

**Crentes, Contemplativos e o Futuro da Civilização Humana:  
uma resposta budista para a metacrise atual – Parte 4  
O Cultivo da Inteligência Cognitiva**

16 de julho de 2024

B. Alan Wallace

Śântideva (*A Guide to the Bodhisattva Way of Life*, IX: 4-6):

Devido às diferenças em sua cognição, até mesmo os contemplativos são refutados por outros sucessivamente mais elevados por meio de analogias aceitas por ambas as partes, independentemente do que pretendem provar.

As pessoas comuns concebem as coisas como sendo reais, exatamente como as veem, e não como sendo ilusões. É nesse aspecto que há discordância entre os contemplativos e as pessoas comuns.

Até mesmo os objetos de percepção direta, como a forma e similares, são estabelecidos por consenso e não pela verificação da cognição. Esse consenso é falso, assim como o consenso de que as coisas impuras são puras, e assim por diante.

**Explorando a natureza fenomenológica da mente**

- *Sūda Sutta (O Discurso do Cozinheiro) Saṃyutta Nikāya 5.150-52):*
  - "...aqui algum monge tolo, incompetente e inábil permanece revendo a mente como uma mente, diligente, introspectivo e atento, tendo dissipado a cobiça e tristeza mundanas... Enquanto revê a mente como uma mente, sua mente não se concentra, seus obscurecimentos não são abandonados e ele não apreende aquele sinal... [Ele] não permanece na felicidade aqui e agora e não alcança nem a atenção plena nem a introspecção. Qual é a razão para isso? Porque, monges, esse monge tolo, incompetente e inábil não apreende o sinal de sua própria mente". (*sakassa cittassa nimittarṃ na uggāṇhāti*).
  - "...aqui algum monge sábio, competente e hábil permanece revendo a mente como uma mente, diligente, introspectivo e atento, tendo dissipado a cobiça e tristeza mundanas. Enquanto ele permanece revisando a mente como mente, sua mente se concentra, seus obscurecimentos são abandonados e ele apreende esse sinal... Esse monge sábio, competente e hábil permanece em felicidade aqui e agora, e ele também alcança a atenção plena e a introspecção. Qual é a razão para isso? Porque, monges, esse monge sábio, competente e habilidoso apreende o sinal de sua própria mente".
  - O "sinal da mente" refere-se aos momentos finais da consciência da esfera dos

sentidos antes de se atingir o *dhyāna*, que corresponde ao *bhavaṅga*, ou base do devir. (S:B 1919 n135)

- *Bhavaṅga* é o estado natural e livre da mente, pois é a mente do último momento da vida de uma pessoa - ou seja, *bhavaṅga-citta* na forma de uma mente que "cai" - a mente "natural" (*pakati-*) *citta*.<sup>1</sup>
  - Nāgasena (c. 150 a.C.): *Bhavaṅga* é como o brilho do sol, pois é naturalmente puro e radiante. É o estado básico de repouso da consciência que não está voltado para os sentidos e atua como a base para o processo de vida não karmicamente ativa, que tem como o fator característico: o estado ao qual ela retorna quando não está fazendo mais nada. A equiparação de *bhavaṅga* com a mente luminosa é afirmada diretamente em comentários, bem como em *Milindapañha*, que cita comparações indicando que, enquanto o funcionamento normal da mente é como a luz, que pode ser cortada, *bhavaṅga citta* do sono sem sonhos tem um brilho que existe independentemente de estar obscurecido ou não. (*Milindapañha*, p. 299-300).
  - A escola *Mahāsāṅghika* acreditava em um estado semelhante ao *bhavaṅga*, ao qual eles se referiam como uma consciência raiz (*mūla*) que atua como um suporte (*āśraya*) para a consciência visual, etc., como a raiz de uma árvore sustenta as folhas, etc.
- *Dhammapada*: "Todos os fenômenos são precedidos pela mentação, emanam na mentação, e consistem na mentação".
- *Ratnameghasūtra (Discurso da Nuvem de Joias)*: "Todos os fenômenos são precedidos pela mentação. Quando a mentação é compreendida, todos os fenômenos são compreendidos. Ao colocar a mentação sob controle, todas as coisas são colocadas sob controle".
- Buddha: "É neste corpo de 1,85m, com suas percepções e sua mente, que eu descrevo o mundo, a origem do mundo, a cessação do mundo e o caminho que leva à cessação do mundo". (*Saṃyutta Nikāya* 2.36)
- *Siṃsapā Sutta (O discurso das folhas de simsapa)*, traduzido por Maurice O'Connell Walshe<sup>2</sup> (*Saṃyutta Nikāya* 56.31)
 

Em certa ocasião, o Abençoador estava hospedado em Kosambī, no Bosque de Siṃsapā. Então o Abençoador, pegando algumas folhas de siṃsapā em sua mão, disse aos monges: "O que vocês acham, monges? Quais são as mais numerosas, as poucas folhas que tenho aqui em minha mão, ou aquelas que estão nas árvores do bosque?" "Senhor, o Abençoador está segurando apenas algumas folhas: as que estão nas árvores são muito mais numerosas."

