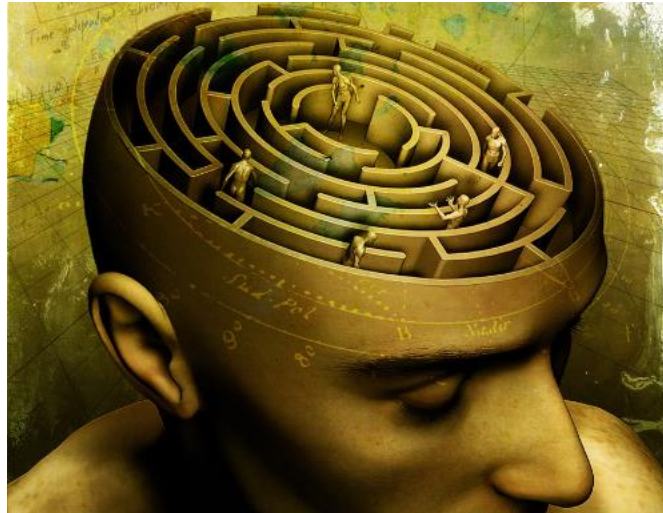


A MENTE COMO INSTRUMENTO

Jorge Vulibrun ¹



A humanidade sempre procurou explicações sobre os fenômenos mentais que se apresentam, claramente, como diferentes dos processos físicos e materiais. Diferentes versões foram desenvolvidas, desde o animismo puro até a sofisticação erudita do budismo passando pela dualidade própria do judaísmo-cristianismo, mas todas compartilham um ponto em comum: são transcendentais ao mundo físico. Todas elas foram desenvolvidas ao longo dos séculos por sábios das mais diversas procedências e com as melhores das intenções, mas que compartilham um ponto em comum: **não sabiam o que nós sabemos agora.** ²

A afirmação cartesiana de “*je pense, donc je suis* (eu penso, logo eu existo)” é o epítome da visão ocidental sobre a mente. Dessa asserção se desprende, independentemente da intenção de Descartes, tanto nossa identificação com nossos pensamentos e raciocínio quanto a confirmação de que existe uma entidade “eu” que pensa, caracterizada como um sujeito num amontoado, mais ou menos desordenado, de objetos. ³

¹ Este trabalho inclui trechos do livro do autor: “Yi JIng (I Ching) O Livro Das Mudanças; O que é, para que serve e como se usa este livro milenar”, que pode ser encontrado neste mesmo site www.yijingorienta.com.br/.

² Nos remetemos ao filósofo americano Richard Rorty e sua contundente afirmação: “**Como podemos dizer que uma coisa é verdade se não sabemos o que não sabemos**”.

³ Observar da necessidade de explicitar na língua francesa o pronome pessoal “*je*” (“eu”). Isso reforça a ideia de que os verbos requerem um sujeito que os execute, conceito totalmente em desacordo com línguas como o chinês ou filosofias como o budismo, as quais não somente dispensam a necessidade de destacar um sujeito para as ações verbais (que simplesmente acontecem) como a consideram um dos erros fundamentais para atingir um equilíbrio adequado

Por outro lado, o Oriente, em particular a China, vê na mente um instrumento a ser utilizado no relacionamento com os fenômenos que nos rodeiam e que, como todo instrumento, tem suas limitações e distorções.^{4 5}

A Física, a partir do séc. XX, questiona fortemente o conceito de “realidade” porque deixa claro que não conseguimos enxergar as coisas como elas são, só conseguimos “medi-las” usando nossos instrumentos. Isso vale tanto para o mundo do infinitamente pequeno, onde é um princípio fundamental da Física Quântica que a ação do observador e seus instrumentos interfere com o fenômeno observado, quanto para o infinitamente grande, onde nossos telescópios só enxergam uma fração do que ocorre no Universo porque estão limitados às longitudes de ondas que são capazes de captar.

O Oriente, com sua orientação fundamentalmente centrípeta, quer dizer, orientada ao centro do ser (como oposta ao Ocidente, onde nos orientamos preferentemente ao mundo externo), tem esclarecido significativamente a função da mente como sendo um simples (simples?) instrumento através do qual recebemos informações sobre esse mundo externo, informações que são processadas e acabam motivando nossas condutas... que são, em geral, reativas. A mente não nos diz como as coisas são, somente nos diz como somos afetados por elas; ela não nos fornece informações diretas sobre o mundo externo, somente nos informa das emoções que esse mundo externo provoca em nós e acabam motivando nossas ações (emoção: e+moção, o ato de mover moralmente).

