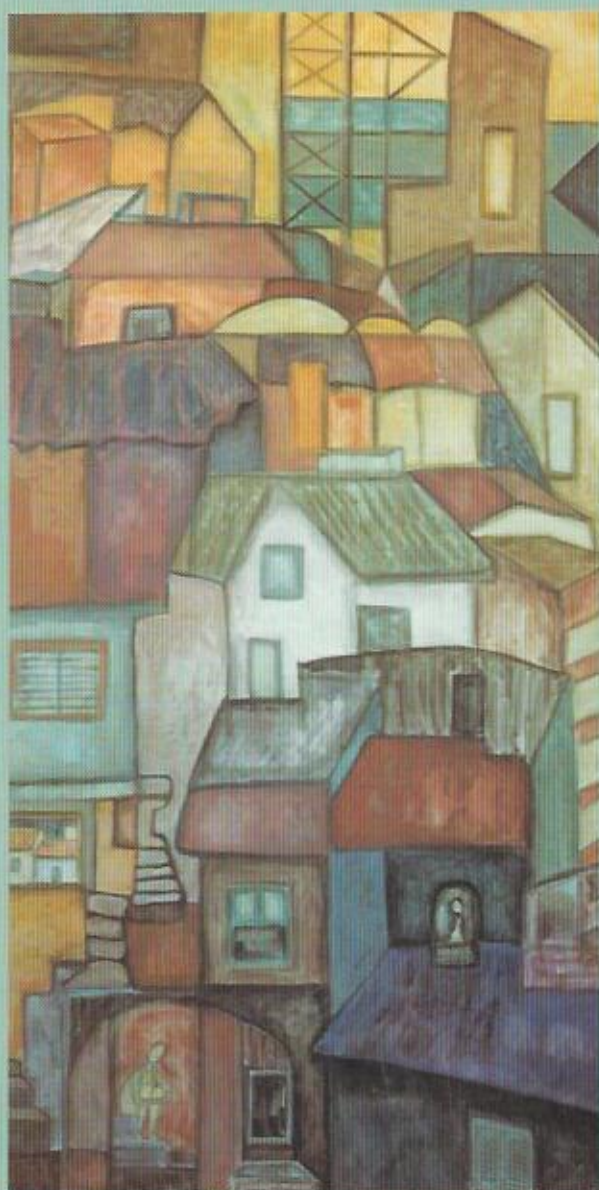


Trot



Meditação
cristã e
Oração
centrante

**Basil
Pennington
e Laurence
Freeman**

DHAMMAPADA
a senda da virtude

**A CURA
PELO
CAMINHO
DA
SABEDORIA**

**Sulak
Sivaraksa**

Índice



THOT é uma publicação da Associação Palas Athena do Brasil.

THOT nº 74 - outubro de 2000
tiragem: 3.000 exemplares
ISSN 1413-893x
R\$ 9,00

Editores: Basílio Pawlowicz, George Barcat, Humberto Mariotti, Lia Diskin, Primo Augusto Gerbelli, Ubiratan D'Ambrosio.

Equipe THOT: Isabel Cristina M. Azevedo, José Flávio Rett, José Romão Trigo de Aguiar, Lúcia Benfatti Marques, Mara Novello Gerbelli, Nilton Almeida Silva, Paulina Bereinstein.

Colaboradores: Daniela Moreau, Maria José Sesti Neves, Marly Montesano, Roberto Ziemer, Suzete Carvalho.

Produção: Ademar Assaoka, Emilio Moutarrige, Lucia Brandão S. Moutarrige, Maria do Carmo de Oliveira, Sergio Marques, Therezinha Siqueira Campos.

Impressão e distribuição: Gráfica e Editora Palas Athena.

Jornalista responsável: José Caruso Filho.

- 1 Editorial
- 2 A cura pelo caminho da sabedoria
Sulak Sivaraksa
- 17 Percepção e criação artística
Fayga Ostrower
- 22 Meditação cristã e oração centrante
Perguntas e respostas
Dom Basil Pennington e Dom Laurence Freeman
- 35 A experiência na natureza
segundo Joseph Cornell
Rita Mendonça
- 51 A busca da identidade
Vladimir Dimitrov e Robert Ebsary
- 61 Pandit Chaurasia: O mestre da flauta
José Luiz Martinez
- 71 Dhammapada - A senda da virtude
- 80 Paineis - Um jovem dá o seu recado...
Ricardo J. Hrivnak

As fotos publicadas nesta edição são de **Alice Brill**, artista gráfica, pintora, fotógrafa, escritora e jornalista, com participação em várias bienais internacionais, além de coletivas e individuais.

Não publicamos matérias redacionais pagas. Permitida a reprodução, citando a origem. Os números atrasados serão vendidos conforme a última tabela de preços publicada pela Editora Palas Athena. Periodicidade: trimestral. Assinatura por quatro números deve ser pedida à Associação Palas Athena do Brasil, no endereço abaixo. A responsabilidade pelos artigos assinados cabe aos autores. Matrícula nº 2046. Registro no DDGP do Departamento de Polícia Federal sob nº 1586 P 290/73.

Associação Palas Athena do Brasil

Rua Leônício de Carvalho, 99 - Paraíso

04003-010 - São Paulo - SP

Fone: (11) 3266.6188 Fax: (11) 287.8941

www.palasathena.org

Editorial

"Queridos Irmãos e Irmãs,

Reúno-me em espírito com os mais de 1000 religiosos e líderes espirituais de todo o mundo, que se encontrarão nas Nações Unidas para participar da reunião da "Conferência Mundial de Paz do Milênio" a fim de discutir formas de mobilizar o poder da religião para criar um mundo mais pacífico.

[...] É uma idéia excelente utilizar a sabedoria milenar para tornar o nosso futuro mais pacífico, e discutir formas de assegurar que, ao invés de criar divisões, o poder da religião nos transforme numa família de apaziguadores.

Vejo as diversas tradições religiosas como caminhos para o desenvolvimento da paz interior, que é o verdadeiro fundamento da paz mundial. Essas antigas tradições nos chegam como um presente de nosso passado comum. Será que continuaremos a honrá-las como uma dívida e transmiti-las às gerações futuras como um legado de nosso desejo comum de paz, ou será que as transformaremos em um nova arma que roubará o futuro das gerações vindouras?

[...] As religiões do mundo podem contribuir para a paz mundial se houver paz e crescente harmonia entre os diferentes credos. Seria triste, e trágico, se conflito e rivalidade entre as religiões minassem a paz mundial no século 21.

[...] Os líderes religiosos e espirituais dos diferentes credos podem desempenhar um papel decisivo fazendo um esforço sustentado para promover nos seus respectivos seguidores a importância de se respeitar as crenças e tradições de outras religiões. Precisamos abraçar, também no campo das religiões, o espírito do pluralismo.

Com minhas orações e melhores votos"

Dalai Lama

Em agosto passado, na sede das Nações Unidas em Nova York, realizou-se a *Conferência Mundial de Paz do Milênio* – uma reunião de cúpula das religiões. Esse encontro teve por objetivo congregar os religiosos mais representativos de todas as tradições espirituais em torno de reflexões e preces de Paz e, desse modo, plantar uma semente inspiradora para o próximo milênio.

Entretanto, a mensagem do Dalai Lama – que reproduzimos em parte acima – não foi proferida por ele próprio. O Prêmio Nobel da Paz, defensor incondicional do diálogo como via de entendimento e resolução de conflitos, simplesmente não foi convidado. A República Popular da China vetou sua participação no evento.

Quando esse fato tornou-se público, uma avalanche de mais de quinze mil mensagens de religiosos do mundo inteiro chegou ao escritório dos organizadores. Indignação, perplexidade e repúdio irmanaram nacionalidades, etnias e tradições que denunciaram unanimemente a interferência.

O objetivo da Conferência tinha sido alcançado. Antes mesmo do início do encontro. E a advertência foi clara: não há Paz sem justiça, não há Paz no silêncio nascido da opressão, não há Paz sem disposição ao diálogo, ao respeito e à reconciliação.

Os Editores



**SULAK
SIVARAKSA**

tailandês, pertence ao SEM* entidade dedicada a buscar alternativas à educação convencional. Realiza seminários e workshops pelo mundo, com ênfase na ética, no anticonsumismo e na responsabilidade social.

A CURA PELO CAMINHO DA SABEDORIA

Preocupações e esperanças em relação ao desenvolvimento global para o novo milênio: a perspectiva do budismo tailandês

Em qualquer conferência internacional são ditas muitas palavras sábias – e também algumas nem tanto. Todas elas, porém, vêm principalmente de nossas mentes. Portanto, peço a todos que se sentem silenciosamente durante um minuto. Concentrem-se na respiração, que é nossa função vital mais importante. Se duvidam, tentem parar de respirar por cinco minutos.

Inspiramos pela primeira vez quando deixamos o útero materno e expiramos pela última vez quando saímos desta vida. Ainda assim, não costumamos cuidar adequadamente de nossa respiração. Por isso, peço a todos que respirem com atenção, cuidadosamente, alegremente e pacificamente durante um minuto. Por meio da observação da respiração, é possível sincronizar a mente e o coração. Assim poderemos, com facilidade, superar a raiva, a alienação e coisas semelhantes. Poderemos ainda fazer conexões entre o mundano e o supramundano.

(Um minuto de silêncio)

Se vocês não gostaram do silêncio, tentem de novo. Se gostaram, respirem com atenção de modo mais freqüente. Uma vez plantadas as sementes da paz interior, será possível desenvolver a auto-atenção crítica. De seres egoístas, passaremos a desprendidos. Seremos então capazes de ver nossas sociedades de um modo crítico e significativo, por meio da compaixão e de uma abordagem não-violenta. Dessa maneira, poderemos fazer delas sociedades pacíficas, justas e ambientalmente equilibradas.

Mente e respiração – É por meio da respiração que aprendemos a ser atentos e cuidadosos, o que leva à prática da atenção e do cuidado na vida cotidiana. Pode-se praticar isso em todos os momentos – comendo, bebendo, lavando pratos, praticando jardinagem ou dirigindo um automóvel. Uma vez iniciada a prática da atenção e do cuidado, teremos paz e felicidade interiores. Além disso, será possível partilhar esses modos de vida com os outros. O momento presente se tornará, então, um instante maravilhoso.

Tradicionalmente, a primeira parte do treinamento mental consiste em alcançar a tranquilidade (*samatha*), o que nos permite plantar as sementes da paz interior. A segunda parte baseia-se numa técnica destinada à compreensão da verdadeira natureza da nossa constituição psicofísica e do mundo. Chama-se *vipassana* ou meditação de *insight*. Trata-se de um método de exploração de relações causais e de solução de problemas, que produz o desenvolvimento de um fator interno de sabedoria ou compreensão correta pelo reforço do desapego. Em páli, chama-se *yonisomanasikara* (autopercepção crítica), e leva ao desprendimento. A manutenção da *yonisomanasikara* nos ajuda a ser cuidadosos, bem como a produzir energias para a redução do desejo egoísta.

Buda diz que o fundamento da real compreensão ou sabedoria (*panna*) é a tranquilidade mental para o desenvolvimento do auto-aperfeiçoamento e da auto-atenção crítica. Sabedoria, ou compreensão, é diferente de conhecimento intelectual, pois vem tanto do coração quanto da mente. Ela nos ajuda a estar atentos, a ser humildes e a conhecer nossos próprios limites. Ao mesmo tempo, promove a gentileza amorosa e a compaixão, permitindo-nos compartilhar o sofrimento dos outros e trabalhar para a eliminação de suas causas. É claro que quando enfrentamos as causas do sofrimento, em especial num sistema social opressivo, geralmente entramos em confronto com aqueles que desejam manter o *status quo*. Nessas circunstâncias, o cuidado e a atenção mais uma vez nos ajudam a entender o perigo e a perdoar nossos inimigos.

Percepção e paz – O importante é fazer emergir a percepção de que estamos em perigo, para que assim seja possível cercá-la de atenção. Nesses momentos, a raiva se transforma em compaixão. Thich Nhat Hahn diz que a raiva é como uma flor em botão: desabrochará quando a luz do sol



penetrá-la profundamente. Se nos mantivermos concentrados e atentos à respiração, o cuidado penetrará na raiva e se infiltrará nela. Quando a luz solar penetra numa flor, ela não pode resistir: tem de abrir-se e mostrar seu coração ao sol. Se nos mantivermos respirando sobre a nossa raiva, fazendo brilhar nossa compaixão e compreendendo-a, ela logo se renderá e seremos capazes de vê-la em sua profundidade e perceber suas raízes.

O mesmo pode ser feito com a avareza e a ilusão. O *bhavana* é um poderoso instrumento de trabalho contra o capitalismo, o consumismo, o sexismo, o militarismo e coisas do gênero. A auto-observação crítica pode também ser usada para examinar nossa própria sociedade, o Estado-nação, a cultura – e até mesmo nossa tradição budista. Com essa atitude não odiaremos os opressores, os capitalistas ou os ditadores. Usaremos nossa autocompreensão para desmontar o sistema de opressão e a violência que lhe é inerente.

Sua Santidade, o Dalai Lama, realmente inspirou muitos de nós a amar nossos inimigos por meio do cultivo das sementes da paz. Confio em que um dia o Tibete se livrará da dominação da China e da destruição. É possível que os tibetanos possam até mesmo serem capazes de nos oferecer um novo futuro, pela construção de uma democracia budista ou pela prática de um socialismo dármico.

A junta militar em Burma (atual Myanma) pode ser capaz de manter Aung San Sun Kyi sob confinamento, mas a tremenda coragem moral dessa mulher um dia libertará o povo de seu país. Depois de mais de 20 anos de guerra e matança insensata, ninguém acreditava que a paz pudesse ser restabelecida no Camboja. Quando ajudei pela primeira vez o Ven. Maha Ghosananda nos campos de refugiados do Khmer, tudo era muito difícil. Mas ele estava firmemente determinado a plantar as sementes da paz com seu pensamento, palavras e ações, e nos pediu que conduzíssemos a reconciliação e intermediássemos as relações entre os monges do Khmer e a população leiga. Em muitas ocasiões, liderou passeatas de paz através de zonas de guerra. Todos esses esforços merecem ser conhecidos.

Eu próprio tive o privilégio de trabalhar pela paz na Tailândia, e também de atuar com os bons amigos da International Network of Engaged Buddhists [Rede Internacional de Budistas Militantes]. Essa rede tem ligações com o Buddhist Peace Fellowship [Associação Budista para a Paz] nos EUA e com organizações similares na Europa e no Japão, e trabalha para nos livrar das causas básicas do sofrimento e para enfrentar o desafio dos sistemas opressores.



Em que pesem a opressão política e social e a destruição do meio ambiente na Ásia, minha visão de renovação da sociedade e da libertação humana é realizável, porque muitos de nós trabalhamos juntos como bons amigos, ou *kalayanamitta*. Buda diz que ser *kalayanamitta* é importante para todo mundo. Precisamos de bons amigos, bons companheiros e boas amizades. Poderemos aprender com os outros a desenvolver a nós próprios e a ajudar nossa sociedade a ser pacífica e justa, a começar por nós mesmos.

Violência e violências – Quando nos tivermos transformado em pessoas menos egoístas, poderemos, com a ajuda dos amigos, transformar nossas sociedades para que elas sejam livres da opressão e da exploração. Pode não ser fácil, mas é possível. Por meio da autopercepção crítica, que nos auxilia a nos tornar menos egoístas e não violentos, e juntamente com os amigos, poderemos olhar para a nossa sociedade e para o meio ambiente, com esperança de nos sentirmos encorajados a superar as doenças sociais e a degradação ambiental.

A geração da paz e da liberdade requer a eliminação, ou pelo menos a redução, da violência. O problema é que há vários tipos de violência. A mais clara e direta está descrita no primeiro preceito, que estabelece os cinco fatores implicados no matar: a) a vida; b) a percepção da vida; c) pensar em matar; d) executar o assassinato; e) o resultado letal.

Há também a violência estrutural, que mata lentamente e é construída no seio das estruturas sociais. Dos cinco fatores acima mencionados, apenas três se aplicam aqui: há a vida e sua percepção, mas não se pensa no assassinato nem este é explicitamente cometido. No entanto, a morte acaba sendo o resultado final. Mas do que resulta ela? Nessas circunstâncias, a morte não resulta da violência direta, mas sim de uma estrutura social desesperadoramente injusta, que dá muito a poucos e muito pouco a muitos. Como um budista moderno lida com essa forma de violência?

O segundo preceito – abster-se de tomar aquilo que não nos pertence – parece ser importante neste contexto. De novo, cinco fatores estão implicados: a) os bens de outra pessoa; b) a percepção deles; c) pensar em roubá-los; d) o ato de roubar; e) o roubo como resultado final. Contudo, roubo não é o mesmo que violência estrutural, pois nela algo é tomado, mas de um modo imperceptível a princípio.

Um fazendeiro possui a terra, mas os sem-terra podem apenas cultivá-la. Diz o fazendeiro: "Cultivem a terra, mas ficarei com mais de 70% da colheita" (uma situação típica na maioria dos países do sudeste da Ásia). O dono da terra pode achar que está sendo generoso, porque uma de suas alternativas seria usar um trator. Ou então, poderia vender a terra (e com grandes lucros) para que ela fosse transformada num campo de golfe. O camponês pode sentir-se grato, porque para ele as alternativas seriam a fome, vender a filha como prostituta ou então migrar para uma cidade, onde trabalharia como mão-de-obra não-qualificada.

É óbvio que há algo moralmente errado nessa situação. Para que uma estrutura opressiva dessa espécie possa manter-se, algo mais é necessário. A explicação habitual do budismo com "B" maiúsculo sobre a lei do carma diz que os camponeses estão colhendo agora os resultados de suas más ações passadas, enquanto o proprietário de terras obviamente cultivou muitos méritos, construindo templos e imagens de Buda. Portanto, tanto o rico quanto o pobre devem apoiar a exaltação material do monasticismo para benefício de seu bem-estar no futuro.

O budismo com "b" minúsculo, no entanto, é certamente contra essa espécie de ensinamentos errôneos. Se o fazendeiro pratica o *dana* (caridade ou generosidade), perceberá que é errado ganhar 70% dos frutos da terra, enquanto os trabalhadores sem-terra ficam sem o suficiente para viver. O Buddhassa Dhammic Socialism é uma abordagem que destaca não tomar mais que o necessário e, ao mesmo tempo, está de acordo com as leis da natureza, pois em seu entendimento as pessoas partilhariam o que lhes estivesse sobrando, por compaixão, solicitude e amor. As pessoas tomariam para si apenas aquilo de que precisassem. Os excedentes seriam deixados para a sociedade.

Um terceiro tipo de violência – a cultural – corresponde a qualquer elemento de uma cultura (em especial a religião e a ideologia), que legitime a violência estrutural direta ou indireta. Essa situação pode ser vista com clareza na mídia, principalmente na propaganda. É claro que tem havido, há e haverá budistas que cometem a violência direta e participam da estrutural. Eles não encontrarão, contudo, qualquer espécie de apoio para a sua conduta nas escrituras budistas. Alegar tal apoio seria uma violação do quarto preceito, que se opõe ao falso discurso. Embora esse preceito se preocupe mais com a mentira, no sentido coloquial, do que com a legitimação da

violência, invocar o budismo em defesa de atos violentos é uma atitude mentirosa.

Diante do exposto, pode-se concluir que o budismo contém um sistema ético bastante rigoroso no que diz respeito a apoiar a paz. Seus preceitos contra a violência representam um impulso de liberdade. Mas tudo isso pode fracassar, se a energia do compromisso pessoal se combinar com os mecanismos silenciosos do mal. Quanto maior for uma estrutura – como um Estado-nação, uma grande empresa ou uma coalizão dos dois –, mais nos acostumaremos a ela e mais violenta ela se tornará.

Um budista está obrigado a fazer o serviço militar? Devem os budistas ficar em silêncio, quando o governo continua a aumentar o orçamento nacional para armamentos militares, com prejuízo da saúde básica e da educação? Alguns poderiam argumentar que essas questões são mais políticas que morais. É claro que são as duas coisas. A grande questão é saber exatamente como a inspiração ética do budismo pode iluminar a política, com coragem suficiente para questionar uma sociedade injusta, e não apenas os atos individuais das pessoas e de seu governo.