"Da mesma forma, monges, há muito mais coisas que descobri, mas não revelei a vocês. O que eu revelei a vocês é apenas uma parte. E por que, monges, eu não revelei isso?"

"Porque, monges, isso não está relacionado a metas, não é fundamental para a vida santa, não conduz ao desencantamento, desapego, cessação, tranquilidade, conhecimento superior, iluminação ou Nibbāna. É por isso que eu não o revelei. E o

<sup>1</sup> Do *Kathāvatthu*, um dos sete livros do Theravāda Abhidhamma Pitaka, 615.

<sup>2</sup> <https://www.accesstosight.org/tipitaka/sn/sn56/sn56.031.wlsh.html>

que, monges, eu revelei?

"O que eu revelei foi: 'Isto é Sofrimento, isto é o Surgimento do Sofrimento, isto é a Cessação do Sofrimento, e isto é o Caminho que conduz à Cessação do Sofrimento'. E por que, monges, eu revelei isso?

"Porque isso está relacionado à meta, é fundamental para a vida santa, conduz ao desencantamento, desapego, cessação, tranquilidade, conhecimento superior, à iluminação ou Nibbāna. É por isso que eu o revelei.

"Portanto, monges, sua tarefa é aprender: 'Isto é Sofrimento, isto é o Surgimento do Sofrimento, isto é a Cessação do Sofrimento, isto é o Caminho que leva à Cessação do Sofrimento'. Essa é a tarefa de vocês".

- Leituras recomendadas:
  - Paravahera Vajirajñāna Mahāthera, *Buddhist Meditation in Theory and Practice: A General Exposition According to the Pāli Canon of the Theravādin School* (Charleston SC: Charleston Buddhist Fellowship, 2010), Part II, ch. 13, "Kasiṇa Bhāvanā," and Part IV, ch. 32 "Iddhi-Vidhā" and ch. 33 "Abhiññā."
  - Peter Harvey, *The Selfless Mind: Personality, Consciousness and Nirvana in Early Buddhism* (Surrey: Curzon Press, 1995)
  - Ian Stevenson, M.D., *Where Reincarnation and Biology Intersect* (New York: Praeger, 1997)
  - Jim Tucker, *Life Before Life: A Scientific Investigation of Children's Memories of Previous Lives* (New York: St. Martin's Press, 2005)
  - Bruce Greyson, M.D., *After: A Doctor Explores What Near-Death Experiences Reveal about Life and Beyond* (New York: St. Martin's Essentials, 2021)
  - B. Alan Wallace, *Mind in the Balance: Meditation in Science, Buddhism, and Christianity* (New York: Columbia University Press, 2009)

### **O Universo Participativo da Física contemporânea**

- O cosmólogo Thomas Hertog, da Universidade KU Leuven, na Bélgica, e um dos principais colaboradores do professor Stephen Hawking: "Você pode pensar nessa realidade quântica como se fosse uma árvore. Os galhos representam todos os universos possíveis, e nossas observações - nós fazemos parte do universo, portanto, fazemos parte dessa árvore - e nossas observações selecionam determinados galhos e, dessa forma, dão significado ou realidade ao nosso passado em um mundo quântico... A teoria quântica indica que talvez não sejamos meras escórias químicas. A vida e o cosmos são, na teoria quântica, uma síntese, e nossas observações agora dão, de fato, realidade de seus primeiros dias."
- O teórico quântico Christopher Fuchs, da Universidade de Massachusetts, Boston:
  - "Schrödinger achava que os gregos tinham uma espécie de influência sobre nós -eles viam que a única maneira de progredir no pensamento sobre o mundo era falar sobre ele sem o 'sujeito que percebe' nele. O QBism vai contra essa tendência ao dizer que a mecânica quântica não é sobre como o mundo é sem nós; em vez disso, ela é precisamente sobre nós no mundo. O assunto da teorização é o mundo ou nós, mas nós