A língua chinesa, com suas características ideográficas, nos permite ilustrar essa função da mente como instrumento. Nela, a palavra *qíng* 情, que graficamente representa “aquilo que queima com cor vermelha dentro do nosso coração”, significa: “*O que uma pessoa realmente sente: emoções, sentimentos, afetos, desejos, paixões. Situação, circunstâncias, condição, forma de ser, maneira; natureza ou propriedade natural. Temperamento. Sinceridade, realidade, verdade*”. Ela forma, no chinês moderno, palavras compostas que se referem, dentre outras coisas, a: “*Informação. Amante. Canção romântica. Argumento de um filme. Os como e porquê de uma situação. Moral (de uma tropa). Camaradagem. Amizade*”. Como vemos, uma constelação de significados que vinculam nosso mundo interno com as circunstâncias que nos rodeiam.

Em Zhuangzi (séc. IV a.C.), *qíng* tem, sem dúvida, o significado de ‘emoção’. Ele diz sobre esse conceito:

entre o processo complexo que, por comodidade, chamo “eu” e o número indeterminado de processos que constituem minhas circunstâncias.

⁴ O dicionário Houaiss define “**instrumento**” como: “*Objeto simples ou constituído por várias peças, que se usa para executar uma obra, levar a efeito uma operação mecânica, fazer alguma observação ou mensuração (em geral trabalhos delicados e de precisão); dispositivo, ferramenta. [...] Qualquer objeto considerado em relação à sua função, ao uso que dele se faz; utensílio. Recurso ou pessoa que se utiliza para chegar a um resultado; meio, intermediário*”.

⁵ Infelizmente, em muitas escolas do budismo (possivelmente sob a influência do pensamento indiano onde o budismo se desenvolveu) a mente se transformou na ‘Mente’ (com M maiúsculo), uma entidade transcendental que sobrevive à morte, justificando assim tanto a crença na reencarnação quanto a do karma como mecanismo para a propagação das boas ou más ações. Para uma discussão mais aprofundada sobre este assunto ver Batchelor, Stephen; Confissões de um Ateu Budista; 2010, Editora Pensamento.

“Alegria, raiva, dor, satisfação, preocupação, remorso, caprichos, inflexibilidade, modéstia, vontade, candidez, insolência. Ninguém sabe de onde se originam, mas aparecem como fungos materializando-se no solo úmido, substituindo-se uns aos outros noite e dia. Dia e noite as temos e são os meios pelos quais vivemos. Sem elas não haveria ‘eu’, sem ‘eu’ não haveria onde elas aparecerem”.

Para ele, a aparição das emoções é o que configura tanto o espaço onde elas aparecem quanto a própria sensação de sermos um ‘eu’ individual.

Por sua vez Hansen (1992, pág.406, nota 14) define *qíng* como “A forma na qual a realidade se registra em nós. É o impacto da realidade nos humanos que dispara suas definições de nomes e suas escolhas”.

O problema, porém, de usar ‘emoção’ ou ‘sentimento’ como tradução de *qíng* é que não somente os homens, mas todos os fenômenos (animais, Céu, pedras, etc.) têm *qíng*. Em particular, os textos do Yi Jing referem-se ao *qíng* do Céu, da terra e dos dez mil processos. Podemos então generalizar a definição de Hansen e dizer que *qíng* é a reação de cada processo ao impacto que as circunstâncias exercem sobre ele, incluindo, como caso particular, o processo homem. Essas circunstâncias estão formadas por todos os outros processos que interagem com aquele que estamos considerando.