Se os budistas compreenderem a violência estrutural, o modo como ela está enraizada no ódio (*dosa*) e aprenderem como eliminá-la pela atenção, de forma não-violenta, o budismo será não apenas importante para o mundo moderno, mas se constituirá também numa fonte de meios para a sua libertação. Do mesmo modo, aprenderão que o consumismo está direta ou indiretamente ligado à avareza (*lobha*) e à luxúria (*raga*). Tudo isso pode ser visto com clareza nos anúncios e na mídia, que exploram o corpo das mulheres para criar necessidades artificiais.

A educação moderna lida quase que só com a mente, e não com o coração dos alunos. Os inteligentes são reconhecidos e recompensados de modo material e financeiro. Para isso, não precisam ser generosos ou ter consciência das doenças sociais. A maioria dos ricos e poderosos, porém, não são felizes. Suas posições privilegiadas repousam direta ou indiretamente sobre a pobreza da massa e sobre a destruição ecológica. É o que se chama de ignorância (*avijja*) ou ilusão (*moha*).

Se os budistas desejam dar uma contribuição significativa à paz mundial ou à libertação do mundo moderno da violência e opressão, devem confrontar suas três causas fundamentais, que podem ser encontradas não apenas no indivíduo, mas também na estrutura social. Precisam, pois, lidar com essas raízes do

mal. Os preceitos morais existem não somente para os moralistas: todos os budistas praticantes devem desenvolver a atenção correta, que leva à sabedoria ou à compreensão: ver as coisas como elas realmente são. Elas não devem ser vistas a partir de nossos preconceitos, nem compartimentalizadas, nem apenas do ângulo da lógica. A engenharia social sozinha não pode resolver os problemas reais, porque todos eles estão inter-relacionados.

Nós e a natureza – Thich Nhat Hanh explica essa questão do seguinte modo: “Numa folha de papel, vemos tudo: a nuvem, a floresta, o lenhador. Eu sou, logo, você é. Nós interagimos”. “Sei”, continua ele, “que em nossas vidas anteriores fomos árvores e continuamos a sê-las nesta vida. Sem árvores, não podemos ter pessoas. Logo, as árvores e as pessoas interagem. Somos as árvores, o ar, os bosques e as nuvens. Se as árvores não puderem sobreviver, a humanidade também não sobreviverá. Adoecemos porque danificamos nosso próprio ambiente, e nos angustiamos porque estamos distantes demais de nossa mãe verdadeira, a Mãe Natureza”.

Os ensinamentos budistas proporcionam meios de avaliar a natureza e a direção do desenvolvimento global. Essa abordagem é significativa, porque vincula a extensão das políticas sociais e econômicas à sua contribuição para a diminuição do sofrimento humano. Esse aspecto é frequentemente obscurecido pela busca da modernização e da ocidentalização.

O curso atual do desenvolvimento econômico realçou as disparidades na riqueza, na depleção dos recursos naturais, na devastação ambiental e na alienação das pessoas, de sua cultura. Ele se orienta pelo lucro, está incorporado à cultura e se esquece da extensão do descontentamento das pessoas. O budismo ensina que as causas do sofrimento permaneceram intocadas na sociedade contemporânea e produziram uma cultura de consumo, na qual o valor dominante é a aquisição de bens. A percepção da Terra do próximo milênio requer que descubramos os valores espirituais que fazem parte de nossa cultura e de nossas tradições.

O desespero que caracteriza nossa civilização é produto de nosso esquecimento de que nosso ser é inter-relacionado. Para que seja possível um futuro, precisamos do reconhecimento individual da liberdade e da responsabilidade, bem como de um desenvolvimento que ocorra de baixo para cima.



Tenho o prazer de informar que, em meu país, o povo mais humilde, que durante quatro décadas sofreu com as políticas de desenvolvimento equivocadas do governo, e ainda com a intervenção do FMI e do Banco Mundial, agora está espiritualmente energizado. De um modo alegre e tradicional, sem fertilizantes químicos, à maneira tradicional, os camponeses formaram várias cooperativas para reivindicar seus direitos e para buscar alternativas de desenvolvimento e autoconfiança. Algumas pessoas de classe média aprenderam com o sofrimento dos pobres e agora dão as mãos ao novo movimento. Tudo isso, claro, pode constituir as sementes da esperança para muitos de nós.

Estou consciente de que a cura por meio da sabedoria local, nativa, é muito difícil. Ainda assim, sinto-me encorajado pelos escritos do presidente Vaclav Havel, especialmente quando ele diz:

Não devemos ter medo de sonhar com o aparentemente impossível, se quisermos que ele se torne realidade. É bem sabido, por exemplo, que imensas empresas privadas multinacionais são, curiosamente, como Estados socialistas: têm industrialização, centralização, especialização, monopolização e, finalmente, automação e informatização. Esses são os elementos da despersonalização e da perda de significação do trabalho, que a cada dia se aprofundam mais. Ao mesmo tempo, continua a manipulação generalizada da vida das pessoas pelo sistema (não importa o quão irrelevante ela possa ser, quando comparada à do Estado totalitário).

“Rebele-se contra o futuro” – Em seu livro *Rebel against the future* [Rebele-se contra o futuro], Kirkpatrick Sales diz que a Revolução Industrial na Inglaterra, ao longo do século 19, arruinou os fazendeiros britânicos em benefício dos grandes proprietários de terras e dos industriais, com o objetivo de desenvolver o capitalismo e expandir o império. Esse autor diz também que o novo império que é a globalização, administrado pelas empresas transnacionais e por sua megatecnologia e computadores, fará com que muitos membros da classe média percam seus empregos dentro de duas décadas.

Na verdade, a globalização é uma nova religião demoníaca. Usa a mídia para criar um sentimento de escassez, ou seja, para que sejamos levados a ganhar mais para comprar mais e nunca atingir um ponto de satisfação. Visto que a globalização está sob o controle das grandes corporações, a mídia é utilizada para nos orientar cegamente para a monocultura de mais e

mais tecnologia e para a síndrome do *fast food* do McWorld, da *junk food*, das Colas e do *jeans*.



Entretanto, se seguirmos o estilo de vida do primeiro mundo não haverá recursos naturais para todos. Muitos se sentirão infelizes com esse padrão, que é nocivo para nós próprios, para nossa família, nossa sociedade e nosso ambiente natural. Se, porém, seguirmos o modo de vida dos povos nativos, poderemos viver simplesmente e teremos tempo para gostar de nós mesmos e tornar-nos parte da comunidade, bem como de nossa Mãe Terra.

Quero frisar a importância dos povos nativos, como os roma na Europa, os índios americanos, os aborígenes da Austrália, os maori na Nova Zelândia e muitas minorias étnicas da Ásia, cujos membros em geral não estão presentes ou representados nas conferências internacionais. Com efeito, os povos indígenas ainda sofrem muito, embora possam ensinar-nos que precisamos optar pela sabedoria local e nativa, e não pela monocultura da globalização. Nossa estratégia de tomada de decisões precisa invocar mais do que o racionalismo e o pragmatismo, que nos têm tornado cada vez mais compartimentalizados.

Devemos aprender com os povos indígenas sobre a totalidade da vida e a respeito da sacralidade da ordem natural. Precisamos aprender a ser unos com o mundo natural, viver com os pássaros e os cervos, apreciar a natureza e respeitá-la. Só então poderemos nos dar conta de que o intelectualismo e a engenharia social não nos podem libertar do sofrimento.

Temos de voltar ao melhor de nossa tradição espiritual, ao xamanismo, à mitologia, aos rituais das tradições, às canções e danças – para então experienciar a vida tal como ela ainda está disponível nas muitas comunidades nativas, hoje ameaçadas pelas grandes corporações, que são patrocinadas pelos Estados do G-8 e semelhantes, em prejuízo dos interesses de seus próprios povos e recursos naturais.

Para as grandes corporações, os recursos naturais são apenas uma fonte de ganho econômico. Quando uma área se torna exaurida elas se mudam para outra. As pessoas são importantes apenas na medida em que servem para gerar ganhos, seja como trabalhadores, seja como consumidores. Para as populações nativas, o dinheiro é menos importante. Para eles, como para nós, o mais significativo é viver com felicidade e dignidade, com o senso do sagrado e da dimensão espiritual de nossas vidas, em harmonia com a terra, na reverência pelos

ancestrais, no respeito pelas comunidades e comprometidos com as gerações vindouras.

Refletir e questionar – Se estamos preocupados com nossa sobrevivência, devemos não apenas questionar as políticas econômicas do G-8, mas também a estrutura de todas as políticas que já não são explicáveis. Devemos também questionar os sistemas legais e jurídicos que se prestam à manutenção desse *status quo*.

Precisamos de estratégias e políticas econômicas alternativas projetadas, para – como diz E.F. Schumacher – destacar a importância dos seres humanos. Na verdade, precisamos de programas educacionais alternativos, que nos encorajem a integrar os múltiplos aspectos do nosso ser. Devemos nos tornar capazes de ligar mente e coração, para que possamos escapar da compartimentalização e desenvolver a capacidade de fazer germinar as sementes da paz e da felicidade em nós mesmos. Por esse meio é possível operar mudanças – não pelo ódio aos opressores, mas desafiando a violência estrutural. Por métodos não-violentos, é possível buscar transformações que nos levem a um mundo justo e pacífico.

Devemos também questionar o cientificismo (não a ciência), que produziu e produz aplicações dogmáticas e mentalmente limitadas dos métodos científicos em todos os campos do conhecimento. O cientificismo se desenvolveu a partir do Iluminismo da Europa dos séculos 17 e 18. Baseia-se na confiança irrestrita na mente humana racional para a observação e compreensão de todos os aspectos da realidade. O resultado foi um grande centramento no material e no quantitativo, e a crença de que tudo o que é espiritual é irracional. Assim, irracional é tudo aquilo que está fora do âmbito da investigação científica, confinado ao plano individual e é, portanto, de pouco valor para a organização da sociedade.

Essa orientação deu origem à “idéia” da máquina que mede e produz quantidades materiais. Esse processo de mecanização começou com a Revolução Industrial, e não apenas transformou o modo como produzimos e consumimos bens materiais, mas também a maneira como vemos nossos seres, organizamos nossas sociedades, e nos inter-relacionamos. Assim, o cientificismo é um mau uso dos métodos científicos no âmbito das relações humanas, como a psicologia, a política e a economia.

A máquina transformou nossa compreensão de cada uma dessas áreas. A natureza essencial do homem transformou-se

na soma de seus apetites. A sociedade humana converteu-se em Estado, uma máquina política que coleta obrigações quantificadas (impostos) e distribui necessidades quantitativas (habitação, estradas, utilidades). O mercado humano foi arrancado de seu lugar, perdeu a diversidade e transformou-se num princípio puro – o comércio dos desejos materiais.

Com o desencadeamento, na sociedade, dos valores de mercado, tais como agir em função de seus próprios interesses, o comportamento competitivo, a subordinação a relações pessoais e o anonimato, o indivíduo ficou livre para seguir seus apetites, e a competição entre as pessoas por um pedaço maior transformou-se em norma social. Essa mecanização do homem, de sua sociedade e de seus relacionamentos na busca de segurança material, produziu uma avassaladora ética de “progresso” e “desenvolvimento”, durante o período colonial e depois da Segunda Guerra Mundial. Esses parâmetros são sempre expressos de modo quantitativo: PNB (Produto Nacional Bruto), índice de alfabetização, número de médicos por quilômetro quadrado etc.

É da natureza desse sistema menosprezar a diversidade e o individual, na busca de princípios universais segundo os quais o todo possa ser organizado. O todo passa a ser maior que suas partes (organismo). Em consequência, as particularidades locais e a diversidade do sistema são destruídas. Seus constituintes são fragmentados até se transformarem em estilhaços comuns de propriedades quantificáveis sob o poder homogeneizador. E assim, estamos hoje diante de pequenas comunidades, regiões, etnias e países, despidos de seus próprios poderes e tornados dependentes das necessidades e das tecnologias ditadas pelos cientistas dos grandes Estados e dos mercados.

Os significados do Dharma – Os ensinamentos budistas oferecem uma abordagem radicalmente diferente: buscam compreender a humanidade e não colocá-la debaixo de uma ordem. O conceito global pode ser chamado de Dharma e tem uma ampla variedade de significados. De um modo estrito, Dharma quer dizer natureza – suas leis, deveres e frutos. Não se trata de um sistema para controlar, organizar ou gerenciar a sociedade como cientificismo, e sim de uma Verdade orgânica, com seus próprios sistemas organizadores, que os homens acabaram compreendendo.

Em certos aspectos, o Dharma é uma verdadeira ciência da observação e descoberta das



leis e propriedades de um objeto. Contudo, ele abrange não apenas leis físicas e biológicas, mas também psíquicas e cármicas (causalidade). Nesse sentido, opõe-se ao cientificismo ao lidar com o espiritual e também com o material. Além disso, o espiritual não é reduzido a quantidades mensuráveis, mas permanece como um conjunto de qualidades experienciáveis. Dessa maneira, a ênfase não é posta na máquina mas na senciência, na qualidade viva de qualquer fenômeno. Esse senso de qualidade é também um senso de valor e significado, e contrasta com a quantificação pura do cientificismo, por meio do qual o homem busca o conhecimento de todos os fenômenos.

Muito desse conhecimento, porém, pode ter pouca significação ou ser pouco digerível para a maioria das pessoas. O Darma dirige-se ao conhecimento que está a serviço da sabedoria. O conhecimento se ajusta à busca do significado e da pertinência, e só alguns de seus tipos são às vezes adquiridos, quando os indivíduos ou os grupos encontram uso para eles. O cientificismo representa o tanto que é possível fazer em cada vez. Já o Darma é oportuno, e utiliza cada peça de conhecimento como um passo na direção do maior entendimento do ser, da sociedade e da natureza.

Dessa maneira, o Darma tem uma qualidade única para cada pessoa e lugar. Respeita a lei da diversidade natural, em cujas formas encontra seu mais alto desenvolvimento, por meio do acesso a uma série fantástica de vertentes. Dessa maneira, o Darma cabe no conceito de ecologia, no qual as partes são igualmente importantes em relação a um todo maior. Além disso, a Natureza, ou Darma, não é apenas o mundo natural das florestas ou oceanos, e sim a natureza de todos os fenômenos, como por exemplo as variadas propriedades da mente. O entendimento e a utilização dessas propriedades dárnicas nos proporcionam liberdade com significado – liberdade não de perseguir aquilo que desejamos, mas de descobrir a totalidade de nosso potencial.

No entanto, o conhecimento dessa liberdade também nos lega um senso de dever e responsabilidade em relação às forças que a tornam possível para cada um. Esse é o nosso dever: manter e seguir as verdades naturais que nos legaram a verdadeira liberdade. Numa ordem assim, a massa de necessidades artificiais ditadas pelo Estado e pelo mercado se transforma num claro e simples conjunto de exigências para o alcance dessa liberdade qualitativa. A dependência da tecnologia

é substituída pela independência da livre investigação e pela interdependência que existe entre o *self*, a sociedade e a natureza.

O cientificismo continua a se opor à religião estabelecida, seus dogmas e suas rígidas instituições. Mas agora existe uma nova abordagem científica ao universo vivo, que produz uma nova espécie de cientista, que é humilde e confia em sua mente mas também em seu coração. Essa ciência se une maravilhosamente com o que há de melhor em termos de esforço espiritual, e pode ajudar-nos a apreciar a totalidade do ser. Tenho tentado abordar essa nova tendência por meio do desenvolvimento de projetos que nos redirecionam para a dimensão espiritual da existência.

Alternatives to Consumerism [Alternativas ao Consumismo]: esse é o nome do projeto que reconhece que devemos enfrentar a nova religião demoníaca e empenhar-nos no restabelecimento dos valores oriundos da comunidade. Têm sido organizadas reuniões, que proporcionam a pessoas de diversas comunidades a oportunidade de trocar histórias e compartilhar experiências. Já o *Spirit in Education Movement* [Movimento Espírito na Educação], é um projeto educacional que busca integrar os ensinamentos espirituais à nossa compreensão de mundo. Oferece uma alternativa à abordagem estreita e desconectada da educação moderna. Esses projetos estão permeados pela sabedoria fundamental das verdades nobres. Mostram a maneira pela qual a aplicação dessa sabedoria à condição social pode gerar justiça, paz e equilíbrio ecológico.

Espero que estejamos juntos nessa aventura. Precisamos de um movimento contra a globalização das corporações transnacionais e voltado para a confiança nas culturas locais e nas comunidades, se quisermos viver felizes juntos, com sabedoria, compreensão e amor.

THOT

* SEM - Spirit in Education Movement.

Este texto foi apresentado na 25ª Conferência Internacional sobre a Unidade das Ciências, em Washington D.C., em novembro de 1997.



**FAYGA
OSTROWER**

é artista plástica –
pintora e gravurista –
de renome internacio-
nal. Recebeu, entre
outros, o Grande
Prêmio Internacional
da Bienal de Veneza
e o Grande Prêmio
Nacional da Bienal
de São Paulo.

PERCEPÇÃO E CRIAÇÃO ARTÍSTICA

Mais que fascinante, a noção da complexidade é fundamental para compreendermos a abrangência e o extraordinário poder expressivo e comunicativo das obras de arte.

Como se explica a permanente eloquência de formas visuais que foram criadas em épocas remotas, em séculos e milênios do passado, em civilizações antigas e das mais diversas, por pessoas que desconhecemos e de cujas circunstâncias de vida muitas vezes nem sequer existe outro registro? Como se explica, então, que tais formas ultrapassem tempos cronológicos, atravessando fronteiras geográficas e culturais, e continuem atuais a ponto de nos falarem sobre nós mesmos e de nos comoverem profundamente?

Antes de mais nada, é preciso não confundir complexidade com mera complicação. Sem dúvida, em sendo complexas, as formas visuais se tornam mais diferenciadas e mais densas de conteúdo, por conterem diversas camadas de significados. Ao mesmo tempo, porém, essas formas apresentam-se claras em sua coerência. Embora possam conter significados até mesmo contrastantes – alegria e tristeza, por exemplo –, os significados se interpenetram e se sustentam mutuamente, correspondendo às nuances infinitas e sutis de nossas vivências. É o que confere às formas uma vitalidade maior, tornando-as bem mais interessantes. Eis a diferença entre ouvir com prazer a retomada de um tema musical, digamos, nas múltiplas variações de uma fuga de Bach, e a repetição mecânica de uma musiquinha de elevador, desinteressante e cansativa por sua falta de complexidade.

Perceber e construir – Já nossa percepção do cotidiano representa um processo complexo e dinâmico. Nunca é um mero ato mecânico, como se fosse uma espécie de fotografia mental. Perceber é simultaneamente interpretar. Isso envolve uma série de processos, pois, dos múltiplos estímulos que nos chegam, alguns são seletivamente registrados. Ao mesmo tempo, são associados a memórias e a outros tantos desejos e aspirações da pessoa.

Assim, a qualquer momento em que percebemos algo, os estímulos sensoriais, isto é, as informações que nos chegam, são seletivamente interligadas em diferentes níveis de significados. Cabe repetir, então, que a percepção representa um processo complexo e não apenas um ato de focalizar e registrar. Em outras palavras, a complexidade nunca deve ser entendida como produto de alguma invenção intelectual. Ela é inerente à nossa percepção, surgindo espontaneamente em nossa compreensão das coisas.

O aspecto mais importante a ser considerado aqui é que, a cada instante em que percebemos algo, consciente ou inconscientemente, e o interpretamos, projetamos intuitivamente um contexto sobre o que percebemos. Ou seja, é como uma espécie de moldura, dentro da qual delimitamos o fluxo dos estímulos que nos chegam e relacionamos as informações, avaliando o seu sentido. É a cada vez um enfoque diferente, um contexto diferente. Esse contexto nos serve de referencial e muda de instante para instante. Para exemplificar a alta dinâmica e a velocidade desse processo, vale observar que, sem nos darmos conta disto, projetamos cerca de quarenta contextos-imagens por segundo.

Tais contextos não são aleatórios ou inventados. Eles surgem da própria experiência de vida, num processo que vai sendo construído pela pessoa a partir do seu nascimento. Nele se interligam seus conhecimentos, desejos, conflitos, tudo o que aprendeu, o que sabe, sente e o que é, sua personalidade e seu caráter. Tudo isso irá orientá-la intuitivamente na busca de possíveis significados.

A título de ilustração, imaginemos a seguinte cena: olho para o rosto de uma pessoa. Vejo seus olhos. Logo em seguida, focalizo a sua boca. Ela está falando. Reparo nas rugas de concentração em sua testa. Ao mesmo tempo, percebo outra pessoa sentada ao lado. Está escurecendo. Uma terceira pessoa está se levantando. Na minha percepção dos acontecimentos, sempre se formam novos contextos. Simultaneamente surgem novas interpretações e, sucessivamente, vão se definindo os significados que permitem a compreensão da situação. É como se constantemente mudassem as regras do jogo.