- dentro do mundo, a interface entre os dois."
- O QBismo diria que não é que o mundo seja construído a partir de coisas "externas", como os gregos teriam dito. Tampouco é construído a partir de coisas 'internas', como os idealistas, como George Berkeley e Eddington, teriam dito. Em vez disso, as coisas do mundo estão no aspecto do que cada um de nós encontra a cada momento da vida - coisas que não são nem internas nem externas, mas anteriores à própria noção de um corte entre os dois".
  - A escritora científica Amanda Gefter, ganhadora do prêmio de livro do ano de 2015 da *Physics World*:
    - "O QBismo... trata a função de onda como uma descrição do conhecimento subjetivo de um único observador. Ele resolve todos os paradoxos quânticos, mas ao custo não insignificante de qualquer coisa que possamos chamar de "realidade". Por outro lado, talvez seja isso que a mecânica quântica esteja tentando nos dizer o tempo todo - que uma única realidade objetiva é uma ilusão.
    - "Assim, enquanto os neurocientistas se esforçam para entender como pode haver algo como uma realidade em primeira pessoa, os físicos quânticos têm de lidar com o mistério de como pode haver algo além de uma realidade em primeira pessoa. Em resumo, todos os caminhos levam de volta ao observador. "
  - Leitura recomendada:
    - B. Alan Wallace, *Hidden Dimensions: The Unification of Physics and Consciousness* (New York: Columbia University Press, 2007), Ch. 5 "A Special Theory of Ontological Relativity."

Trecho extraído da tradução tibetana do *Mahāsatipaṭṭhāna-sutta* por Nyima Tsering e Dawa Sherpa (Tib. *dran pa nye bar gzhag pa'i mdo chen po*)

[2] "Diligente, introspectiva e atenta, tendo dissipado a cobiça e a tristeza mundanas, a pessoa permanece revisando a mente..."

[9] "Monges, como um monge permanece revisando a mente como uma mente? Monges, aqui a pessoa sabe perfeitamente que uma mente apegada é apegada e que uma mente desapegada é desapegada. Ele sabe perfeitamente que uma mente odiosa é odiosa e que uma mente livre de ódio é livre de ódio. Ele sabe perfeitamente que uma mente deludida é deludida e que uma mente não deludida é não deludida. Ele sabe perfeitamente que uma mente absorta é absorta e que uma mente distraída é distraída. Ele sabe perfeitamente que uma mente grandiosa é grandiosa e que uma mente que não é grandiosa não é grandiosa. Ele sabe perfeitamente que uma mente superável é superável e que uma mente insuperável é insuperável. Ele sabe perfeitamente que uma mente estabelecida em equilíbrio meditativo está estabelecida em equilíbrio meditativo e que uma mente não estabelecida em equilíbrio meditativo não está estabelecida em equilíbrio meditativo. A pessoa sabe perfeitamente que uma mente liberada é liberada e que uma mente não liberada é não liberada.

Dessa forma, a pessoa permanece analisando a mente como uma mente internamente; permanece analisando a mente como uma mente externamente; e

permanece analisando a mente como uma mente internamente e externamente. A pessoa permanece analisando os fatores de originação na mente; permanece analisando os fatores de dissolução na mente; e permanece analisando os fatores de originação e dissolução na mente. Simplesmente reconhecendo que "há uma mente" na medida necessária para simplesmente estar atento e manter a atenção plena, a pessoa permanece em base, sem se apropriar de nada no mundo. Monges, dessa forma, um monge permanece revisando a mente como uma mente".

- Uma mente absorta é aquela que sucumbiu à lassidão e ao embotamento, enquanto uma mente distraída sucumbiu à excitação.
- Uma mente grandiosa é aquela que habita o reino da forma ou da não-forma, enquanto uma mente não grandiosa habita o reino do desejo.
- Uma mente superável é aquela que pertence ao reino do desejo, enquanto uma mente insuperável pertence ao reino da forma ou da não-forma.
- Uma mente em equilíbrio meditativo é aquela que alcançou o acesso a um dhyāna ou um dhyāna completo, enquanto uma mente que não está em equilíbrio meditativo não alcançou o acesso a um dhyāna ou um dhyāna completo.
- Uma mente liberada é aquela que está parcialmente livre de aflições mentais por meio de treinamento sistemático, ou que está livre por meio da supressão de aflições mentais ao ser absorvida no dhyāna. Ou pode se referir à mente de um arhat que está completamente livre de todas as aflições mentais. Uma mente não liberada é aquela que não é liberada em nenhuma das duas maneiras acima.
- Leituras recomendadas:
  - Anālayo Bhikkhu, *Satipaṭṭhāna: The Direct Path to Realization* (Birmingham: Windhorse Publications, 2006).
  - B. Alan Wallace, *Minding Closely: The Four Applications of Mindfulness*, 2nd ed. (Boston: Shambhala Publications, 2021).