Zhuangzi refere-se também a 性情, *xìng qíng*, que é tanto ‘aquilo com o que nascemos e aquilo que sentimos (nossas emoções)’, quanto ‘aquilo do que estamos formados e aquilo que modifica nossa conduta’. Enquanto 性 *xìng* (‘aquilo com que nascemos’) parece ‘sólido’ (o caráter representa um coração na hora de nascer), 情 *qíng* parece ‘volúvel’ (o caráter representa um coração que queima ao compasso das circunstâncias). Mas, será que *qíng* é realmente ‘volúvel’? Nossas emoções também estão vinculadas a tendências internas que fazem de nós o que somos e que caracterizam nossa forma particular de responder às circunstâncias (sabemos que um mesmo fato externo pode gerar alegria em uns e tristeza em outros). Por isso, ao estender o conceito a todos os processos que formam o Universo, podemos traduzir 性情 como ‘essências e tendências inerentes’.

Retomando nossa discussão sobre a mente, ela é o instrumento que dispomos para processar os *qíng* que surgem em nós como fruto da interação com nossas circunstâncias. Assim, só enxergamos os *qíng* e não os fenômenos ou processos que os produzem. Por isso, uma foto pode despertar em nós sentimentos de amor e carinho porque amamos a pessoa representada, mas a mesma foto, um tempo depois, pode nos despertar raiva e ódio porque brigamos com aquela pessoa. A foto não mudou, o que mudaram foram os *qíng* gerados por ela, o que mudou foi a resposta do instrumento com que a olhamos.

Assim, não conseguimos determinar que haja uma realidade, só podemos lidar com **nossa interpretação** sobre os processos que constituem nossas circunstâncias. Como com todo instrumento, com a mente só vemos o que ela consegue medir e não o que as coisas *realmente* são (seja isso o que quer que seja).

As limitações do instrumento se originam em dois problemas. Primeiro, estamos tão acostumados a nos identificarmos com nossos pensamentos que não percebemos que a mente só é um sentido a mais, ao par da audição, visão, tato, olfato e paladar (efetivamente, o budismo considera os processos mentais como constituindo um sexto sentido).⁶ Segundo, não perceber que, da mesma forma em que não tenho controle sobre um som que chega aos meus ouvidos porque ele simplesmente acontece, também não tenho controle sobre os pensamentos que se formam na minha mente⁷: eles simplesmente acontecem, geralmente de forma muito mais automática do que gostaria de reconhecer. O fato que todos eles (sons, cheiros... e pensamentos) acontecem e só são percebidos uma vez manifestados coloca em xeque a necessidade de conceber um sujeito, “eu”, que escute, cheire e, até, pense. Noutras palavras, o conceito budista de *anatman*, não-eu, significa a negação de um agente que execute os verbos escutar, cheirar ou pensar. Não colocar esse pretense agente na frente desses verbos nos permite vê-los com objetividade, já que independem dos preconceitos, precogitações, predefinições e tantos outros pré- que se manifestam a través dessa estrutura que chamo “eu”.⁸

Existem alguns caminhos para contornar as limitações desse instrumento, seja por aperfeiçoamento ou por substituição.

O aperfeiçoamento se dá através da meditação, prática pela qual aprendemos a identificar essas limitações para depois aprimorar o instrumento mental, purificando-o e atingindo maior objetividade na *meditação* dos processos externos ao conseguir desvinculá-lo dos nossos desejos e da nossa história. E como se pratica a meditação? Muitos métodos foram desenvolvidos ao longo do tempo e das culturas, mas podemos resumi-los assim: consiste em simplesmente **contemplar** os sons, imagens, cheiros... e pensamentos à medida que se manifestam à nossa atenção, sem catalogá-los, identificá-los ou racionalizá-los. Desta forma com o tempo aprenderemos a perceber suas características inerentes (resultantes da livre interação entre os processos envolvidos), liberando-os dos automatismos que geralmente caracterizam nossa interpretação (resultantes dos nossos desejos e

⁶ No Ocidente nos referimos ao “sexto sentido” como algo que nos permite *adivinhar* algumas características das nossas circunstâncias. Mas ele realmente advém de um movimento intuitivo, que nada mais é do que o rápido processamento dos *qíng* produzidos pelos acontecimentos externos e que nos permite caracterizá-los, processamento que acontece de uma forma instantânea e não consciente.