Nenhum computador pode fazer isso. Por mais veloz e versátil que se torne pela moderna tecnologia, o computador segue um curso programado, dentro de um único contexto definido e pré-estabelecido pela mente humana. Os resultados, por mais surpreendentes e inesperados que possam ser, também haverão de passar pela interpretação do homem, que talvez seja levado a alterar o próprio contexto do programa original. Relacionamentos entre contextos e seus componentes: camadas de significados entrelaçados – eis a essência da complexidade. Vejamos, então, de que modo isto se manifesta nos processos de criação artística.

Criação e equilíbrio – Digamos que eu esteja elaborando a composição de uma imagem. Tenho diante de mim uma folha de papel à qual corresponde um plano pictórico. Do lado esquerdo, vou traçar três linhas curtas, mais ou menos verticais, com intervalos um pouco diferenciados. Dentro do plano, elas formam um conjunto, um contexto de uma pequena seqüência rítmica, cujo peso visual é contrabalançado pela grande área branca e vazia. Do lado direito da folha introduzo uma quarta linha vertical, mais longa e mais grossa. O contexto, abrangendo as diferentes linhas e os novos intervalos entre elas, se alterou. O peso visual e o valor de contraste de cada linha em relação às outras também se modificaram e, com isso, sua função no equilíbrio do conjunto. Acrescentando agora uma linha diagonal que atravessa o plano de um lado para o outro, novamente se alteram o contexto, todos os relacionamentos entre os componentes, as tensões espaciais, os ritmos, o sentido de semelhanças ou de contrastes visuais e, conseqüentemente, a carga expressiva e os significados que daí decorrem.

Vale comentar ainda o seguinte: um dos aspectos essenciais na criação artística é a lógica – formal e expressiva – do próprio fazer. Antes de se traçar a primeira linha, tudo era possível. As opções eram ilimitadas. Na segunda linha, ainda há possibilidades incalculáveis, mas elas não são mais infinitas. Já surgiu uma certa determinação. A segunda se relaciona com a primeira. E a terceira linha se relaciona com as duas primeiras. Na quarta e na quinta linha se estabelece forçosamente, a cada vez, um relacionamento com as anteriores.

Desse modo, criam-se sempre novas configurações, novos contextos, os quais, se não determinam inteiramente, pelo menos orientam o curso de futuras transformações. Quanto mais complexas se tornarem as relações formais entre componentes e contextos, e quanto mais camadas de significados venham a

interligar-se neste processo, tanto menos opções virão se apresentando na elaboração formal. Pois nas eventuais formas que o artista venha a escolher, a fim de alcançar um equilíbrio expressivo da composição que está configurando, as opções possíveis hão de tornar-se opções necessárias.

No final do processo criativo, restam poucas possibilidades formais ou somente uma. Então, o artista dará seu trabalho por terminado. Talvez seja esse o momento crítico mais importante, o mais inspirado do fazer artístico: saber terminar. Saber, ou sentir, que nada falta e que qualquer outro elemento seria demais no equilíbrio interno da imagem configurada. A complexidade se torna simplicidade – não mera simplificação. É uma condensação.

Quando olhamos para as grandes obras de arte, ficamos deslumbrados diante de sua riqueza e complexidade de sentimentos e, ao mesmo tempo, por sua extraordinária clareza ao formulá-los e comunicá-los. Sua continuada vitalidade expressiva toca nas profundezas da realidade existencial da condição humana. Daí as obras poderem atravessar milênios, mobilizando-nos em nosso sentimento de vida e em nossos próprios questionamentos existenciais.

O caminho criativo na arte é como o caminho dos relacionamentos da vida. Sempre se anda numa espécie de corda bamba, desequilibrando-se para, no passo seguinte, tentar alcançar um novo equilíbrio. Assim, a experiência de vida de cada pessoa vai se construindo numa sucessão de sínteses, enriquecendo e se tornando complexa por meio de novas experiências, novos desafios e novos conteúdos significativos.

É nesse sentido que deverá ser entendida a famosa frase de Max Wertheimer, um dos fundadores da Psicologia da Percepção, definindo um dos princípios da teoria da Gestalt: “O todo é maior que a soma de suas partes”. Não há nenhuma substância misteriosa que entre nessa totalidade. A palavra-chave, aqui, não é “mais” e sim “soma”. O todo não é apenas o somatório de suas partes, mas sua integração. Representa uma síntese. Cada nível de integração é uma nova síntese, à qual correspondem novas propriedades.

Essa noção de totalidade como processo dinâmico, qualitativo em vez de quantitativo, surge como uma das teorias mais revolucionárias de nossos tempos. Portanto, a complexidade na criação artística, assim como na vida, deve ser compreendida em termos de sínteses que a qualquer momento somos capazes de realizar espontaneamente, vivenciando-as em termos de nossas emoções e pensamentos.

THOT



**DOM BASIL
PENNINGTON**

pertence ao
mosteiro trapista
de São José,
no Estado de
Massachusetts,
EUA.

**DOM LAURENCE
FREEMAN**

é monge
beneditino e
diretor espiritual
da Comunidade
Mundial para
a Meditação
Cristã.

Meditação Cristã e Oração Centrante Perguntas e respostas

Como prometemos em nossa última edição, seguem-se as principais perguntas e respostas das palestras sobre meditação cristã, editadas e publicadas em números anteriores. O material é apresentado segundo a ordem cronológica dos eventos. Para compreender os textos, é necessário que o leitor esteja familiarizado com os artigos que representam a edição do material transcrito. Eis as referências:

Basil Pennington. "A oração e a transformação da consciência", *Thot* 71: 16-30, 1999.

Laurence Freeman. "Introdução à meditação cristã", *Thot* 72: 60-68, 1999.

BASIL PENNINGTON
A ORAÇÃO E A TRANSFORMAÇÃO DA CONSCIÊNCIA

Pergunta – Gostaria de saber um pouco mais sobre a jornada da Igreja rumo ao Terceiro Milênio. Ela tem colocado muito a questão do diálogo inter-religioso. Nesse caso, qual o papel da oração centrante?

Pennington – Pela minha experiência e de muitos outros, o melhor meio de estarmos com outros cristãos e membros de outras religiões do mundo é nos sentarmos juntos, em silêncio. É extraordinário como uma profunda compreensão acontece rapidamente entre pessoas de diferentes tradições. O Dalai Lama me disse que ninguém que ele conheceu, no Ocidente, o entendeu tão bem como Thomas Merton. E Merton não tinha um conhecimento profundo, acadêmico, do budismo e de sua teoria. Mas encontrou-se com o Dalai Lama e, do fundo de sua tradição, foi capaz de compreendê-lo na profundidade da tradição dele.

Sinto que nós, da comunidade cristã, ainda não fizemos nossa parte no diálogo inter-religioso. Muitos cristãos ainda estão num caminho de mão única. Quando morreu o grande patriarca do budismo da Tailândia, o Papa João Paulo II enviou um cardeal para apresentar suas condolências e visitar os principais centros budistas daquele país. Fui chamado para acompanhá-lo e acabei partilhando a oração centrante com os principais mosteiros budistas na Tailândia. Lá, perguntaram-me se poderia ficar por um ano ou, no mínimo, um mês com eles, para que pudessem entrar em contato com a riqueza espiritual do Ocidente, que produziu figuras como São Francisco de Assis, Madre Tereza de Calcutá e outros.



Pergunta – Pratico meditação transcendental. Para minha grande surpresa, é praticamente igual ao que está sendo ensinado aqui. Quando fui fazer a meditação, guiado pelo senhor, o mantra que aprendi com a meditação transcendental veio o tempo todo à minha mente. Quis usar essa palavra de amor que escolhi, mas não consegui. A pergunta é: trata-se da mesma coisa ou devo mudar, esquecer o mantra que aprendi e passar a usar essa palavra de amor? Faço a pergunta porque estou voltando às minhas raízes católicas.

Pennington – Em meu livro, *Deus ao Alcance das Mãos*, já publicado em português, há dois capítulos sobre meditação transcendental. Num deles, tento mostrar as diferenças entre esse método e a oração centrante.

Existe uma certa similaridade. Em todas as tradições, há dois caminhos básicos de meditação: o de muito esforço e o de pouco esforço. No primeiro, trabalha-se incansavelmente. Por exemplo, na escola Tsai Zen, você se senta em uma banqueta por horas e trabalha com seu mantra, com o seu *koan*, até atingir a transcendência. Em muitos dos modernos métodos cristãos de meditação, toma-se uma palavra do Evangelho e trabalha-se com ela, buscando também quebrar barreiras e transcender. Por outro lado, na Soto Zen você apenas se senta em sua banqueta e deixa as coisas acontecerem.

A meditação transcendental é da espécie de menor esforço: usa-se um simples mantra sonoro, deixa-se tudo “ir” e renasce-se num novo estado de consciência. A oração centrante é também um modo sem esforço. Apenas nos sentamos, ficamos em Deus e usamos uma pequena palavra de amor para descansar mansamente com Ele.

No entanto, os dois métodos são, na verdade, diferentes. Na meditação transcendental, o mantra é um som sem significado e sua constante repetição leva a um estado alterado de consciência. Na oração centrante, escolhe-se uma palavra significativa, que expressa a intenção de estar realmente em amor com Deus, de ser completamente “sim” com Ele.

Santo Tomás de Aquino dizia: “Quando a mente pára, o coração prossegue”. Na meditação transcendental não há conceito ou idéia de inter-relação pessoal. Na oração centrante estamos respondendo, por isso a *lectio* vem antes. Respondemos a uma pessoa que sabemos que amamos ou que nos ama, que se relaciona conosco. Existem outras pequenas coisas que eu poderia citar, mas não creio serem úteis agora. O que tenho dito é que as pessoas podem usar a meditação transcendental como fazem os indianos. Quando eles se sentam para meditar, sua intenção é se abrirem para a atividade divina em suas vidas.

O nome da “oração centrante” é inspirado em Thomas Merton. O termo “pegou” e logo começou a ser usado em todos os lugares. Foi assim que Thomas Merton sempre rezou. Ele nunca usou os métodos orientais. Essa era sua maneira de rezar. Quando se referia aos frutos da oração, uma das coisas de que mais gostava de mencionar era a transformação da consciência.

Na oração centrante não fazemos nada, apenas sentamos lá, com Deus. O que as pessoas pensam de nós? A maioria pensa que somos loucos. E o que temos? Não temos nada, inclusive abandonamos nossos pensamentos, abandonamos tudo. Morremos para o falso "eu".

Pratico a oração centrante há muitas décadas e a tenho partilhado com centenas de milhares de pessoas por todo o mundo. Mesmo assim, ainda me surpreende como esse simples ato de sentar por vinte minutos, duas vezes por dia, apenas estando com Deus, pode transformar quem somos de uma forma tão completa.

LAURENCE FREEMAN
INTRODUÇÃO À MEDITAÇÃO CRISTÃ

Pergunta – Há diferença entre relaxamento e meditação?

Freeman – O relaxamento é o primeiro passo para a meditação. Para muitas pessoas isso é verdadeiro, por causa do estresse físico e psicológico. O que elas procuram, de imediato, é uma forma de relaxar. Contudo, depois de ter relaxado um pouco, entramos em contato com uma necessidade, um instinto mais profundo que é uma fome de paz. Paz na mente e no coração. Tudo isso significa uma harmonia, uma integração de todo o nosso ser.

Em primeiro lugar, é preciso que estejamos em paz conosco, aceitando nossa própria história, nossas experiências, aprendendo a viver harmoniosamente no momento presente, em vez de viver no passado ou no futuro. Depois, é preciso que aprendamos a ficar em paz com os que estão à nossa volta. É claro que isso implica uma questão de justiça, porque só podemos estar em paz quando nossos relacionamentos são justos.

Para muitas pessoas no mundo moderno, o relaxamento é o primeiro passo para entrar em contato com essa consciência espiritual mais profunda. Às vezes dizemos: "Bem, quero relaxar um pouco e depois dormir". Mas o ensinamento prático, tradicional, sobre a meditação, aconselha a não dormir. Devemos estar completamente relaxados, mas também inteiramente despertos.



Pergunta – Qual a diferença entre a meditação cristã e a oração centrante?

Freeman – Elas são, essencialmente, duas escolas da espiritualidade contemplativa contemporânea. Ambas encontram inspiração na tradição cristã primitiva da sabedoria monástica. As duas destacam a importância de uma vida contemplativa também para os leigos. Há diferenças de ênfase no próprio método da meditação. Acho que essas diferenças são significativas, porque quando começamos a praticar a meditação com seriedade é importante tomar um caminho e aprofundá-lo. A principal diferença entre meditação cristã e oração centrante está no ensinamento sobre o mantra.

Pergunta – O senhor falou de um trabalho de meditação que fez com crianças. Eu gostaria de saber se já houve atividades semelhantes com doentes mentais e, em caso afirmativo, quais foram os resultados.

Freeman – A doença mental está espalhada pelo mundo. A questão é saber qual o grau com que ela se apresenta. As pessoas com psicoses sérias devem se aproximar da meditação com muita cautela. É claro que a maioria de nós vive num certo grau de neurose e depressão. Tudo depende do tipo e da intensidade do problema. Se a pessoa está em tratamento psiquiátrico, tomando medicação, a prática da meditação precisa ser discutida com o psiquiatra. No entanto, acho que não se deve estabelecer regras absolutas sobre quando e como alguém está pronto para meditar.

Se entendemos a meditação como uma disciplina natural, suave, a escolha é quase espontânea: as pessoas a procuram quando se sentem preparadas. Mas sei de jovens, aqui em São Paulo, que estão em tratamento por problemas relativos ao uso de drogas ou álcool, que experimentaram a meditação e a acharam útil. Na última vez que estive no Brasil, visitei um centro de reabilitação desse tipo. O padre encarregado tinha um relacionamento muito forte com o grupo, que era composto de cerca de 100 pessoas, e me avisou logo no início da palestra que a atenção que eu receberia talvez não fosse tão boa quanto a de vocês aqui, hoje, por exemplo.

Depois de ter falado uns dez minutos, levei um choque: o padre disse algo em português e todos se levantaram e começaram a cantar com todas as suas forças. Depois sentaram-se de novo e continuaram a ouvir. Por fim, fizemos uma meditação muito silenciosa. O padre conhecia bem todos os jovens, que por sua vez confiavam plenamente nele. Por isso, acho que quando existe um bom relacionamento entre as pessoas

que são cuidadas e as que cuidam, a meditação pode ser praticada. Contudo, quando se está numa condição mental instável, sob tratamento medicamentoso, a necessidade da presença física de um instrutor é muito maior.



Pergunta – Gostaria de saber sobre o yoga, que tem outra postura. O que o senhor acha de fazer yoga e dizer mantras?

Freeman – Certamente há outros métodos e formas de meditação. Patanjali diz que o propósito da meditação é aquietar a mente. É claro que podemos aprender com as outras tradições e suas práticas. O Hatha Yoga é um método que pode ser integrado com muita facilidade a todas as maneiras de meditar. Em nossos retiros mais longos, em geral contamos com alguém que ensina yoga. Acredito que a disciplina de atenção ao corpo, quando bem ensinada, certamente beneficia a meditação. Precisamos ter critério e discernimento, mas repito que é certo que podemos aprender muito no contato com as diferentes tradições.

Pergunta – Qual seria o melhor meio de lidar com nossos sentimentos, e até com nossas dores, durante o período meditativo?

Freeman – Haverá instantes em que sentimentos fortes e lembranças dolorosas emergirão até a nossa consciência. Às vezes, percebemos sentimentos distantes, difíceis de identificar. São estados de espírito ligados a essas dores ou tristezas. Essa é, de longe, a experiência mais comum. Basicamente, é necessário prosseguir com o mantra ao longo desses estados de espírito e sentimentos. Não devemos tentar negá-los ou reprimi-los, mas sim continuar o trabalho. Com o tempo, perceberemos que o que ocorre é um processo de cura, uma integração de lembranças inacabadas, de recordação de experiências passadas.

Em outros momentos, mais raros, podemos ficar vivamente conscientes de lembranças ou sofrimentos passados. Às vezes, durante a própria meditação – se meditamos com regularidade –, é possível que nos percebamos pensando em algum relacionamento, alguma recordação, sem saber por que eles vêm de novo à nossa mente. Isso significa que esses níveis psicológicos estão sendo afetados pela atividade contemplativa. Quando entramos em contato com algum aspecto de nossa psique que precise ser compartilhado, discutido, ou que deva ser levado

para algum tipo de terapia, trata-se de um dos resultados da meditação.

Acredito que todos guardamos dentro de nós, num certo nível de consciência, tudo o que nos aconteceu. Nesse plano, há certos elementos que são muito dolorosos. O perigo é nos fixarmos neles. Temos de enfrentá-los e não reprimi-los nem negá-los. Ao mesmo tempo, precisamos nos conscientizar de que é importante atravessá-los, ir além deles. A prática do momento presente é uma ótima maneira de fazer isso. É o que os budistas chamam de "ação plena" e a tradição cristã denomina de "prática da presença de Deus". Ajudará muito se entendermos a própria meditação como essa prática no momento presente. Ao longo do tempo, perceberemos que ocorre um verdadeiro processo de cura. Quanto aos relacionamentos, embora possam ser dolorosos e provocar raiva, perceberemos que foram curados pelo perdão e, mais ainda, que somos capazes de perdoar. Por isso, é importante ver a meditação como uma disciplina diária e praticá-la dessa maneira, independentemente de quais sejam os nossos sentimentos num determinado dia. É esse compromisso com a prática que traz os melhores resultados.

Pergunta – Os autores da *Nuvem do Não-saber* e da *Noite Escura da Alma* sempre falam da contemplação como um estágio que se atinge depois de muito exercício. Não se pode chegar a ela diretamente? E, caso isso seja possível, podemos transformá-la apenas numa técnica anti-estresse?

Freeman – Acho que você precisa de um bom modelo do que seja a jornada espiritual. Talvez mais do que precisar de um modelo, é necessário ser flexível. A jornada não é uma linha reta, por meio da qual é possível medir o progresso. Talvez os melhores símbolos para essa situação sejam o labirinto e a espiral. Às vezes, parece que estamos repetindo uma parte do caminho na qual já estivemos. E num certo sentido estamos realmente a repetir, mas com uma nova profundidade, num outro nível.

Os padres do deserto tinham uma maneira simples de descrever essa circunstância. Diziam: "Você começa com muito entusiasmo. Nos primeiros dias da meditação, pode obter um grande avanço, experienciar a iluminação, a paz e o amor de Deus. A disciplina parece não ser problema. É como estar apaixonado. Depois de algum tempo, porém, tudo começa a ficar difícil e você passa por aquilo que eles chamavam de *athedia*.

É um sentimento, em diferentes graus, de desapontamento, desencorajamento, *secura*". É aí que se situa a "noite escura" de São João da Cruz. Numa situação como essa, os padres recomendavam: "Prossiga, mesmo em meio a essa *athedia*. Não desista, permaneça. Seu mestre e sua comunidade vão ajudá-lo a persistir, a sair desse túnel, dessa noite escura, e entrar na *apatheia*. A *apatheia* corresponde a um estado de bem-estar, de integração, um sentimento de profundidade e de paz. O filho de *apatheia* é *agape*, que é o amor.

Poderíamos dizer que isso descreve toda a jornada, do começo ao fim de nossas vidas. Mas também ajuda a descrever a experiência contínua. É um ciclo de crescimento pelo qual passamos. Outra forma de descrição é, por exemplo, a maneira como lidamos com o ego. Jesus fala em "deixar o eu para trás". Bem, a única cura para o ego é a morte. Em certos momentos ele pode até morrer, mas logo renasce. E cada vez que renasce volta um pouco mais forte.

São maneiras diferentes de ver a questão da noite escura, a purgação, a purificação. Gosto muito de São João da Cruz, e acho que a "noite escura da alma" é uma bela descrição da jornada. Entretanto, há um certo perigo em tomá-la como o único guia, o único mapa para a viagem. Muitas pessoas acham que a espiritualidade dos padres do deserto é muito contemporânea. Nas conferências de João Cassiano, encontramos exemplos que podem ajudar muito a compreendê-la. O mesmo vale para a *Nuvem do Não-Saber*.

Pergunta – Gostaria de saber se a prática da meditação de tradições diferentes pode atrapalhar a meditação cristã.

Freeman – No começo da jornada espiritual, é como se estivéssemos fazendo compras num supermercado espiritual. Nesse período, pode ser muito proveitosa a descoberta de diferentes caminhos, de vias paralelas. No entanto, para que haja crescimento é preciso que se desenvolva uma grande lealdade. É necessário que no sintamos atraídos por uma determinada disciplina ou trilha. Isso não significa, necessariamente, que tenhamos de afirmar que essa ou aquela é a única maneira e todas as demais são inferiores. Mas acho que há um ponto natural em nosso crescimento, no qual nos sentimos atraídos por um determinado caminho. Nesse momento, é preciso que assumamos um compromisso, que é sempre difícil. Contudo, as alegrias e os frutos mais profundos da vida só são obtidos por meio dele.

Pergunta – O mantra deve ser pronunciado mentalmente ou oralmente?

Freeman – Devemos pronunciá-lo interiormente. No começo, pode parecer que o estamos dizendo em nossas mentes, porque a maioria de nós se centra nela. Nesse estágio, temos a impressão de estar lutando o tempo todo contra as distrações. Porém, com a prática começamos a fazer ressoar o mantra em nossos corações. É difícil descrever o processo, porque não se trata de algo fisicamente localizável. Entretanto, a melhor maneira de trazer a mente para o coração – como descrevem os mestres – é dizer o mantra interiormente, silenciosamente, sem mover os lábios ou a língua. É como se o estivéssemos escutando à medida que o repetimos: não o visualizando, mas ouvindo-o.



Pergunta – O senhor já fez meditação com o Dalai Lama. E com o Papa, qual foi sua experiência?

Freeman – A agenda do Papa é muito ocupada. Ainda não tive essa oportunidade, mas gostaria que ela acontecesse um dia.

Pergunta – Qual é a importância do ritmo da respiração durante a repetição do mantra? Pergunto porque senti muita dificuldade em repetir e respirar.

Freeman – Acho que é importante não dividir a atenção entre respiração e mantra. Toda a atenção deve ser dada ao mantra, mas se você tiver que escolher entre respirar e dizê-lo, deve escolher a primeira alternativa. Se pensar na respiração como uma roda girando sem parar, faça com que o mantra repouse nela. E então, sem que você se dê conta disso, ele adquirirá seu próprio ritmo. Não há regras rígidas sobre como respirar. Você pode, por exemplo, dizer o mantra enquanto inspira e expira, silenciosamente. Ou pode dizer as primeiras sílabas enquanto inspira e as duas últimas enquanto expira. Veja o que lhe parece melhor. Talvez seja necessário algum tempo para que você se acostume.

Pergunta – Gostaria de ouvir seus comentários sobre o processo do pensamento, isto é, sobre onde ele começa e para onde vai em seguida.

Freeman – Há várias bibliotecas dedicadas a essa questão. Segundo entendo, é melhor dizer que o primeiro pensamento é a consciência do Eu, o pensamento-Eu, que dá origem à incrível complexidade do pensamento humano. Não há um fim para

ele, a não ser que façamos o caminho inverso, até o pensamento-raiz. Na verdade, acho que é isso o que fazemos na meditação.

A primeira coisa de que nos conscientizamos quando meditamos é que o pensamento é uma espécie de atividade autônoma: não o controlamos. E surge a questão: quem está consciente disso? Quem pode observar meus pensamentos? Nesse momento, começamos a nos dar conta de que não somos a nossa mente, não somos os nossos pensamentos. Então perguntamos: quem sou eu?

A jornada espiritual, o caminho da meditação, nos leva para além do pensamento. Ultrapassá-lo é experienciar a morte do pensamento-Eu. É por isso que, com frequência, quanto mais perto chegamos de sua raiz, mais resistência sentimos. Temos medo de que, se pararmos de pensar, cessaremos de existir. Na verdade, a tradição contemplativa cristã nos ajuda muito nesse ponto, porque não vê esse processo de contemplação primariamente como um exercício intelectual, mas sim como uma experiência de amor.

Pode levar algum tempo para entendermos que meditação é amor, porque, a partir do nosso ego, temos outras imagens do que é amor. No entanto, há um grande estímulo e sabedoria na compreensão da jornada contemplativa: entendemos que não podemos conhecer Deus por meio do pensamento, e sim por meio do amor. Essa compreensão do amor como o verdadeiro sentido da jornada espiritual, de certa forma, afasta o medo que sentimos de desaparecer.

Pergunta – Qual é a relação entre a justiça social e o caminho da contemplação?

Freeman – Hoje há uma redescoberta – e a América Latina contribuiu muito para isso – de que a profundidade contemplativa na espiritualidade está ligada ao nosso trabalho por justiça social. Uma das maneiras de entender essa situação é perceber que quando há justiça acontece o reconhecimento da igualdade.

Um dos frutos da prática da jornada contemplativa em grupo é que percebemos que somos iguais. Na experiência da meditação, chegamos a uma consciência direta da nossa natureza essencial, que é diferente dos papéis sociais, políticos e religiosos que desempenhamos no mundo. Talvez nos tornemos desconfortavelmente cientes de que há um conflito entre a nossa verdadeira natureza e esses papéis. Pela meditação, tomamos consciência de que somos iguais às outras pessoas.

Conheço muita gente que participa e trabalhos de justiça social, e que tem também compromisso com a vida contemplativa. Sabem que se quisermos mudar as estruturas da sociedade teremos de mudar o modo de perceber as coisas. Não se trata de brincar com idéias, mas sim de ver a realidade de uma maneira diferente.

Pergunta – A meditação acontece mais no plano físico ou no espiritual?

Freeman – Se a meditação for praticada como uma forma de fé, será essencialmente espiritual. Mas é uma espiritualidade que afeta todas as dimensões da nossa existência, sejam elas físicas ou mentais. Parece que há mudanças nas ondas cerebrais enquanto meditamos, mas, se ficarmos medindo essas ondas, pararemos de meditar.

Pergunta – Gostaria que o senhor falasse do amor de uma forma menos conceitual, etérea, abstrata.

Freeman – Não acho que o amor de que falo seja etéreo. Chegamos a ele pela remoção das barreiras e dos obstáculos que nós mesmos criamos e que o bloqueiam. Esses obstáculos normalmente derivam do sentimento de que não somos dignos de amor. Trata-se de uma crença que vem de experiências de rejeição ou abandono. Do ponto de vista teológico, sentimos que fomos rejeitados por Deus porque pecamos. Assim, o amor de Deus nos parece completamente sem sentido. Nossa experiência psicológica com relacionamentos, desde a infância, contribui muito para isso.

Entretanto, nunca cessamos de ansiar por esse amor e o fazemos com todas as fibras do nosso ser. Não se trata de nada abstrato. Por outro lado, desenvolvemos muitos mecanismos de autofrustração, que nos impedem de recebê-lo quando chega. Há duas coisas a fazer. A primeira é amarmos uns aos outros. Isso significa que precisamos criar comunidades de amor: esse é o grande desafio do nosso tempo. Essas comunidades precisam ser muito humanas: esse é o grande desafio para a Igreja de hoje. A outra coisa é meditar, porque na meditação nos voltamos para o centro misterioso do nosso ser e aí experienciamos o amor, o amor incondicional de Deus.

Sabemos, pela experiência da meditação, que há muita resistência a esse estado. Mas esse amor não é uma criação do nosso pensamento ou da nossa fantasia: é uma realidade. Quando juntamos essas duas práticas – viver numa comunidade de

amor e praticar a meditação –, o reino de Deus se revela. A maioria dos seres humanos precisa das duas coisas, porque o amor de Deus realmente permanece, como você diz, como uma idéia muito abstrata, e qualquer experiência de amor humano poderá fazer toda a diferença na vida de uma pessoa.

Encontrei pessoas que viveram a vida toda sem nenhum tipo de realização emocional, sexual ou humana. Mas alguma experiência de amor entrou no domínio da consciência delas, às vezes de maneira bastante não-convencional, o que lhes proporcionou certas experiências, por meio das quais puderam compreender um pouco a idéia do amor de Deus.

Pela meditação descobrimos não apenas que somos amados, mas que amamos. Chegamos de fato à maturidade quando percebemos que somos capazes de amar muito mais do que pensávamos.

Pergunta – Li sobre monges budistas que faziam, durante a meditação, viagens astrais. Há aí alguma contradição com o cristianismo?

Freeman – Eu vôo muito, mas nunca fiz esse tipo de viagem. Não há necessidade de ter esse tipo de experiência imaginativa. Todas as tradições nos advertem a não buscar experiências extraordinárias. Há certas tradições, como o budismo tibetano, nas quais experiências assim podem ser desenvolvidas para o bem da jornada espiritual. Mas elas são conduzidas sob a rígida orientação de um mestre e esses ensinamentos não estão escritos. Assim, se você encontrar algum livro que lhe diga como eles devem ser praticados, não será um livro autêntico. É muito mais importante começar com uma prática simples e diária. Recomendamos dois períodos de meditação por dia – de manhã e à noite, por exemplo –, que devem ser observados com fidelidade. É o bastante para nos mostrar uma experiência maravilhosa da realidade.

THOT



**RITA
MENDONÇA**

é bióloga e socióloga. Desenvolve projetos na área de Ecologia e Cultura. Ministra cursos voltados para a ecologia aplicada, tais como Ecologia na Vida Cotidiana, Educação Ambiental e Turismo, Ecoturismo e Percepção da Natureza, a Natureza do Nascimento.

A EXPERIÊNCIA NA NATUREZA SEGUNDO JOSEPH CORNELL

● professor Joseph Cornell é um dos mais respeitados educadores naturalistas do mundo. Alguns de seus livros foram traduzidos para mais de 15 línguas e já venderam mais de 400.000 cópias. Seu trabalho tem exercido grande influência no desenvolvimento da educação ambiental em contato com a natureza, em diversos países. Neste texto, apresentaremos a fundamentação teórica de seu trabalho, sua metodologia, com alguma exemplificação das atividades, e o relato da experiência de alguns países. Aqui no Brasil, temos buscado desenvolver uma adaptação de sua proposta para roteiros ecoturísticos.

A metodologia e as atividades propostas pelo professor Joseph Cornell baseiam-se na consideração de que há um grande espaço a ser percorrido no caminho da busca da compreensão e da interação com a Natureza. Se para ela estamos nos voltando, com esse crescente interesse pelo ecoturismo em todo o mundo, devemos olhar para nós mesmos e para a nossa história. Observaremos então o que nos liga à natureza, e o que dela nos separa e distancia.

Por que visitar a natureza, hoje, com tanta aplicação? Reduzida a áreas de difícil acesso ou de baixo interesse econômico, a natureza preservada funciona como fundo de quintal, local menos privilegiado entre as classificações de espaço feitas implicitamente pela sociedade urbano-industrial. Última fronteira para a conquista final de todo o mundo natural, os parques e demais áreas naturais preservadas podem, por outro lado, ajuda-nos a perceber quem somos e para que estamos aqui.

Podem permitir que se desenvolva a consciência de que fazemos parte daquele conjunto, mesmo estando esquecidos disso em nossos ambientes e afazeres urbanos. Podem, por fim, permitir que conheçamos a nós mesmos.

Se somos solitários, num mundo exclusivamente humano, compartilhado apenas com espécies que possam nos servir, que sentido encontraremos para os nossos exercícios de visita? Para que servirá a nossa pressa produtiva, se não estivermos mais à altura de compartilhar o planeta com aqueles que conosco vieram povoá-lo? Símbolos de nosso inconsciente, as matas e os mares nos são muito mais necessários do que podemos imaginar. Depois de milênios de conquista e de dois séculos de exploração intensiva, vemo-nos agora na iminência de perder os espaços naturais. Ao mesmo tempo, perdemos a intimidade que com eles tínhamos.

As crescentes visitas à natureza que hoje observamos, muitas vezes desconhecem essa possibilidade mais profunda de interação íntima com ela. Visitamos os espaços naturais impregnados de nossa cultura de dominação e consumo e de nossa vivência urbana. Isso nos deixa muito poucas possibilidades de expressar os potenciais de nossos órgãos dos sentidos e os nossos sentimentos.



Vivemos numa sociedade racionalista, tecnológica e objetiva. No entanto, o sentir é algo inerente ao viver. Não é valorizado. Fica latente, aguardando a oportunidade para ser revelado. As experiências com a metodologia criada por Joseph Cornell mostram que, muito além dos conhecimentos que queremos ter sobre a Natureza e seus mecanismos, muito além do simples contato, estão nossas formas de compreender, perceber e sentir esse universo.

Necessitamos agora de encontrar a ponte que nos leva de volta ao nosso ponto de partida. Aqui se encontra – a meu ver – o campo de atuação da metodologia e atividades propostas por Cornell. Elas expressam uma reflexão profunda e conhecimento sobre as possibilidades humanas de interação com a natureza. Revelam que estas podem ser infinitas. Comprovam que a visita ao mundo natural pode ser infinitamente aprimorada. Cornell não se cansa de dizer que o principal ingrediente para uma efetiva conservação dos espaços naturais é a afetividade.

Temos informações suficientes sobre o estado atual do ambiente no mundo, sobre as catástrofes naturais, sobre os impactos das atividades humanas, sobre os limites do crescimento econômico, etc. Se esse conhecimento fosse suficiente, já

teríamos há muito interrompido esse processo agressivo de destruição e conseguido manter um modo de vida sustentável. Mesmo valorizando a criatividade, no universo competitivo de hoje, não conseguimos sair do círculo vicioso em que nos fomos envolvendo ao longo dos séculos.

Portanto, informação e conhecimento, ainda que absolutamente necessários, são insuficientes para elaborar processos de efetiva transformação na organização social e nas formas de relacionamento com o mundo. Um equilíbrio entre razão e sentimento é fundamental para um entendimento mais amplo da natureza.

Observação e Participação – Muitas visitas ecoturísticas hoje praticadas revelam-se um desperdício de oportunidades. Muitas vezes, são prejudiciais aos ambientes visitados. Elas não deixam de reproduzir – e talvez não possam deixar de fazê-lo – a nossa cultura. Obedecem ao mesmo ritmo urbano. Os interesses estão no final da linha, nos chamados atrativos, e não na experiência em si, não no caminho; os olhares são rápidos, consumidores de paisagens e não interativos; a relação de dominação se expande, o lixo se espalha e o descompromisso com os lugares e culturas visitados também se amplia. O ingrediente faltante, o afeto, está latente. Se expressado, pode transformar profundamente as pessoas.

Não há como expandir uma consciência conservacionista da natureza, se a relação afetiva com ela não permear a cultura de um povo. “Para que conservar, se não sinto de fato necessidade dela?” “Para que conservar, se posso viver indiferente a ela e vice-versa?” Qual o real sentido da conservação da Natureza? A questão aqui é centrada nos sentimentos. O que mais poderia fazer um investidor: mudar de idéia e querer deixar uma floresta em pé, em vez de substituí-la por algo mais “produtivo”?

Os espaços naturais bem preservados são nossos maiores mestres. “Dizem” tudo que não conseguimos dizer. Mas se trata de uma aula sutil: o “aluno” precisa estar receptivo. O monitor pode ser um facilitador desse diálogo. Se o ecoturismo visa ser o motivador da conservação da natureza e das culturas locais, não pode deixar, entre outras coisas, de exercer essa facilitação. Pode ser concebido e planejado respeitando o seu potencial de, além de conservar a natureza, poder ampliar as possibilidades humanas de desenvolver uma relação integral com ela, e, nesse processo, contribuir para que os indivíduos evoluam em relação ao conhecimento e respeito a si próprios.

Ao mesmo tempo, construirá uma relação de respeito e interesse pelo outro.

A vivência é essencial. Não é possível "compreender" essa proposta sem a experiência. É algo que não se explica, que não se ensina. O educador facilita, sugere, propicia. É como a vida, que não pode ser apreendida sem a experiência. Ao caminhar pelos espaços naturais, somos convidados não mais a observar o que vemos, mas a observar a nós mesmos como componentes daquele meio.

As explicações científicas são valiosíssimas para dar suporte a essa compreensão. Mas a natureza existe em si, além de nossas explicações. Vai muito além das possibilidades da nossa linguagem. Sou o resultado de um processo, tanto quanto aquelas plantas, animais, rochas e águas que estou visitando. Para experienciar a natureza, preciso ampliar minha capacidade de percepção. Se mudo minha maneira de pensar, modifico minha forma de me relacionar com ela, transformo a mim mesmo, altero todo o sistema de que faço parte. Toda vivência é uma auto-observação, uma observação de si mesmo que leva à conclusão de que estamos ligados uns aos outros.

Não existe separação entre o eu e o mundo. Existe um contato permanente, quer eu o perceba quer não. Cada um tem sua experiência, o mundo não é o mesmo para todos. Cada um produz o mundo segundo sua própria estrutura. Nesses exíguos e maravilhosos espaços naturais que ainda temos, nessa amplitude de possibilidades mentais que sempre tivemos, podemos pensar nas visitas à natureza como laboratórios de experiências e de elaboração de novas relações com o mundo. As atividades propostas por Cornell, sejam aplicadas separadamente, sejam potencializadas quando pela metodologia do Aprendizado Sequencial, têm sua atuação justamente neste campo: o da facilitação da interação com o mundo selvagem.

Diz ele: "À medida que começamos a sentir uma comunhão com os seres vivos que nos rodeiam, nossas atitudes se tornam mais harmoniosas e fluem com naturalidade. Por conseguinte, passamos a nos preocupar com as necessidades e o bem-estar de todas as criaturas"(Cornell, 1997). Essa aproximação nem sempre se dá a partir do simples contato. Pensando nas perspectivas de mudança de hábitos e relações é que suas propostas foram elaboradas.

Construindo Novas Posturas: as Premissas Básicas –

Antes de começar a exposição da metodologia, é importante relembrar as cinco regras do ensinamento ao ar livre que o professor Cornell sempre enfatiza. Elas são dirigidas aos guias/monitores/educadores que conduzirão grupos na natureza, mas a observação dos princípios que as fundamentam pode ser muito valiosa para todos os profissionais relacionados à estruturação das visitas à Natureza:

Ensine menos e compartilhe mais. Se partimos com um grupo para entrar em contato com a Natureza, é claro que todos têm a expectativa de que expliquemos o que pode ser visto, que os auxiliemos a compreender o que está acontecendo. Mas é importante que o monitor também tenha condições de expressar o que sente e ouvir as manifestações dos participantes. Uma observação muito freqüente é a de que o excesso de conhecimento, ou a forma absoluta em que ele é apresentado, pode *desautorizar os sentimentos*, provocando logo de início uma situação de hierarquia e de distanciamento que definirá todo o resto da experiência.

Tão importante quanto conhecer os mecanismos é a reflexão sobre os princípios que os regem, é perceber de que forma essas novas situações estão chegando até nós, como as estamos recebendo e o que fazemos com elas. De que serve, por exemplo, saber momentaneamente o nome científico de uma planta, se isso nada me vai dizer sobre o seu funcionamento, sobre suas relações com o meio e comigo, que faço parte desse meio?

Além do conhecimento do nome da espécie, está a reflexão sobre como nos relacionamos com ela e como ela pode influenciar a nossa vida: o que pode estar nos dizendo. Atrás desse esforço de interação, está a idéia de que pouco a pouco podemos ir desfazendo a relação de sujeito-objeto (eu sou o sujeito, que observo e manipulo, e a natureza é o objeto de minha observação ou admiração), para criar uma relação sujeito-sujeito (estamos experienciando uma relação de troca). Por isso é importante compartilhar a experiência a cada passo. Assim, iremos estimulando os participantes a se expressarem e a localizar conhecimentos e sentimentos muitas vezes adormecidos em cada um.

Seja receptivo. O monitor deve ouvir e estar atento tanto às manifestações do grupo como às do mundo natural. Ele guia,



dá o exemplo. Estando receptivo, o grupo já terá uma referência de como ser receptivo também. Ao abrir dessa forma as portas da percepção, as constantes descobertas trarão satisfação e alegria, estimulando cada vez mais a receptividade. Isso, por sua vez, possibilitará o início do aprofundamento da experiência. Todo comentário, por mais exótico que às vezes pareça, pode ser uma oportunidade para que o interesse pela natureza vá crescendo gradativamente. Se assim for, a tendência natural de "consumir paisagens" vai se transformando num interesse autêntico, abrindo o caminho para uma interação maior.