⁷ “Mente” é um termo que, por genérico, acaba sendo confuso. Por exemplo, o budismo identifica a “consciência ou mente pura” ou “mente de Buda”, como o espaço interior no qual aparecem os sons, imagens...e os pensamentos (incluindo os *qíng*, como já disse Zhuangzi). A mente pura não é o órgão mediante o qual penso, ela é o espaço onde os objetos dos sentidos se manifestam de forma não discursiva, onde tomo consciência da sua presença e onde exercito a atenção plena que me permite compreender a minha inter-relação com o resto dos processos do mundo; podemos dizer que ela é um espelho no qual se refletem todos esses processos. Mas, como já foi mencionado na nota 5, o problema é que a maioria das correntes do budismo postula que essa mente tem uma continuidade após a morte, o que a converte em algo transcendental ao indivíduo.

⁸ A não existência de um sujeito para as ações verbais pode ser entendida a partir de um outro conceito fundamental do pensamento chinês: “**Tudo é contínuo**”, ou seja, não podemos separar um processo de outro porque todos eles estão inter-relacionados e se interpenetram. Noutras palavras: não posso me conceber como separado dos processos que me rodeiam ou, na frase do filósofo espanhol Ortega y Gasset, “**eu sou eu e minhas circunstâncias**”.

história). Noutras palavras, o objetivo fundamental da meditação é o desenvolvimento daquilo que é chamado “mente pura”.

Como exemplo de substituição do instrumento “mente” podemos citar o Yi Jing, que nada mais é do que **um outro** instrumento para nos relacionarmos com as nossas circunstâncias e através do qual podemos obter informações que não conseguimos (ou não queremos) processar diretamente com nossa mente. Encontramos nele um espaço que, apesar da aparente ambiguidade simbólica dos seus textos, serve como modelo para representar de uma forma mais simples a complexa inter-relação entre o processo que chamo “eu” e os processos que chamo “minhas circunstâncias”. Esse “enxugamento” é o que permite uma maior objetividade desse instrumento na compreensão da relação mútua entre todos esses elementos. E como se consulta o Yi Jing? Mediante um processo, fundamentalmente aleatório, que nos conduz a uma constelação de textos e imagens resultantes da interação predominante entre o processo “eu” e os processos “circunstâncias”; estes textos geram em nós *qíng* que, uma vez identificados, nos permitem enxergar mais claramente a interação presente neste momento entre os processos envolvidos.

Mais uma vez confirmamos que “tudo é contínuo” e se interpenetra: a interação entre o processo “eu”, o processo “consulta ao Yi Jing” e a miríade de processos que “me” circundam provocam a manifestação de *qíng*'s na minha “mente-pura” que, após tomar consciência deles, me orientarão na conduta que devo adotar à continuação.

Voltando à discussão sobre a mente podemos enfatizar que ela era, para os sábios que se dedicaram a estudá-la, “algo” de características mais ou menos confusas mas diferentes dos fenômenos físicos (reduzidos àqueles que podiam ser captados como “materiais” pelos sentidos). Agora podemos conceber essa mente de forma diversa: como um processo neuro-elétrico que nossos instrumentos podem detectar e medir. Isso acontece porque nos últimos dois séculos a ciência descortinou (e explicou) alguns fenômenos que sempre estiveram presentes para os humanos (e dentro deles) mas que NÃO conheciam nem imaginavam, como são a constituição íntima da matéria, a eletricidade, a biologia molecular. Como resultado, estes descobrimentos abriram um campo **ABSOLUTAMENTE** novo para conseguir explicar os processos mentais. Muito falta para descobrir, é verdade, mas a ponta do fio foi puxada... ponta completamente fora da possibilidade de percepção e compreensão de inumeráveis sábios anteriores.

A informática e os circuitos neuronais fornecem um suporte coerente e consistente para a explicação desses processos mentais, explicação que foge da dicotomia corpo-espírito que permeia toda a história da humanidade, independente da região onde tenha se desenvolvido.

Assim, a mente aparece como um processo dedicado a organizar as informações que nos chegam através dos sentidos, sejam elas físicas (calor, cores, etc., provocadas pelos processos circunstanciais) ou emocionais (medo, alegrias, etc., provocadas como reação a esses processos) todas elas resultados diretos da interação entre o processo que, por comodidade chamo de “eu”, e todos os outros processos que chamo de “minhas circunstâncias” mas com os quais existe uma continuidade e equilíbrio absolutamente imanente.