Concentre a atenção do grupo. A maioria das pessoas não está acostumada a observar a natureza tão de perto. Descubra logo de início o que lhes desperta mais o interesse e, pouco a pouco, leve-as a entender o que é uma observação perspicaz.

Observe e sinta primeiro, e fale depois. Se alguém chama a atenção para algo interessante, uma explicação imediata do fenômeno pode interromper a sua experiência direta. Mais importante que a explicação ou a identificação em termos científicos é a descoberta e a própria observação de cada um, que se faz sobre o fenômeno em si e sobre a própria reação de cada observador.

Emoção, agitação, medo, susto, perplexidade, maravilhamento, são fenômenos muito importantes, despertados pelo pulsar do sangue nas asas transparentes de uma libélula, o bater das asas de um beija flor, a dança das sementes aladas ao sabor do vento, a beleza de uma orquídea, a riqueza de uma bromélia, a vida social dos bugios, o encanto de um cervo, a tranquilidade de uma preguiça etc. As explicações devem vir depois da observação. Assim, caso o monitor não tenha conhecimento de todas as explicações ou não saiba o nome científico de todas as plantas ou animais, a experiência não fica desperdiçada. Pode-se, então, perceber que há muito mais a conhecer do que a simples denominação dos fenômenos.

Assinala Cornell: "Os nomes das plantas e animais são apenas qualificações superficiais para aquilo que eles verdadeiramente *são*. Assim como nossa existência não está presa ao nome nem ao físico ou personalidade, um carvalho é muito mais do que um simples nome e uma lista de acontecimentos relacionados a ele. Observe a árvore por meio de perspectivas diferentes".

Crie um ambiente leve, alegre e receptivo. O entusiasmo do monitor é contagiante. O grupo não vai se animar ou interessar-se por uma visita mais elaborada, se ele não se mostrar entusiasmado com essa possibilidade. Os princípios básicos subjacentes a estas regras são: interdependência, complementaridade, respeito, diversidade, cooperação, flexibilidade, sensibilidade, interesse e responsabilidade.

O Aprendizado Seqüencial – A proposta visa tornar o trabalho do educador/guia mais eficaz, com o objetivo de buscar uma interação cada vez maior com os elementos naturais. Contribui tanto para ampliar a intuição como para aumentar o conhecimento científico da natureza. Como observa Cornell, "cada brincadeira cria uma situação, ou uma experiência, na qual a natureza é a mestra".

As atividades, jogos e brincadeiras são mais eficazes quando utilizados numa determinada seqüência, independentemente da idade dos participantes, do seu estado de espírito e do local em que são realizados. Por isso seu nome ficou sendo Aprendizado Seqüencial (*Flow Learning*TM). Ele propõe uma infinidade de experiências com a natureza, nas quais as circunstâncias do momento são a referência principal.

O monitor deverá começar a partir do ponto em que o grupo está, e então estimular uma participação intensa e guiá-lo, passo a passo, para atividades progressivamente mais sensíveis e experiências mais profundas, num novo prisma de compreensão, conscientização e entusiasmo.

O sistema é muito flexível. Outras atividades, além das inúmeras apresentadas nos livros de Cornell, podem ser utilizadas nessa metodologia. Esta observação é muito importante para a sua adaptação a roteiros de ecoturismo, em que as atividades sugeridas devem ser entremeadas pelo simples caminhar, o apreciar da paisagem, os banhos de cachoeira, as conversas livres, etc.

Segundo Cornell, "o Aprendizado Seqüencial tem por objetivo proporcionar uma experiência genuinamente positiva com a natureza. Depois de uma sessão conduzida com sucesso, cada participante adquire uma nova, agradável e sutil conscientização de sua unidade com a natureza, e uma intensa empatia com a vida. Você também descobrirá que as pessoas participarão com mais entusiasmo das discussões sobre o aspecto científico da história natural e da ecologia se primeiro ajudá-las a ficar receptivas e inspiradas". A partir de uma agitação maior e dispersão

do grupo, a progressão sugerida conduz gradativamente a estágios em que se dá a percepção intuitiva de nossa conexão com tudo que nos cerca.

Um dia de atividades ao ar livre divide-se em quatro estágios: 1: despertar o entusiasmo; 2: concentrar a atenção; 3: dirigir a experiência; 4: compartilhar a inspiração.

ESTÁGIO 1: *Despertar o Entusiasmo*. Ao chegarmos a uma área natural, é comum observarmos que o grupo fica agitado, às vezes até eufórico, com vontade de falar, contar histórias, até mesmo gritar. O ar fresco da manhã, o espaço aberto, o mistério da vida selvagem, costumam excitar os visitantes recém-chegados. Pode acontecer também que o grupo esteja cansado, sonolento, desanimado, apático, desinteressado, sentindo muito calor ou muito frio. De uma maneira ou de outra, estamos falando de *entusiasmo*, de sua presença ou ausência. Cornell cita Bulwer-Lytton: "Nada é tão contagiante quanto o entusiasmo... é o gênio inspirador da sinceridade e a verdade não pode ser alcançada sem ele".

A primeira coisa que observo é que o grupo, sempre, precisa sintonizar-se com o lugar, isto é, precisa ter a percepção do *agora* do ambiente visitado. Precisa se dar conta de que vai fazer coisas diferentes das de sua vida cotidiana. As atividades sugeridas para esse estágio são ativas, seja para concentrar o interesse a partir da agitação, seja para estimular os desintegrados e desinteressados. Essas atividades geram um intenso fluxo de energia. O monitor perceberá se alcançou os objetivos desse estágio ao observar que todos estão participando com alegria.

Numa visita turística, o simples caminhar livre em um espaço aberto pode ser uma atividade desse estágio, na qual os participantes deixam fluir sua energia, ao mesmo tempo em que estão caminhando e percebendo (muito pouco, por enquanto) o seu entorno. Um grupo agitado e falante tem poucas condições de perceber, e muito menos de interagir, com esse entorno. Por isso, a caminhada livre deve ser logo direcionada para algo mais concentrado.

É preciso cuidado com essas passagens, pois um grupo de ecoturismo não está sempre disposto a jogar ou brincar. Temos o hábito de viajar para chegar a um ponto – o atrativo que motivou a ida àquele lugar. Assim, o experienciar do caminho deve ser cuidadosamente sugerido pelo monitor. Ao fazê-lo, ele estará abrindo possibilidades para que os participantes tenham experiências realmente novas.

Cornell, mais uma vez: "Quando você levar um grupo a um passeio ao ar livre, tenha em mente que os primeiros momentos são extremamente importantes, porque as pessoas, em geral, percebem desde o início se a experiência será divertida ou não. Se você começar com brincadeiras animadas, é quase certo que o grupo todo estará disposto a participar". O monitor deverá não só conhecer bem as brincadeiras, para poder escolhê-las, como também saber que tipos de reação elas suscitam, para defini-las em função do estado de ânimo em que o grupo se encontra a cada momento.

ESTÁGIO 2: *Concentrar a Atenção.* Normalmente as pessoas estão alegres, descontraídas e revigoradas ao final do primeiro estágio. Mas, para perceber melhor a natureza, é preciso acalmar as mentes. Esse é o momento de concentrar a energia e tornar o grupo mais atento. Tal atenção não pode ser conseguida logo no primeiro momento. As primeiras atividades servem de ponte para o segundo estágio. É nesse momento que a diferença entre "olhar" e "ver" pode ser percebida.

O segredo das atividades desse estágio está em focalizar a atenção em um dos sentidos e usar uma forma sutil de levar os participantes a se concentrarem nele. Os livros citados sugerem muitas atividades desse tipo, mas o monitor pode criar outras delas, em função de sua experiência e possibilidades. Aqui, as atividades não precisam ser muito longas, variando de 5 a 15 minutos a critério do monitor. Contudo, se ocorrer uma manifestação natural que atraia a atenção de todo o grupo, como por exemplo uma revoada de pássaros, não será necessário definir nenhuma ação específica para esse fim. O monitor deverá estar sempre atento aos momentos de sugerir as atividades e perguntar-se se o grupo já está pronto para passar para o próximo estágio, no qual atividades mais sensíveis serão propostas.



ESTÁGIO 3: *Dirigir a Experiência.* Cornell tem como uma de suas principais fontes de inspiração os escritos deixados por John Muir, o grande naturalista americano, pioneiro na difusão de idéias de conservação da natureza e principal defensor da idéia de criação de parques, conceito hoje difundido em todo o mundo.

Muir foi um personagem fora do comum, que se embrenhava pelos espaços naturais e voltava descrevendo suas experiências, realmente intensas e profundas. Estava sempre tão ávido

de experiências na natureza, que a fome e o frio não lhe eram fatores inibidores. Atualmente, Cornell está lançando um livro baseado na biografia de Muir. Inspirados nele, podemos pensar: numa situação de encantamento, as palavras que conhecemos nunca são suficientes para expressar o que sentimos e percebemos. No entanto, "nenhum elemento químico da Terra é tão sensível como a alma humana". Há aí um espaço que podemos ampliar infinitamente.



As atividades deste estágio visam atuar nesse espaço. É interessante que para ele sejam escolhidas áreas em que os participantes possam ter uma experiência realmente direta e positiva da natureza. Quanto mais preservada a área, melhor. Uma mata primária traz resultados mais intensos que um local alterado ou em regeneração.

Aqui, as ações têm a finalidade de intensificar um ou mais sentidos. São semelhantes às do estágio 2, mas têm um potencial maior para envolver os participantes em uma experiência direta. As atividades com os olhos vendados levam as pessoas a ficarem mais atentas às informações recebidas dos outros sentidos e, assim, poderem perceber o ambiente de uma outra forma. A partir desses procedimentos, pode-se descobrir um forte sentimento de pertinência e compreensão. Uma coisa é ter conhecimentos sobre a teia alimentar e a relação entre todos os seres vivos. Outra é senti-la a partir de uma experiência direta. Segundo Cornell, essa é a única forma de conhecer realmente a natureza. É como se, pelo menos por alguns instantes, nos permitíssemos esquecer de nós mesmos.

ESTÁGIO 4: *Compartilhar a inspiração.* Esse é o momento de sedimentação da experiência. Proporciona um fechamento para o dia e favorece a sensação de totalidade. São atividades envolventes e poéticas. Nesses momentos, as pessoas se sentem convidadas a expressar o melhor de si. "Quando os participantes passam juntos momentos maravilhosos, a troca de informações tem um efeito muito intenso", diz Cornell. Assumir esse encantamento perante o grupo leva os participantes a consolidarem a sua experiência. E a voltarem para casa "diferentes".

Quando a experiência for conduzida por mais de um dia, o Aprendizado Sequencial poderá ser aplicado a cada passo, e o grupo tenderá a ficar cada dia mais receptivo e envolvido com o mundo natural. Neste estágio podem-se usar as atividades do *Journey to the Heart of Nature*, ou então trabalhar contando

mitos e lendas da literatura oral, escrevendo poemas individuais ou coletivos ou, ainda, ouvindo uma música que sintetize e integre as experiências daquele dia.

A Sharing Nature Foundation – A Sharing Nature foi criada pelo professor Joseph Cornell para difundir seu trabalho. A sede fica em Nevada City, Califórnia, EUA. A instituição tem um núcleo de profissionais que desenvolvem workshops nos Estados Unidos e Canadá. Cornell viaja por todo o mundo, dando palestras e workshops. Alguns países têm coordenadores regionais, como o Brasil, Japão, Alemanha, Taiwan, Tailândia, Grécia, Suíça, Reino Unido, Austrália e Eslovênia. Estes são também os países em que ele tem realizado visitas periódicas, entre outros.

A editora Dawn Publications tem publicado todo o material produzido pela Fundação: livros, vídeo e jogos. O primeiro livro de Cornell, que em português recebeu o título de “Brincar e Aprender com a Natureza” (*Sharing Nature with Children*), foi publicado pela primeira vez em 1979. Uma edição revista e ampliada foi lançada em 1998. Trata-se de um guia de bolso, com um formato adequado para ser realmente utilizado em campo. A obra fez um grande sucesso, e exerceu e exerce grande influência sobre a educação ao ar livre em todo o mundo.

Depois dela foi publicado, em 1987, *Listening to Nature*, um livro com fotos e poemas comentados, contendo sugestões de atividades mais contemplativas, uma para cada dia do mês. Em 1989, Cornell publicou *Sharing the Joy of Nature*, que em português recebeu o título de A Alegria de Aprender com a Natureza. Aqui, ele apresenta o *Aprendizado Sequencial* e desenvolve novas atividades. As duas publicações brasileiras são resultado de uma parceria feita entre as editoras SENAC e Melhoramentos. Em 1994, a convite da “Organização Mundial do Movimento Escoteiro”, Cornell lançou o *Journey to the Heart of Nature*, destinado a jovens, contendo novas aproximações e muitas aventuras.

Atualmente está no prelo o livro *John Muir - My Life with Nature*, em que ele surpreende convidando o leitor a conviver com a natureza a partir do olhar amoroso, experiente e aventureiro de John Muir e, a partir daí, explorar com profundidade as suas próprias experiências e a refletir sobre elas. Está também em fase de publicação o texto: *With Beauty Before Me - An Inspirational Guide for Nature Walks*, em que Cornell selecionou citações dos mais variados autores, para servir de material de

apoio às atividades mais reflexivas do estágio 4. Para algumas citações, ele sugere atividades ou faz reflexões.

Essas citações são muitas vezes utilizadas por ele em suas palestras e workshops. No final, há indicações sobre diversas formas de utilizá-las. Há ainda a atividade "Círculos em expansão", muitas vezes empregada em seus workshops, mas que ainda não havia sido publicada. Trata-se de uma atividade que requer bastante concentração, destinada a grupos mais experientes. A seguir, faço o relato de algumas experiências de países que, a meu ver, têm se destacado na difusão e adaptação das propostas da Fundação.

Japão. Destaca-se por sua estruturação. A Japan Nature Game Association tem expressão nacional e reúne mais de 6.000 associados. É uma organização de serviço público, reconhecida pelo Ministério da Educação local. Produziu um grande impacto no país. Além de oferecer workshops no Japão e nos países vizinhos, os japoneses publicam o jornal *Sharing Nature Worldwide*, difundindo as idéias da Fundação e auxiliando seus simpatizantes a trocarem experiências.

Eslovênia. O terapeuta Bogdan Zorz tem uma experiência extraordinária com as atividades e jogos de Joseph Cornell. Trabalha com crianças e jovens com distúrbios comportamentais, desequilíbrio emocional ou problemas psicossomáticos, e busca ajudá-los a superá-los e facilitar sua vida. O Centro onde recebe as crianças localiza-se em área cuidadosamente escolhida no entorno de uma floresta, pois já haviam descoberto que a natureza é uma excelente mestra e terapeuta, e que as pessoas se tornam mais abertas, comunicativas e responsáveis quando em contato com o mundo natural. Zorz fez uma adaptação das atividades e surpreende ao relatar experiências e resultados alcançados:

- os jogos de observação ou os energéticos são excelentes para as crianças com problemas psicomotores e distúrbios de concentração. Com eles, a criança aprende a controlar o que originalmente era o seu maior problema;
- os jogos noturnos são apropriados para os que sofrem de vários tipos de ansiedade, especialmente distúrbios do sono. São também empregados com crianças vítimas de violência e outros tipos de abuso;
- os jogos que requerem participação com a natureza são excelentes para as crianças com problemas de comunicação, para as agressivas ou as que têm problemas de auto-estima.

Zorz criou uma adaptação para poder empregar os jogos dentro de seu trabalho terapêutico. Um aspecto que ele destaca como importante é o *follow-up*, em que os participantes são estimulados a relatar a experiência e a refletir sobre ela. Conhecer essa experiência me fez pensar no quanto esses jogos atuam próximos à essência da natureza humana, revelando o que cada um de nós tem de melhor. Esse núcleo central une a todos e forma uma substância comum, na qual todos somos diversificadamente iguais. Cada vez que tomo conhecimento de novas experiências, percebo a riqueza e importância da Sharing Nature. Na verdade, cada monitor/professor/ terapeuta utiliza os jogos à sua maneira, integrando-os em suas atividades, o que faz com que seu aproveitamento tome múltiplas tonalidades.

Reino Unido. Segundo Alan Dyer, coordenador de Educação Ambiental da Universidade de Plymouth, a atuação da Sharing Nature, nestes últimos anos, influenciou várias gerações de professores em seu país. De maneira sutil e difusa, influenciou o sistema educacional: não há uma biblioteca escolar que não tenha os livros de Joseph Cornell. Ainda que com dificuldades para implantar a Educação Ambiental de maneira mais ampla nos currículos escolares, a educação na natureza sempre formou parte importante da vida escolar. Essa conquista, segundo Dyer, deve muito à penetração do trabalho de Cornell.

A experiência brasileira. Os jogos e atividades da Sharing Nature são praticados no Brasil por professores do ciclo fundamental e por ONGs. Estão também começando a ser aplicados por agências de ecoturismo e de estudos do meio. Até 1996, data da primeira visita de Cornell ao Brasil e da publicação em português de *Brincar e Aprender com a Natureza (Sharing Nature with Children)*, as atividades eram conhecidas por aqueles poucos profissionais que tiveram acesso aos livros em inglês e em espanhol. Após o lançamento em português de *A Alegria de Aprender com a Natureza (Sharing the Joy of Nature)*, e sua segunda visita em 1999, seu trabalho começou a ser muito mais difundido e utilizado pelos profissionais da área.

Tenho conhecimento de algumas ONGs que integram as atividades sobretudo aos seus programas de formação. Educadores de diversas instituições procuram integrá-las a seus programas de Educação Ambiental. Até onde pude perceber, a partir de conversas com esses educadores, as atividades são postas em prática integradas aos mais variados programas, sem a aplicação da metodologia do Aprendizado Sequencial. Supo-

nho que o mesmo esteja ocorrendo com os educadores do ciclo fundamental.

É muito difícil mapear o andamento da incorporação dessas atividades no Brasil. Posso comentar com muito mais liberdade a minha experiência pessoal nesse campo, como educadora e monitora de grupos. O que tenho desenvolvido são adaptações da metodologia do Aprendizado Sequencial para roteiros ecoturísticos, baseada na observação de que a simples visita à natureza nem sempre é suficiente para proporcionar ao visitante uma empatia com as outras formas de vida e uma interação pessoal com elas. Essas experiências têm sido desenvolvidas com grupos de adultos, grupos mistos, de jovens e eventualmente de crianças.

Como já disse antes, nas viagens de ecoturismo as pessoas estão habituadas à prática de visitar atrativos, não dando tanta importância à experiência e à experiência do caminho. Por isso, a escolha do itinerário e o planejamento das visitas são definidos com a intenção de conciliar seus interesses com o objetivo de estreitar o relacionamento que os participantes possam ter com os elementos naturais. Considero-os essenciais para dar sentido e justificar esse tipo de visita. Se não, por que visitar a natureza?

Sempre que possível, promovo um encontro com os participantes antes do dia da viagem. Nessas reuniões preparatórias, refletimos sobre a relação que cada um tem com a natureza, como outros povos se relacionam com ela e quais os efeitos decorrentes do relacionamento que nossa sociedade tem tido com o mundo natural. Esses encontros são geralmente muito interessantes, pois com frequência as pessoas desejam visitar as áreas naturais apenas porque gostariam de fazer algo diferente, sem maiores pretensões. Quando explico o que iremos fazer e quais as implicações e possíveis desdobramentos, o sentido da visita amplia-se, assim como o interesse do grupo. Os encontros também são úteis para os participantes que não estão habituados a entrar em contato com sua sensibilidade, e assim evitam que eles sejam apanhados de surpresa.

Justifico esse procedimento por considerar que, se temos tão poucas áreas naturais preservadas, e se é tão difícil cuidá-las e mantê-las, visitá-las deve ter muita importância para o indivíduo, se não seria melhor conhecer ambientes menos frágeis e mais alterados, onde o impacto da visita é menor.

Na verdade, a grande vantagem de buscar visitas mais conscientes está no conhecimento de seu potencial transformador



dos indivíduos que, ao voltar renovados para casa, possam se sentir motivados a estruturar suas vidas com mais qualidade e responsabilidade. Cornell refere-se sempre à importância das experiências transformadoras na natureza e por meio dela, nas quais o aprendizado vem de dentro para fora e não o inverso, como é usual. Para interagir com a natureza, é preciso ter experiência pessoal e direta com as plantas, os animais e as rochas, sem intermediários. Em nossa cultura urbana, não somos preparados para isso, daí a importância desse trabalho.

Tenho posto em prática essas reflexões em diversos lugares, com destaque para dois parques: o PETAR (Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira - SP), onde o programa de aprofundamento da experiência é incrivelmente facilitado pela exuberância das matas e a generosidade de suas cavernas; e o Parque Estadual da Cantareira - SP, que impressiona pelo contraste, pela proximidade de uma das maiores manchas urbanas do mundo.

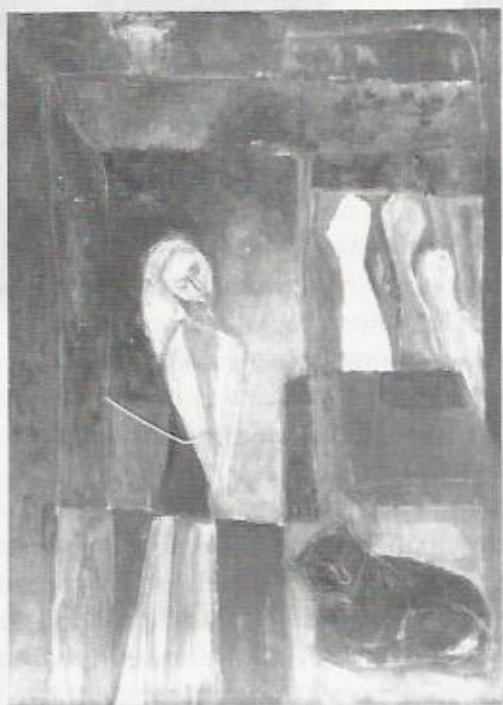
As atividades são sempre conduzidas de forma a criar uma intimidade progressiva com o ambiente. Procuro propô-las de tal modo que elas não criem uma sensação de quebra no fio da caminhada, no decorrer da visita. A experiência de conduzir grupos numa mesma área, repetidas vezes, revela ainda mais a potencialidade desse método. Há sempre uma originalidade em cada visita, o que nos faz perceber que nem nós somos os mesmos, a cada vez que voltamos a um mesmo lugar.

Considerações finais – As atividades propostas pela Sharing Nature constituem um instrumento pelo qual a visita à natureza pode ser aprimorada. Inúmeras vantagens decorrem desse aprofundamento pois, ao ampliar as possibilidades de interação dos indivíduos com o mundo natural e entre si, a necessidade de conservá-lo torna-se mais clara e premente.

Além disso, o processo de interação promove um comportamento mais tranquilo e perceptivo, impactando muito menos o ambiente visitado em comparação ao usual, freqüentemente eufórico e agitado. Trata-se de uma proposta de vivência, em que cada participante se envolve verdadeiramente, cria laços sólidos com a natureza. Assim, sua motivação para a conservação fica confirmada, não só pelos dados objetivos de necessidade de recursos, como por uma necessidade interna de convivência e interação.

THOT

Uma versão ampliada deste artigo foi publicada no livro *A educação pelas pedras: ecoturismo e educação ambiental*, organizada por Célia Serrano e Fabio Cascino, ed. Chronos, S. Paulo, 2000.



**VLADIMIR
DIMITROV**


é pesquisador do
Centre for Systemic
Development da
University of Western
Sydney – Awkesbury,
Austrália. O co-autor
deste estudo,

**ROBERT
EBSARY**

já falecido, pertencia
à mesma
universidade.

A BUSCA DA IDENTIDADE

*Autopoiese intrapessoal
e autoconhecimento*

 **que é autopoiese intrapessoal** – Humberto Maturana¹ e Francisco Varela introduziram a idéia de autopoiese¹ como uma forma de organização sistêmica, na qual os sistemas como um todo produzem e substituem seus próprios componentes, numa contínua articulação com o meio. Os sistemas autopoieticos são autocatalíticos, isto é, não apenas estabelecem, mas também mantêm uma fronteira peculiar com o mundo circundante – fronteira essa que simultaneamente os separa do meio ambiente e o conecta com ele.

Os seres humanos são exemplos de sistemas autopoieticos – eles se reproduzem numa co-evolução incessante com o meio: as pessoas respondem (ou seja, reagem, adaptam-se) às mudanças do ambiente e este responde (reage, “adapta-se”) à intervenção humana.

Cada indivíduo tem características que refletem sua estrutura interna peculiar. Essa estrutura está aberta às mudanças: inevitavelmente evoluímos, no curso de nossas vidas. Como as pessoas dividem entre si o que experimentam e o que sabem (ou pensam que sabem) acerca de si mesmas e do mundo, muitas semelhanças se originam das maneiras pelas quais elas vêem, interpretam e entendem os fenômenos vitais. Mesmo assim, cada indivíduo expressa seu *self* como uma personalidade única, desde a infância até a velhice. Em todo ato físico, emocional, mental ou espiritual, o *self* de cada indivíduo reproduz a si próprio, mantendo uma fronteira peculiar com o mundo circundante e “evoluindo” em harmonia com ele.



A reprodução e evolução do *self* de cada indivíduo, em conexão vital com o seu meio ambiente, é o que chamamos de autopoiese intrapessoal.

O Self Individual – Segundo as antigas escrituras védicas, o *self* é o gênio fundamental e supremo da natureza, que espelha a sabedoria do cosmos. Esse gênio está dentro de cada um de nós, como parte de nosso esquema interno, e não pode ser apagado.

Uma definição científica do *self* pode basear-se na semiótica: o *self* individual surge como uma escolha conceitualizada de indicadores que traduzem, para usar uma boa analogia, a sensação que temos de estar “em casa” com nossos sentimentos e pensamentos. Por meio do estudo dessa escolha, e relacionando-a às condições espaciais e temporais sob as quais ela foi feita, o indivíduo pode buscar a sua identidade e autenticidade.

A busca da identidade e da autenticidade conduz a um *ícone*, que representa um signo do *self* de cada um. Esse ícone evolui com o correr do tempo. Entender o que ele significa a cada instante constitui a essência do autoconhecimento – o processo central da autopoiese intrapessoal.

Autoconhecimento – Trata-se de um processo que inclui três vertentes:

1. Conhecimento do ideal (CDD), que busca respostas para a questão: “Que espécie de personalidade ideal eu gostaria de desenvolver (nutrir, fazer crescer, concretizar) em mim mesmo?”
2. Conhecimento dos obstáculos no caminho para o ideal (COI). Aqui, o objetivo é responder à pergunta: “Que tipo de obstáculos (externos ou internos) me impedem de alcançar (desenvolver, concretizar) o meu ideal?”
3. Conhecimento da energia individual (CEI). Esse conhecimento procura respostas para a indagação: “Como posso ampliar e utilizar melhor o meu potencial (poder, força de vontade, determinação) para lidar com (ou superar) os obstáculos que há no caminho para o meu ideal?”



Como as três *gunas* (termo sânscrito para designar as qualidades fundamentais da natureza humana, descritas na antiga filosofia iogue de Patanjali), as três vertentes do autoconhecimento jamais estão em equilíbrio: elas mudam sempre, de modo que a cada momento uma delas prevalece.

Se predomina o conhecimento do ideal (CDI), estamos com frequência num estado contemplativo ou onírico – seja gerando ativamente idéias, planos, visões e cenários de futuro, seja imaginando passivamente que estamos em algum estado ou condição ideal. Caso predomine o conhecimento dos obstáculos no caminho para o ideal (COI), é possível que nos sintamos deprimidos: podemos estar cômicos do quão difícil seria alcançar o estado ideal (tal como o vemos em nossos sonhos, planos e visões) e de quanto esforço, conhecimento e vigilância seriam necessários para mantê-lo. Na situação em que prevalece o conhecimento da energia individual (CEI), estamos em geral num ânimo ativo e criador – agimos visando pôr em prática as nossas idéias, planos e sonhos.

Como de costume, as três vertentes interagem mutuamente por meio de vários ciclos de *feedback* positivo e negativo. O caminho mais promissor para a auto-realização e o crescimento pessoal parece ser o *feedback* positivo entre o CDI e o CEI. A imagem do ideal estimula as ações humanas e estas o tornam mais real, próximo e alcançável. Um círculo de *feedback* negativo entre o CEI e o COI parece agir contra a auto-realização e o crescimento individual. Quanto menos ativos estamos, mais obstáculos surgem no caminho para os nossos ideais e vice-versa.

As vertentes de autoconhecimento e seus modelos interativos emergem da conexão estrutural com o meio ambiente, onde ocorre a experiência humana. A esse meio damos o nome de espaço experiencial humano. Ele proporciona o contexto no qual a autopoiese intrapessoal se manifesta.

O Espaço Experiencial Humano – Examinemos as principais características desse domínio.

O espaço experiencial humano é *caótico*, porque:

-
- a) Não podemos prever quais os padrões de experiência vão surgir em nossas vidas, nem mesmo a curtíssimo prazo;
 - b) Mudanças mínimas nas narrativas que fazemos a nosso respeito, e sobre o mundo em que vivemos, podem provocar alterações dramáticas em nossa experiência cotidiana;
 - c) Modos de comportamento aparentemente simples e rotineiros podem levar a modelos experienciais extremamente complicados.

O espaço experiencial humano é *multidimensional*, porque:

- a) Um número quase infinito de fatores inter-relacionados, "internos e externos", contribui para a nossa dinâmica experiencial;
- b) Forças auto-organizadoras emergem da turbulência dessa dinâmica e são responsáveis pela evolução humana.

O espaço experiencial humano não obedece à linearidade do tempo:

- a) Tanto o passado quanto o futuro se encontram nos modelos experienciais do tempo presente;
- b) A natureza de um evento experiencial reflete diretamente a percepção humana num determinado instante.

Atratores estranhos² (ou atratores caóticos) surgem e desaparecem no espaço experiencial humano:

- a) A vida humana se bifurca de um atrator para outro;
- b) Os atratores de nossa experiência sensorial são estruturas dissipativas, isto é, vão diminuindo e se dissipando à medida que convergem para o atrator final, que é a morte física.

A experiência humana tem uma tendência a se fixar num atrator estranho específico do espaço experiencial humano:

- a) Com muita frequência este atrator é aquisitivo, orientado para o ganho – ligado à busca do bem-estar material (ou da fama, do poder, do prazer, do conhecimento etc.);
- b) A força auto-organizadora que emerge desse tipo de atrator mantém sempre a mesma direção – no caso, para uma aquisição cada vez maior (de dinheiro, fama, prazer, conhecimento etc.);

- c) Com a dissipação (retração, diminuição) do poder do atrator, a intensidade de sua força auto-organizadora diminui.

Dois fatores – inspiração e intenção – desempenham papel crucial nos processos de autoconhecimento e são indispensáveis para as manifestações externas e internas da autopoiese intrapessoal.

Inspiração – A inspiração proporciona energia ao espaço experiencial humano e prolonga a vida dos atratores que ali pulsam. Ela pode também fornecer a energia necessária para um salto súbito (de um atrator para outro). O impacto crucial da inspiração implica que ela pode provocar a emergência de novos atratores e, assim, constitui um poderoso estimulador da criatividade humana.

Como a criatividade, a inspiração ocorre espontaneamente em nosso espaço experiencial. Sabemos que buscar inspiração ou pretender ser espontâneo é algo que não funciona na prática. Pelo contrário, iniciativas como essas criam obstáculos à deflagração do *flash* inspirador. Entretanto, há muitos catalisadores poderosos da inspiração, sejam eles externos (belos cenários, personalidades marcantes, música, quadros, leituras etc.), ou internos (realizações individuais, força de vontade, experiências amorosas, fé, esperança etc.). Diferentes catalisadores podem ter efeitos inspiradores diversos em diferentes indivíduos.

A dinâmica de qualquer atrator orientado para os ganhos materiais no espaço experiencial humano (mesmo os ligados à acumulação de conhecimento) pode ser reforçada, mas nunca inspirada. A fixação a um determinado atrator não pode ser inspirada. Quando se tenta reforçá-la, em geral o resultado é a exaustão desse atrator. No entanto, um ato de genuína inspiração pode ajudar uma pessoa a resistir às forças de algum atrator prejudicial ao corpo e à mente, e assim livrá-la de fixações excessivas. (Os Alcoólicos Anônimos são um exemplo de inspiração espiritual, que ajuda as pessoas a lidar com o poder prejudicial do alcoolismo.) Qualquer esforço espiritual genuíno necessita de um lampejo de inspiração, do contrário perde em sinceridade e fenece rapidamente.

A inspiração é necessária para proporcionar energia à procura da identidade e da autenticidade, que por sua vez são importantes para a busca da auto-realização, iluminação e sabedoria. Não se trata de um fenômeno “logocêntrico”, isto é,



ela não se baseia em nenhum sistema logicamente consistente de pensamento, que proclama sua legitimidade amparando-se em proposições externas e universalmente válidas. Fundamenta-se, ao contrário, em lógicas humanas e autoconstituídas, que são circulares, auto-referenciadas e portanto paradoxais.

Por ser estimuladora da criatividade, a inspiração precisa ser intermitente (descontínua) em termos de causalidade: as cadeias causa-efeito se desfazem diante de sua lucidez. Qualquer análise *a posteriori* de como a inspiração funciona possivelmente revelará relações de similaridade geométrica entre trajetórias experienciais, e não ligações de coerência entre causas físicas. Portanto, os mecanismos geométricos parecem ser adequados para “mapear” (localizar) eventos inspiradores no âmbito das dinâmicas experienciais.

Intenção – Em contraste com a inspiração, a intenção é um fenômeno logocêntrico, ou seja, baseado em um sistema logicamente consistente de pensamento. O pensamento lógico, a análise causa-efeito e a acumulação de conhecimentos teóricos e práticos, nos ajudam a determinar nossas metas, propósitos e objetivos, e a escolher as abordagens por meio das quais eles podem ser alcançados. A intenção orienta os fluxos de energia no espaço experiencial humano. A força de vontade individual é diretamente responsável pela manutenção da intencionalidade humana. Sem ela (e sem todos os demais esforços físicos e mentais dela emanados) a energia da inspiração se dissolve irreversivelmente.

A inspiração faz nascer novos atratores no espaço da experiência humana, mas é a intenção que escolhe para onde deve se orientar a nossa atividade. A mera geração de muitos atratores, sem que sejam desenvolvidos esforços suficientes para assimilar suas finalidades e entender a sua natureza, pode ser muito destrutiva. Na antiga fábula, o jumento morre de fome porque é incapaz de escolher entre duas fontes atraentes de alimento. Na fábula do nosso tempo, a humanidade está matando o seu meio ambiente (e portanto a si própria), porque é incapaz de entender a natureza perigosa de muitos dos atratores criados pelo pensamento linear atualmente dominante, e também porque está



fortemente orientada (de forma exaustiva e competitiva) para o ganho e a acumulação de bens materiais, prestígio e prazer.

A compreensão dos atratores que atuam no espaço experiencial humano requer um certo esforço. Entretanto, antes disso é necessária *a intenção de estarmos atentos* ao que acontece em nossas vidas. Em sua maior parte, os eventos da vida humana são extremamente sutis e ligados às delicadas esferas dos mundos mental, emocional ou espiritual de nossa individualidade. Para poder sentir e entender o que acontece nesses domínios, precisamos de extrema atenção, vigilância e cuidado. Essas qualidades devem ser intencionalmente descobertas em nosso íntimo e por nós mesmos. Ninguém de fora pode injetá-las em nós, tornar-nos cômicos do que acontece em nosso espaço experiencial interior. Esse espaço é sagrado, e só nós próprios podemos ter acesso a ele – *o espaço sagrado interior de um indivíduo é o lugar onde funciona a sua autopoiese intrapessoal*.

“Não me siga, siga a você mesmo” – Essa frase famosa é de Nietzsche. Ela se relaciona fortemente com o funcionamento da autopoiese intrapessoal. Significa que o processo autopoietico que se manifesta num determinado indivíduo não pode ser transplantado para o espaço interno de outro. Se você segue os outros em vez de ser você mesmo, perderá rapidamente a sua centelha e deixará de refletir a luz de sua individualidade. Sem esta, não há auto-atenção, crescimento pessoal nem progresso na vida.

Seguir outra pessoa (seja mentalmente, emocionalmente ou espiritualmente) significa copiar, imitar ou identificar-se com o mecanismo de autopoiese intrapessoal do outro e esquecer o seu *self* real. Essa circunstância pode resultar em conflitos fatais entre o *self* e a mente (confusão de pensamentos), entre o *self* e o coração (confusão de sentimentos) e entre o *self* e o espírito (confusão na busca de identidade).

A autopoiese intrapessoal precisa de liberdade para funcionar. A partir do momento em que nos rendemos a algum outro *self*, nossa liberdade é perdida e nos tornamos incapazes de auto-expressão. A falta de liberdade torna a autopercepção

impossível e resulta na perda de oportunidades individuais para o autoconhecimento, auto-realização e crescimento.

Capacidade de Aprender – A capacidade individual para a aprendizagem é crucial para o estabelecimento, seja ele espontâneo ou intencional, de conexões e interdependência entre os eventos experienciais e seus modelos e processos. Se encararmos os eventos e os processos como fenômenos interconectados, poderemos extrair deles muitos significados e, dessa maneira, utilizá-los como lições pessoais de vida.

Infelizmente, nossa capacidade para apreender o significado de nossas experiências é bastante limitada. Somos capazes de refletir apenas sobre os pontos de mutação globais de nossas vidas, e eles são muito poucos. Há uma infinidade de eventos minúsculos, de difícil percepção, que acontecem incessantemente e influenciam de forma decisiva o nosso modo de viver. É possível aprender a percebê-los? A resposta positiva se relaciona, mais uma vez, com o despertar da percepção.

A percepção humana é infindável. Uma vez aberta, ela se espalha e ajuda a ver mais e mais as coisas que acontecem em nosso cotidiano – mas não a percebê-las como acontecimentos isolados e insignificantes, e sim como constituintes vitais de uma teia integral e dinâmica, que pulsa em cada um de nós e daí se estende a todas as criaturas animadas e inanimadas do Universo.

Nascemos para perceber a nós mesmos. O que precisamos é de aprender como fazer emergir essa propriedade inerente, como retirá-la debaixo das camadas de preconceitos, estereótipos, hábitos e ignorância, que se acumularam durante anos e anos de obediência cega a instruções alheias, ou no desempenho de atividades nas quais nos comportamos como robôs, no bojo de atratores orientados para ganhos exclusivamente materiais. As técnicas de concentração, contemplação e meditação, especialmente ajustadas à natureza de cada indivíduo, podem ajudar de modo decisivo no aguçamento de nossa capacidade de aprender a partir dos eventos da vida, não importando o quão insignificantes eles pareçam ser.

Conclusão – De todas as experiências que podemos viver, a do nosso *self* interior é a mais importante. Nossos corpos estão sempre mudando. Nossas mentes, com seus pensamentos, sentimentos e desejos, também vêm e vão. Num caso e no outro, trata-se de experiências fechadas no tempo e no espaço: não devem ser confundidas com as pessoas que as experimentam.

Deepak Chopra observa que "aquele que passa por uma experiência está além do tempo e do espaço. Representa o fator atemporal que há em toda experiência limitada pelo tempo. É ele quem sente o que está por trás dos sentimentos, quem pensa os pensamentos, quem anima os nossos corpos e mentes". Ele é o nosso *self*. Sua reprodução e evolução constitui um entrelaçamento indissolúvel com o Universo e está no centro da autopoiese intrapessoal, cujo entendimento equivale ao entendimento de nós mesmos – e essa é a mais elevada das compreensões.

THOT

NOTAS

1. *Poiesis* é uma palavra grega que significa "produção". "Autopoiese" significa autoprodução. Sistema autopoietico é aquele que produz a si mesmo, utilizando para isso a energia vinda do meio ambiente. A cicatrização de uma ferida ou a consolidação de uma fratura são exemplos de processos autopoieticos. A medula dos ossos é um sistema hematopoietico, isto é, reproduz as células vermelhas do sangue (hemácias) à medida que elas se desgastam e são destruídas. O organismo humano, bem como o de todos os seres vivos, é um sistema autopoietico.
2. Um atrator é um centro para onde determinadas energias são atraídas. Por exemplo, a aquisição de dinheiro, poder e bens materiais é o atrator para onde se dirige grande parte das energias da nossa cultura. Os atratores são estruturas importantes na teoria dos fractais. Este termo vem do latim *fractus*, que significa irregular e fragmentado. Os fractais são figuras representativas da geometria do caos e mostram que nele há também uma ordem. Num fractal, cada parte reproduz com exatidão todas as características da totalidade. Os sistemas dinâmicos (os seres vivos, por exemplo) podem assumir comportamentos incertos e caóticos, que os físicos e matemáticos representam graficamente por meio de fractais – os chamados "atratores estranhos" ou "atratores caóticos". Para um estudo dos fractais e sua relação com a arte, ver o artigo de Dalva de Abrantes *Fractal arte; um novo padrão estético*, publicado em THOT, nº 63, págs. 56-61, 1996.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- MATURANA, H. and VARELA, F., 1987. *The Tree of Knowledge*. Boston: Shambala.
- LUHMANN, N., 1990. *Essays on Self-Reference*. New York.
- MCNEIL, D. and DIMITROV, 1998. *Topology of Uncertainty*, in *Fuzzy System Design: Social and Engineering Applications*, Ed. L. Reznik and V. Dimitrov, Heidelberg: Physica Verlag.
- CHOPRA, D., 1994. *Journey into Healing*. New York: Harmony Books.



**JOSÉ LUIZ
MARTINEZ**

é Semióticista da
música e compositor,
Ph.D. em musicologia
pela Universidade de
Helsinki. Pesquisador
associado ao
Programa de Pós-
Graduação em
Comunicação e
Semiótica da PUC-SP.

PANDIT CHAURASIA: O MESTRE DA FLAUTA

Ele atravessou o porto de desembarque do aeroporto de Guarulhos com decisão. Com um *kamiz-pajama* branco, a tradicional vestimenta do norte da Índia, Pandit Hariprasad Chaurasia cumprimentou o Sr. Singh, enviado do consulado da Índia para recebê-lo. A seguir, apertou minha mão, enquanto ouvia a minha apresentação, feita por aquele senhor de turbante. Depois partiu em busca do guichê da companhia aérea, para reconfirmar seu voo para Paris, dali a dois dias.

Eu o segui, imitando seus passos firmes. Deixamos os outros músicos e acompanhantes e subimos sem demora ao primeiro andar. Depois de trocarmos algumas frases introdutórias, enquanto aguardávamos os procedimentos de reconfirmação, ele me disse: "Sabe, eu gosto muito de água. Seria possível providenciar três garrafas de água mineral sem gás?"

Concordei prontamente. E assim, além de admirador, estudante e pesquisador de música clássica indiana, naqueles dois dias em que Pandit Chaurasia esteve se apresentando em São Paulo e Campinas, transformei-me em seu fornecedor oficial de água. Uma função certamente especial, se lembrarmos da importância que a água tem na Índia: elemento purificador, oferecida aos deuses nos rituais hindus, quando então se converte em *arghya*, a água sagrada.

Acompanhei Pandit Chaurasia e seu grupo durante sua permanência em São Paulo, não somente apreciando seus concertos, mas ainda me beneficiando de suas idéias e vasto conhecimento musical. Neste artigo, gostaria de oferecer uma visão da



música de Chaurasia, que pudesse facilitar aos leitores o entendimento e a apreciação de sua arte, no contexto da música clássica da Índia. Esta – convém lembrar – é com certeza a tradição musical asiática mais conhecida no Ocidente. E esse reconhecimento não é casual. Trata-se de uma arte refinada, desenvolvida durante milênios de prática contínua.

A música da Índia privilegia as dimensões melódica e rítmica, de sutilezas e elaborações únicas, apresentadas de forma envolvente e progressiva. Existem, tal como dois ramos de um mesmo tronco, dois grandes sistemas de música clássica indiana: a praticada no norte é chamada de *hindustani*, e a que se faz no sul é a *carñática*. A arte sobre a qual falarei aqui é a *hindustani*.

Pandit Hariprasad Chaurasia – Pandit (maestro) Chaurasia é um dos músicos indianos da atualidade mais produtivos e mundialmente conhecidos. Nasceu em 1938, em Allahabad, uma cidade do norte da Índia, localizada no encontro dos rios Ganges e Yamuna. (Um lugar especialmente sagrado para os hindus, pois acredita-se que um terceiro rio subterrâneo, o Sarasvati², vem ao encontro dos outros dois naquele ponto.)

A confluência dos três rios é denominada Triveni. Hariprasad Chaurasia iniciou seus estudos musicais aos 15 anos, com Pandit Rajaram, inicialmente em música vocal, como normalmente se faz na Índia. Não se trata apenas de um recurso didático, pois a música vocal tem primazia sobre a dos instrumentos. Mais tarde, Hariprasad dedicou-se à flauta e estudou oito anos com Pandit Bholanath, de acordo com a tradição mestre-discípulo. Em 1957, foi contratado pela Rádio Nacional Indiana (AIR). Lá, além de tocar flauta exerceu a função de compositor. Promovido para a rádio de Bombaim (atual Mumbai), estudou ainda com Annapurna Devi, filha do grande Acharya Allaudin Khan, professor de Ustad Ali Akbar Khan e de Pandit Ravi Shankar.

Graças ao seu domínio da tradição musical hindustani e à sua criatividade, Chaurasia ampliou as possibilidades técnicas e expressivas da flauta transversal. Sua carreira solo registra inúmeros concertos em praticamente todos os países da Ásia, Europa e América do Norte. Seu mérito tem sido reconhecido não somente pela aclamação de públicos e críticos, mas também pela atribuição de diversos prêmios importantes. Em 1984, recebeu o Prêmio Nacional da Sangit Natak Academy, a Academia Indiana de Música, Teatro e Dança. Recebeu mais dois

prêmios importantes na área das artes: o “Maharastra Puraskar”, pelo estado de Maharastra, e o “Konrak Samman”, pelo estado de Orissa. Em 26 de janeiro de 1992, o presidente da Índia conferiu-lhe o título de “Padmabhushan”, a mais alta condecoração civil do país.

Bansuri: o instrumento – A flauta é um dos instrumentos dos quais se tem as mais antigas referências em textos e pinturas na Índia. Já no *Yajur Veda* consta a profissão de flautista, e há diversas representações de músicos celestiais tocando flauta nas pinturas das grutas de Ajanta (séc. 2 a.C.). Além disso, existem esculturas de flautistas das diversas épocas e estilos por toda a Índia. Dizem as escrituras que Krishna seduzia seus devotos tocando flauta, o que não é surpresa, já que esse instrumento tem um timbre doce e fluido. Portanto, não poderia haver instrumento mais apropriado para Chaurasia: seu primeiro nome, Hariprasad, significa literalmente “a ambrosia de Krishna”.

O *bansuri* é uma flauta transversal de bambu. Panditji me explica que o bambu do qual se faz o *bansuri* não recebe nenhum tratamento especial. Os melhores são os do Estado de Bihar, e devem ser cortados na lua nova, quando têm a menor quantidade de seiva. Assim, além de estarem melhor protegidos contra a ação dos insetos, têm uma dureza maior, resultando num som mais definido.

As flautas na Índia têm comprimentos variados. Cada tamanho é usado de acordo com o registro que o músico pretende explorar. Na flauta de Pandit Chaurasia, de cerca de 70 cm de comprimento, a tônica equivale aproximadamente ao *mi* natural. Ele usa ainda uma flauta *piccolo*, de cerca de 25 cm, especialmente quando interpreta música folclórica.

Há seis orifícios na flauta. A posição básica, que fornece a nota *sa* (tônica), é aquela em que os três furos superiores estão fechados e os três inferiores, abertos. Com todas as aberturas fechadas, o *bansuri* toca sua nota mais grave, a quinta inferior, ou *mandra pa*. Pelo fato de serem instrumentos simples, sem chaves, as flautas indianas são capazes de produzir glissandos e ornamentos suaves e contínuos entre as notas. O *mind* (glissando), essencial na música hindustani, é feito por meio de um movimento contínuo dos dedos, abrindo ou fechando progressivamente os furos, milímetro por milímetro e em sequência.



Diversos ornamentos são também produzidos pelos dedos: *kan* (*appoggiatura*), *murki* (*gruppetto*). Outros são feitos pela embocadura. Os *gamak*, uma espécie de trinado, são conseguidos pelo deslizar repetido de um dedo sobre um dos furos do *bansuri*, num movimento alternado rápido da mão, que assim combina o trinado com o glissando, conseguindo uma imitação perfeita do *gamak* realizado pela voz humana. A qualidade vocal que o *bansuri* produz é tão convincente que uma ouvinte, depois do concerto, me perguntou se Panditji cantava ao mesmo tempo em que tocava seu instrumento. E não foi fácil convencê-la de que ele estava apenas soprando seu *bansuri*!

Raga: o repertório – O *raga* é a estrutura fundamental da música indiana. Existem na atualidade centenas deles conhecidos, ainda que somente cerca de 40 ou 50 sejam executados com regularidade. Os *ragas* nasceram, foram tocados e transformados por músicos indianos numa tradição contínua de mais de dois mil anos. Um *raga* se caracteriza tanto por um conjunto de elementos musicais (tais como uma certa escala, motivos melódicos, ornamentos típicos), como por sua qualidade estética única. De fato, a palavra *raga*, em sânscrito, significa charme, sentimento, cor. O objetivo de um concerto de música indiana é encantar o ouvinte, seduzindo a sua mente de tal maneira que ele não possa ficar impassível.

Em São Paulo³, o repertório que Pandit Chaurasia tocou consistiu em três peças: *raga* Jog, *raga* Hansadhvani e uma peça folclórica denominada Pahadi Dhun. Jog é um *raga* raro, que deve ser tocado à noite. Em sua estrutura, de apenas cinco das sete notas de uma escala, existem frases melódicas com a terça menor e outras com a terça maior, fazendo com que o *raga* oscile entre as qualidades estéticas mais sérias e circunspectas e as mais brilhantes.

Já o *raga* Hansadhvani soa definitivamente jovem e energético. Sua estrutura é simples e direta e seu caráter é inquieto, ativo e volátil – o que os músicos indianos chamam de *chanchal*. Hansadhvani, que pode ser traduzido como “o canto do cisne”, é um *raga* originário da tradição carnática. Foi incorporado há algumas décadas à música do norte e hoje é bastante popular.



Em Campinas⁴, o repertório foi um longo desempenho em *raga* Yaman Kalyan, e um tema folclórico em *raga* Shiva Ranjani. Yaman Kalyan é um dos mais tradicionais *ragas*

hindustani, apropriado para o início da noite, freqüente na abertura de concertos. Esse *raga* encabeça um importante grupo de outros, inter-relacionados. Seu nome composto revela o prestígio que teve no passado, nas cortes mogóis⁵ do norte da Índia.

“Kalyan” vem do sânscrito, e “Yaman” procede do persa. De fato, em cortes como a do imperador Akbar (que reinou em Délhi entre 1556 e 1605), produziu-se um magnífico amálgama cultural, no qual as tradições musicais indianas foram combinadas com as formas persas e da Ásia Central. O resultado desse ecletismo foi expresso em quase todas as formas de arte indianas. Para citar alguns exemplos, pode-se pensar na arquitetura do famoso Taj-Mahal, em Agra; no estilo de dança Kathak; nas miniaturas indianas do séculos 17 e 18; e nos poemas que revelam o sábio sincretismo de Kabir.

A escala do *raga* Yaman Kalyan tem sete notas, e a quarta é aumentada. Nesse aspecto, é semelhante a outras escalas encontradas na música de diversas culturas, tais como o modo lídio da renascença européia, ou certas escalas da música folclórica do nordeste brasileiro. A elaboração que se dá a essa estrutura musical na Índia é, no entanto, incomparável. Popular e extremamente conhecido entre músicos de todos os níveis, Yaman Kalyan é um *raga* considerado doce e gentil – *madhur*, em hindi.

O grande cantor e catedrático Pandit Omkarnath Thakur (1897-1967), fundador da Faculdade de Música da Universidade de Benares, descreveu o caráter estético de Yaman Kalyan como “o sentimento do despertar, emergindo do estado do sono”⁶. De acordo com o célebre sarodista Ustad Ali Akbar Khan, esse *raga* pode expressar um leque de sentimentos, que abrangem o amor em sua forma devocional (*bhakti*) ou erótica (*sringara*), o sentimento de compaixão (*karuna*) ou ainda a tranquilidade (*shanta*).⁷

Música instrumental indiana: a forma – Um concerto clássico indiano é sobretudo um processo de improvisação. O solista desenvolve a música de acordo com as estruturas de um determinado *raga*, segundo uma forma flexível, na qual uma composição é explorada em suas possibilidades musicais. Nesse sentido, a música indiana se aproxima do *jazz*. Cada desempenho é uma criação única, baseada na tradição dos *ragas* e numa composição. Esta é freqüentemente uma peça muito antiga, transmitida de mestre para discípulo e atravessa os séculos e as gerações de músicos.

No passado, as composições eram propriedade das famílias dos músicos e cuidadosamente preservadas. Fala-se de repertórios que foram vendidos por fortunas. Outros teriam sido dados como dote, quando famílias de tradições musicais distintas se uniram pelo casamento de dois dos seus membros. Há lendas de mestres que tiveram suas composições roubadas, geralmente por um espião musical que, sorrateiramente, ouvia e repetia as composições até aprendê-las. Em todas essas histórias, sejam elas verdadeiras ou apenas lendas, transparece o respeito e a apreciação pela música na cultura indiana.

Um *raga* é executado em duas ou três fases, que podem ser facilmente reconhecidas pelos ouvintes. O número exato de movimentos e suas características dependem do gênero, que sempre deriva das formas vocais. Na música hindustani, o mais antigo e solene é o *dhrupad* (do sânscrito, *dhruvapada*, “composição fixa”). Atualmente o mais conhecido é o *khayal* (do persa, “fantasia”, que pode ser entendido tanto no sentido musical como no poético da palavra).

No caso do *dhrupad*, existem três partes. Na primeira, denominada *alap*, o músico trabalha progressivamente os tons e ornamentos do *raga* de uma maneira bastante livre em relação ao ritmo. Trata-se da parte mais longa, e o objetivo é criar uma imagem estética das qualidades musicais do *raga* na mente do ouvinte. Sem interrupção, o solista introduz elementos rítmicos a partir de uma pulsação lenta, que é acelerada aos poucos. Trata-se aqui das séries *jor* e *jhala*, que servem como transição para a composição ou *gat*.

A composição consiste numa melodia fixa, organizada de acordo com um ciclo rítmico definido, o *tala*. Somente quando o solista a ataca é que o percussionista começa o seu acompanhamento, marcando e desenvolvendo os ciclos sobre os quais o solista toca a melodia previamente composta. Esta é sempre entremeada por variações, criadas de acordo com várias técnicas de improvisação. Pandit Chaurasia tocou o *raga* Jog e o *raga* Yaman Kalyan segundo a forma do *dhrupad*.

Já o *raga* Hansadhvani foi apresentado de acordo com o gênero *khayal*. Aqui, o *alap* é executado de maneira muito mais breve, uma forma meramente introdutória. Segue-se uma composição lenta, desenvolvida extensivamente com o acompanhamento da percussão. Esse movimento é chamado de *vilambit khayal* (*khayal* lento) ou de *bara khayal* (*khayal* grande). A seguir, com um efeito de grande contraste, apresenta-se um *dhrut khayal* (*khayal* rápido), também conhecido como

chotta khayal (*khayal* pequeno), no qual o músico demonstra todo o seu virtuosismo com ornamentos ricos e fulgurantes, em andamento bastante acelerado.



Há na música indiana um jogo estético que os ouvintes atentos desfrutam com grande intensidade. Os músicos "brincam" com as formas do *raga*, do *tala* e com a composição, tocando mais e mais rapidamente, criando suspenses e clímaxes, que só serão completamente resolvidos na última nota.

Na Índia, a música clássica é quase sempre o que poderíamos chamar de música de câmara. Cabe ao solista, seja de música vocal ou instrumental, o desenvolvimento e a expressão de toda a atuação. Nos concertos apresentados no Brasil, o maestro Chaurasia foi acompanhado por outros músicos em três papéis distintos. Na base da estrutura musical do conjunto havia dois *tanpuras*⁸. São instrumentos com quatro ou cinco cordas (sempre tocadas soltas), com um timbre rico e brilhante, que produzem uma nota fixa durante toda a apresentação. Trata-se de um bordão que reforça a tônica do *raga*. Tocar *tanpura* não representa nenhuma dificuldade técnica, mas é sempre uma grande honra para um estudante ou discípulo acompanhar seu mestre ou um grande músico. Chaurasia teve como *tanpuras* duas musicistas já formadas: a citarista Bannerji e a cantora de *khayal* A. Gopalkrishnan.

Sobre essa base, está obrigatoriamente a percussão. Os tambores, em especial, têm na Índia uma importância exemplar. Esta arte já era extremamente sofisticada há mais de dois mil anos, como se pode constatar pelas notações musicais para os diversos tipos de tambor, encontradas nos tratados em sânscrito sobre música e dança. Para essa função, Chaurasia escolheu o *tabla*, um par de tambores de afinação precisa. Trata-se do tambor mais importante do norte da Índia na atualidade. O instrumento é bastante conhecido no Ocidente, usado em formas mistas de *jazz* (*fusion*) e, no Brasil, na MPB.

O *tabla* foi tocado por um jovem mestre, Shubhankar Bannerji. Sua função é não apenas a de manter o ciclo rítmico de um *tala*, mas também oferecer um contraponto de timbres e ritmos. O *tabla* pode ainda se destacar em parte da apresentação, como nos momentos em que o maestro Chaurasia cedeu o papel de solista a Bannerji, que desenvolveu ricas composições rítmicas, com velocidade e fluência de um virtuose.

Por fim, a segunda flauta oferece um acompanhamento melódico ao solista. Nesses concertos, ela foi executada por Rupak

Kulkarni, que é, no *bansuri*, discípulo de Panditji há 20 anos. Kulkarni já é sem dúvida um profissional. Porém, quando toca com seu mestre, faz o acompanhamento com a humildade de um aluno devotado, o que só existe no sistema tradicional mestre-discípulo.

Uma filosofia da música – O pensamento musical de Pandit Chaurasia mereceria um artigo à parte. Naqueles dias, tivemos várias oportunidades de conversar. Na sua chegada, durante o trajeto a partir do aeroporto, perguntei-lhe sobre a idéia de *nada*, a vibração sonora que, na metafísica indiana, se estende a todo o cosmos.

Panditji comentou que a importância do som é evidente. Encontramos *nada* por todas as partes, nos ruídos da Grande São Paulo, nas vibrações do automóvel onde estávamos e – o que é mais importante – dentro de nós mesmos. Segundo ele, a música é uma arte da mais alta importância, pois lida, por meio da sensibilidade e da racionalidade, com um fenômeno onipresente na vida de todas as pessoas: o som. Cabe-nos escolher que tipo de música é apropriada para os nossos ouvidos e para o estado de espírito que queremos cultivar.

Em Campinas, Panditji fez questão de caminhar entre o hotel e o teatro do Centro de Convivência. Durante nossa conversa, pedi-lhe que comentasse algumas de suas afirmações, publicadas no encarte do álbum *The Valley Recalls*, que ele gravou com Pandit Shivkumar Sharma (músico que toca o *santur*⁹) em 1995. Antes de mais nada, é preciso informar o leitor que o álbum em questão é uma seqüência a um lançamento hoje histórico: *Call of the Valley*, de 1967.

Para gravar esse disco, Sharma, Chaurasia e Brijbhushan Kabra, tocaram temas semi-clássicos da Caxemira e muito contribuíram para popularizar a música da Índia, por meio de composições de uma beleza simples e espontânea. Conquistaram, assim, um vasto público ao redor do globo, numa época em que a música indiana começava a dar seus primeiros passos fora da Ásia meridional.

Entre os dois lançamentos, num período de três décadas, de fato muita coisa mudou. A música indiana sem dúvida cresceu, mas o mundo não evoluiu no mesmo sentido. Pandit Chaurasia escreve que “quando fizemos a música para o *Call of the Valley* os vales estavam sorrindo. Agora, onde quer que você encontre um vale, ele está chorando (...). Nestes dias, precisamos de

terapia musical para tudo o que está acontecendo ao redor do mundo". De fato, o novo álbum de Sharma e Chaurasia tem o subtítulo de *Em busca da Paz, Amor e Harmonia*.

Perguntei a Panditji como a música indiana tinha a capacidade de expressar a paz, o amor e a harmonia hoje tão necessárias. Ele respondeu primeiro mencionando o *alap*, uma forma musical tipicamente indiana, onde o ouvinte é conduzido progressivamente para dentro do universo de um *raga*, que envolve a sua mente num estado contínuo e fluido, o que por sua vez favorece o despertar dos sentimentos mencionados. Por fim, indicou que o poder da música indiana está na própria idéia de *raga*, cuja apreciação implica uma profunda concentração em qualidades musicais harmônicas. De fato, Abhinavagupta, filósofo de Caxemira, do século 11, havia afirmado que, dentre as várias qualidades estéticas de sentimento, é a tranquilidade, a paz, ou *shanta*, que constitui a essência do desfrutar artístico.

THOT

Notas

1. Este artigo foi escrito durante o período em que realizei pós-doutorado no Programa de Pós-Graduação em Comunicação e Semiótica da PUC-SP, com o apoio da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo, à qual gostaria de agradecer de público.
2. Na verdade, todos esses rios são deusas do panteão hindu, pois tanto em sânscrito como em outras línguas indianas rios pertencem ao gênero feminino.
3. Concerto realizado em 6 de maio de 1998, no SESC Vila Mariana, SP.
4. Concerto realizado em 7 de maio de 1998, no teatro do Centro de Convivência.
5. Dinastia de origem muçulmana que reinou na Índia de 1526 a 1858.
6. Ver seu tratado *Sangitanjali* (Ofereça Musical), volume 2, Hathras, 1975, pág. 123.
7. Ver *The Classical Music of North India: The Music of the Baba Allaiddin Gharana as Taught by Ali Akbar Khan*. Saint Louis, 1991, pág. 160.
8. Ou *tambura*.
9. Uma espécie de cítara percutida com baquetas leves. Tem de 30 a 40 cordas duplas ou triplas, e provém do Oriente Médio. Também conhecida na Europa como *dulcimer*.



Este texto compõe
os capítulos
VIII, XII e XIX
do livro
Dhammapada -
a senda da virtude
traduzido do
original páli por
Nissim Cohen,
Editora Palas Athena.

DHAMMAPADA

a senda da virtude

VIII. DO MILHAR

100. Embora uma fala tenha mil (palavras), mas consista
de palavras sem sentido,
Melhor mesmo uma palavra com sentido
que pacifica o homem tendo-a ouvido.
101. Embora uma estrofe tenha mil, (mas) consista de
palavras sem sentido,
Melhor mesmo um único verso provido de sentido
que pacifica o homem tendo-o ouvido.
102. Embora um homem profira cem estrofes, mas que
consistam de palavras não-proveitosas,
Melhor mesmo uma só estrofe proveitosa que
pacifica ao ouvi-la.
103. Embora um homem conquiste numa batalha mil
vezes mil homens,
O maior vitorioso em batalha seria em verdade
aquele que conquistasse a si mesmo.

- 104/ A conquista de si mesmo é deveras melhor do que a de
105. toda esta outra gente;
Se um homem é autodomado e vive sempre
controlado,
Nem mesmo um deva, nem duende¹, nem *Māra*
ao Brahmā² unido,
Podem converter em derrota a conquista d'um tal ente.
106. Embora um homem ofereça mês após mês durante
cem anos sacrifícios mil,
Se, contudo, por um só instante ele reverenciar
alguém que disciplinou a si próprio,
Esta reverência é deveras melhor do que um século de
sacrifícios.
107. Embora um homem mantenha durante um século o
fogo (sacrificial) na floresta,
Se, contudo, por um só instante ele reverenciar
alguém que disciplinou a si próprio,
Esta reverência é deveras melhor que um século de
sacrifícios.
108. Por mais que alguém neste mundo donativo ou
oblação
Ofereça durante um ano visando obter mérito,
Tudo isto não vale uma quarta fração:
Mais vale ao homem reto respeitosa saudação.
109. Para aquele que tem a disposição de sempre
reverenciar e honrar os anciãos,
Quatro coisas prosperam: vida, felicidade,
vigor e compleição.
110. Embora uma pessoa viva cem anos, imoral e
sem compostura,
Melhor mesmo é a vida d'um dia, virtuosa e refletida.
111. Embora uma pessoa viva cem anos, ignorante e
sem compostura,
Melhor mesmo é a vida d'um dia, sábia e refletida.

112. Embora um homem viva cem anos, ocioso e frouxo,
Melhor mesmo é a vida d'um dia daquele que faz
intenso esforço.
113. Embora um homem viva cem anos, não vendo o
nascer e pôr³,
Melhor mesmo a vida d'um dia daquele que vê o
nascer e pôr.
114. Embora uma pessoa viva cem anos não vendo o
morada da não-morte,
Melhor mesmo a vida d'um dia daquele que vê o
morada da não-morte.
115. Embora uma pessoa viva cem anos não vendo o
supremo Dharma,
Melhor mesmo a vida d'um dia daquele que vê o
supremo Dharma.



XII. DO EU⁴

157. Se alguém tem estima por si mesmo, que ele a si
proteja se guardando;
Durante uma das três vigílias⁵, que se mantenha
vigilante o sábio.
158. Que alguém estabeleça primeiramente a si próprio no
que é correto,
E só então os outros instrua. (Assim) fazendo, o sábio
não se corromperá.
159. Se um homem fizer ele próprio assim como aos outros
ensina,

-
- Sendo ele bem-subjugado, poderá em verdade (os outros) domar; porque o eu é verdadeiramente difícil de domar.
160. Porque o eu é protetor do eu; na verdade, que outro protetor poderia haver?
Porquanto, com seu bem-subjugado eu uma pessoa ganha um protetor difícil de obter.
161. O mal cometido pelo próprio eu, gerado pelo eu, originado no eu,
Tritura o tolo assim como o diamante a gema dura.
162. Aquele cuja iniquidade é excessiva, como a trepadeira envolvendo a árvore *sāla*,
Faz a si desta maneira aquilo que seu inimigo lhe deseja.
163. Maus (feitos) e o que é prejudicial a si próprio é fácil de fazer;
Mas aquilo que é bom e salutar, isto é deveras muito difícil de fazer.
164. Aquele simplório que o ensinamento dos *Arahats*, dos nobres, dos virtuosos,
Ultraja em razão de seus pontos de vista errôneos,
Dá frutos para sua própria destruição como o bambu seus frutos.
165. Por si mesmo é, na verdade, o mal feito; por si mesmo alguém se contamina.
Por si mesmo o mal é deixado de ser feito; por si mesmo, na verdade, alguém se purifica.
Pureza e impureza (dependem) de si mesmo; ninguém pode a um outro purificar.
166. Que a pessoa não negligencie seu próprio bem (moral) pelo bem do outro, por maior (que seja);⁶
Conhecendo seu próprio bem, que ao bem-estar devotado esteja.



XIX. DO JUSTO⁷

- 256/ O que conduz um caso arbitrariamente não se
257. torna desta maneira um justo;
Mas aquele que investiga ambos, o certo e o
errado, que é um instruído,
Que julga os outros corretamente, legalmente e
imparcialmente,
Que é protegido pelo Dharma, e é inteligente –,
este sim é “justo” chamado.
258. O que fala muito nem por isso é um instruído;
O que é seguro, sem ódio e destemido, este sim
é chamado “instruído”.
259. Não é porque fala muito que alguém é no Ensino
versado,
Mas aquele que avista o Ensino pelo seu
corpo⁸, mesmo que pouco tenha ouvido,
E que o Ensino não negligencia, este deveras é
no Ensino versado.
- 260/ Não é porque sua cabeça é grisalha que ele é um
261. ancião⁹;
(Embora) maduro de idade, ele é chamado
“envelhecido em vão”.
Mas naquele que há verdade, virtude, bondade,
inofensividade, continência, temperança,
Que tem rejeitado a impureza e é resoluto, – este é de
fato “ancião” chamado.
- 262/ Não por mera eloquência, nem pela beleza da
263. aparência,
Um homem que é invejoso, mesquinho e traiçoeiro,
se torna respeitado;

Mas naquele em que estes tenham sido extirpados,
desenraizados e removidos,
Que tenha rejeitado o ódio e é inteligente, –
este é chamado “respeitado”.

264/ Não pela cabeça raspada, alguém que não observa os
265. votos religiosos e profere falsidades torna-se um
asceta¹⁰;

Como é que este tomado de desejo e avidez será
um asceta?

Mas aquele que inteiramente aplaca as iniquidades,
pequenas e grandes,

Porque o mal está aplacado, – “asceta” ele é chamado.

266/ Ele que mendiga dos outros nem por isso é um bikshu,

267. Tendo adotado todo o Ensinamento nem por causa
disso ele é um bikshu;

Aquele que tenha agora removido o bem e o mal, que
leva uma vida religiosa,

Que anda sabiamente no mundo, – este deveras é
“bikshu” chamado.

268/ O que é estúpido e ignorante não se torna pelo

269. silêncio um homem sábio¹¹;

Mas aquele inteligente que, como que segurando uma
balança, pesa o melhor

E descarta as coisas ruins, ele é um homem sábio,
é por isso mesmo sábio.

Aquele que conhece ambos os mundos é chamado
portanto “sábio”.

270. Um homem que injúria seres vivos não se torna
desta maneira um nobre;

Mostrando-se inofensivo para com todos os seres
vivos, ele é sim chamado “Nobre”.

271/ Não pela prática moral, ou ademais pela abundante

272. instrução,

Nem mesmo pela obtenção da concentração¹², nem
pelo viver em solidão,

Eu alcanço o contentamento da emancipação não
gozado pelo mundano.
Ó bikshu, não sejas confiante (enquanto) não tenhas
obtido dos cancros a extinção.

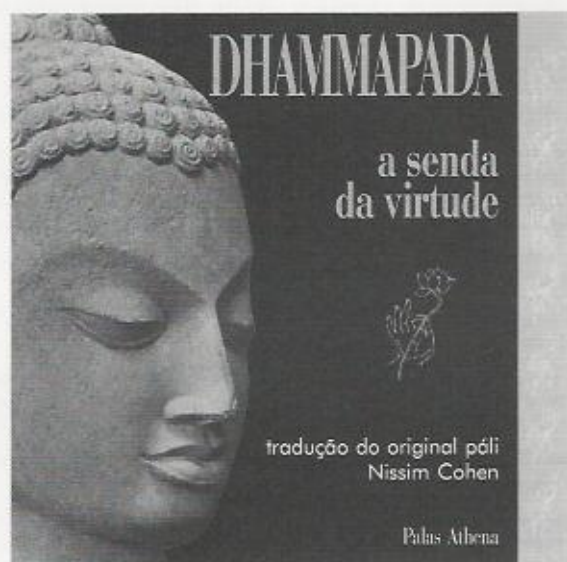
NOTAS

1. *Gandhabba*, em sânscrito *gandharva*. Uma classe de seres celestiais, que são considerados como a classe mais baixa dos devas. Renascimento como *gandhabba* é visto como resultado da observância de um mínimo de preceitos morais somente. Os *gandhabbas* são considerados músicos da esfera celestial; eles atendem também aos devas superiores.
2. *Brahmunā*, o deus da criação na religião indiana. Na mitologia budista popular ele é o governante da última e superior esfera celestial.
3. Alusão ao surgimento e dissolução de todas as coisas condicionadas: o fenômeno de impermanência.
4. De acordo com o Budismo, não há nenhuma entidade imutável ou alma permanente no homem. Aqui o termo *atta* (eu) é aplicada ao corpo como um todo, ou à personalidade ou à mente.
5. A noite é dividida em três vigílias de três horas cada. Alguns vêem neste verso uma referência aos três estágios da vida: infância, juventude e velhice.
6. Não há aqui nenhuma exortação egoísta; quanto mais uma pessoa avança no caminho da prática espiritual, maior será sua capacidade de ajudar aos outros. Veja estrofe 158. No *Bhagavad-Gītā* (III, 35) lemos: "Melhor o seu próprio Dharma, conquanto mal cumprido, do que o Dharma dos outros, embora ele seja bem cumprido".
7. Literalmente, "que mora no Dharma" ou "que tem a Lei como esteio".
8. Ação corporal poderá significar: por meio de todas as faculdades combinadas. É possível que signifique "na prática".
9. *Thera*. Um termo aplicado àqueles *bikshus* que tenham pelo menos dez anos desde a ordenação no *sangha*. Quando usado como título, a tradução correta é "senior".
10. *Sāmaṇa*: asceta, recluso, filósofo itinerante, um título originalmente aplicado com desdém ao Buda e seus discípulos, pelos brâmanes. A palavra é etimologicamente derivada de *saṃ*, que significa aquietar ou domar; daí a referência na estrofe 265..
11. *Muni*, sábio, o silencioso. O Buda era chamado de *Sākyamuni*, "o sábio do clã Sākya".
12. *Samādhī*.

DHAMMAPADA a senda da virtude

tradução do original páli:

Nissim Cohen



Que o Dhammapada seja altamente estimado pelos budistas é compreensível; a que se deve, no entanto, o fascínio que exerce sobre alguns ocidentais não budistas?

Esta pequena antologia, a exemplo de outras obras budistas, condena todo tipo de sacrifício e as práticas ascéticas de automortificação; sua ênfase especial é sobre a boa conduta, estabilizada pela concentração e fortalecida pela sabedoria. O ensinamento de Buda, em poucas palavras, é: "Não fazer o mal, praticar o bem, purificar a mente...". Que religião não concordará com isso?

Essas razões e o crescente número de verdadeiros estudiosos de Orientalismo e do Budismo, em particular, levaram-nos a reeditar esta obra, pioneira no seu gênero, pois é a primeira tradução do *Dhammapada* feita diretamente do páli que recebe nosso vernáculo.

Fiel ao original, o *upasaka* Nissim Cohen nos oferece um *Dhammapada* em versos onde, além das distâncias lingüísticas, podemos sentir a beleza rítmica aliada ao profundo valor moral do texto.

...

Passou-se uma década e meia desde o lançamento da primeira edição do *Dhammapada* pela Editora Palas Athena, e bom número de anos em que ele ficou inacessível aos interessados, por estar esgotado. Agora, em boa hora, a Editora decidiu lançar uma segunda edição deste texto popular. A presente edição contém inúmeros melhoramentos, dentre os quais destacamos:

O original em páli é baseado nas últimas pesquisas de especialistas no ramo, com o que se produziu um texto que está mais correto e próximo do antigo. Isto se refletiu na tradução de alguns versículos; outras estrofes sofreram mudanças como resultado das próprias pesquisas do tradutor. Acrescentaram-se notas e verbetes no Glossário (alguns por sugestão da equipe de editoração) para melhorar e aclarar o sentido de algumas estrofes. Foram corrigidos uns poucos erros que se infiltraram no Apêndice I da primeira edição. Os Apêndices II e III sofreram algumas mudanças, refletindo pesquisas originais do tradutor que foram publicadas no exterior. Finalmente, o Apêndice IV foi suprimido, por ser agora desnecessário.

Esperamos que o leitor perceba e aprecie o resultado final da obra.

Nissim Cohen

Para adquirir esta obra:

diretamente pelo site www.palasathena.org,

ou na livraria da Associação

Rua Leôncio de Carvalho, 99 - Paraíso - São Paulo, SP

Parem o mundo, nós queremos descer!

Quem tiver coragem que nos acompanhe. Não iremos participar dessa agressão covarde e sem justificativa ao planeta. Onde conseguimos chegar?

Os homens merecem parabéns. Desenvolveram meios de locomoção incríveis, como já previa Júlio Verne. Encurtaram distâncias, pisaram na Lua, e agora até estudam uma possibilidade de habitar algum outro planeta.

Tomara que seja diferente! Afinal, estamos prestes a ser banidos da Terra por méritos próprios. E o homem é a única raça que é ameaçada de extinção devido à própria existência.

É uma vergonha, em pleno século 20, o homem ter de reaprender a se relacionar com o meio. Ainda há quem fale dos índios...

Ah, se a Terra falasse... Talvez até mesmo Aurélio Buarque de Holanda Ferreira (dos dicionários *Aurélio*), desconhecesse tantos elogios que viríamos a receber; receberíamos também, ao nascer, um manual ilustrado com fitas de áudio e vídeo. Porque aí, quem sabe a luta seria menos injusta.

O problema é que tudo que o homem cria é de interesse próprio! Apesar de todo esse tempo ele ainda não percebeu que não está só. Pelo simples fato de ele estar e não de viver numa sociedade.

Os homens se desenvolveram muito até hoje. Eles esqueceram apenas de se desenvolver por dentro! Esqueceram que têm sentimentos. Esqueceram que não são ocos. Esqueceram também que podem chorar e que o choro alivia. Hoje, devido a nossas mentes pequeninas, estamos aprisionados a essa "vidinha".

Por que *tudo* os homens querem mudar?

Por que *tudo* os homens querem descobrir?

A natureza é uma das coisas que o homem não pode mudar para melhor! A natureza é só e simplesmente natureza.

Talvez o enigma da vida seja somente viver.

Neste mundo de incertezas, a única certeza que temos é que um dia iremos morrer, e até dessa única certeza que podemos ter o homem tem medo. Mas isso é natural, embora se deva ter muito mais medo de ter uma cabeça! E dentro dessa cabeça, um cérebro. Um cérebro apto a pensar.

Afinal, ninguém tem nervos de aço! O dia em que resolvermos usar essa habilidade de pensar, vamos acabar com sede de justiça. Talvez aí acabemos percebendo que ultimamente nossa presença aqui não esteja sendo tão benéfica, como há muito tempo temos imaginado. Aí então, o que faremos?

Ricardo J. Hrivnak

OBRAS DESTA EDITORA

Romano Guardini	A aceitação de si mesmo e As idades da vida
Heinrich Zimmer	A conquista psicológica do mal
Nagarjuna	A grinalda preciosa
Beto Hoisel	Anais de um simpósio imaginário
Mahatma Gandhi	A roca e o calmo pensar
Joseph Campbell	As máscaras de Deus Mitologia primitiva - vol. 1 Mitologia oriental - vol. 2
Humberto Mariotti	As paixões do Ego
Mahatma Gandhi	Autobiografia - Minha vida e minhas experiências com a verdade
Maura Bajocchi	Butoh, dança veredas d'alma
Nagarjuna	Carta a um amigo
Trad.: Nissim Cohen	Dhammapada - a senda da virtude
Edgar Morin <i>et al</i>	Ética, solidariedade e complexidade
Heinrich Zimmer	Filosofias da Índia
Ignacio da Silva Telles	Forjadores espirituais da história
Shunryu Suzuki	Mente zen, mente de principiante
Tenzin Gyatso, XIV Dalai Lama	Minha terra e meu povo
Heinrich Zimmer	Mitos e símbolos na arte e civilização da Índia
Jacob Needleman	O coração da filosofia
Sogyal Rinpoche	O livro tibetano do viver e do morrer
Joseph Campbell e Bill Moyers	O poder do mito
Denise Gimenez Ramos	Os animais e a psique – do simbolismo à consciência
<i>et al</i>	
Patrício Sciadini, OCD	San Juan de la Cruz, o poeta de Deus
Morgana Masetti	Soluções de palhaços: Transformações na realidade hospitalar
Ubiratan D'Ambrosio	Transdisciplinaridade
Olgária Matos	Vestígios - Escritos de filosofia e crítica social
Mircea Eliade	Yoga - Imortalidade e liberdade

Publicação de ensaios:

autores diversos THOT (nºs 53 a 74)

Co-edição - Palas Athena / EDUSP:

Henrique Murachco Diálogo dos mortos, Luciano

Co-edição - Palas Athena / EDUC:

Hypnos nº 3 Ethos, ética
Hypnos nº 4 Techné
Hypnos nº 5 A filosofia: seu tempo, seus lugares

Para aquisição de nossas obras e assinatura da publicação THOT, entrar em contato com

ASSOCIAÇÃO PALAS ATHENA

Rua Leôncio de Carvalho, 99 - Paraíso - 04003-010 - São Paulo - SP

Fone: (11) 3266.6188 Fax: (11) 287.8941

www.palasathena.org

Litania

Apesar do estado do mundo; apesar das dores da gente; a vontade do abraço não tarda e renasce.

Quando isso acontece, o luar da solidão cede ao dia uma nova chance.

Aproveite, não demore! Abra as portas e janelas; o vento trará o pólen e o sol esquentará outra vez o desejo de aderir. Há muitas nobres causas esperando por nós; há muitas belas pessoas esperando por nós.

Permita-se o enlace e deguste, na calma de sua alma, o sempre novo sabor da esperança.

Nem a vida, nem a morte, querem desfazer o doce nó que nos aproxima e reúne.

E quando a lua retornar, cante litánias em silêncio; aconchegue-se no verdadeiro sentido do suor e das lágrimas, do pão e do vinho: a solidariedade.

ISSN 1413-893X

