

OO Open Question Podcast Episódio 401: O eu: além da existência e da morte

Lembro-me da primeira vez, quando jovem, em que fui apresentada à noção de “nada” - a perspectiva de que pessoas e coisas poderiam desaparecer e nunca mais voltar. Lembro-me, de pé no quintal da minha amiga, como ela sussurrou em meu ouvido - (em tom dramático e agourento) - [sussurro]: “todo mundo morre!” Enquanto eu estava lá imobilizada, sem saber como absorver essa informação, ela acrescentou: “minha mãe disse: 'não conte isso pro seu irmão!'.” Mais tarde naquele dia, eu assisti as crianças da vizinhança brincando nos degraus da minha casa, consumida por uma sensação de iminente destruição. Antes disso, eu tinha uma vaga noção da palavra “morte” e às vezes sentia as dores da separação quando minha mãe me deixava na escola, mas este foi meu primeiro encontro com angústia existencial: o dilema da existência e da extinção. Quando crianças, possuímos um desejo natural de entender o mundo - encontrar explicações para as coisas que nos perturbam ou nos surpreendem. Ao longo de nossas vidas, atribuímos significado a esses encontros maravilhosos e enigmáticos, influenciados pela linguagem e atitudes pré-existentes que absorvemos de nosso ambiente. Como superamos a tensão entre nosso desejo de existir e nosso medo da morte? Essas construções dualísticas são uma estrutura precisa? O que significa ser ou não ser?

Bem-vindo à 4ª temporada de Open Question: um chamado ao brilho interior
Nosso tema este ano O Eu: Trilhando o Caminho do Meio
Eu sou EMN e este é o episódio 401: O Eu Além da Existência e Morte

Se alguém perguntasse: “O que o Buda ensinou?” Seria correto responder: “O Caminho do Meio” A sabedoria do Caminho do Meio desafia as suposições não examinadas que temos sobre as coisas, o que o Buda chamou de “visões extremas”. Tendemos a pensar que apenas os “fundamentalistas” têm visões extremas, e esse extremismo não se aplica a nós. Mas apenas verifique sua própria mente por um momento: você pode ter algumas visões extremas também. Todos nós experimentamos o medo e a incapacidade de abraçar a complexidade que mantém tais pontos de vista no lugar.

Se você procurar ‘extremo’ em um dicionário, você provavelmente encontrará a definição: “mais distante do centro ou do meio”. Os termos “centro” e “extremos” aqui não se referem a locais físicos. Nesse caso, eles se referem a como nos sentimos sobrecarregados pelas características multidimensionais do nosso mundo. Nesses momentos, quando não conseguimos reconciliar as contradições, recuamos para extremos. Extremos oferecem escolhas rígidas e abstratas que são desprovidas de nuances. Extremos criam dualidades: vida e morte; algo e nada; certo e errado; samsara e nirvana; esperança e medo
Não há nada no meio.

Como podemos ver nesses exemplos, visões extremas não são apenas políticas, religiosas ou filosóficas - embora elas certamente possam ser! Visões extremas podem ser insidiosas e inconscientes, mas... influenciam nossas vidas de maneiras profundas e dramáticas. O apego às crenças traz à tona o

que há de pior em nós. Quando nos escondemos atrás delas, elas nos dão uma falsa sensação de segurança. Só é preciso um pouco de oposição ou uma mudança no acaso para derrubar uma crença. Pontos de vista extremos só mantêm seu status absoluto quando não os submetemos à investigação, quando deixamos esse ponto de vista em um ambiente estéril, não testado e imune ao desafio. É por isso que, na tradição do Caminho do Meio, a investigação é o antídoto para o pensamento extremo. O Buda referiu-se a visões extremas amplamente como “eternalismo” e “nihilismo”. Ele ensinou como trazê-los à luz do nosso discernimento, e então considerá-los profundamente. Você deve estar se perguntando agora mesmo: “Se eu examinar essas crenças, o que encontrarei no meio?”

O Buda fez uma profunda declaração do Caminho do Meio. Ele disse: “Que as coisas existam é um extremo; que não existam é outro extremo; mas eu, o Thathagatha, não aceito nem a existência e nem a ausência; e eu declaro a verdade da Posição do Meio”

O que exatamente o Buda quer dizer com “meio”? “Meio” tem um significado específico na tradição do Caminho do Meio. Pode não significar o que inicialmente supomos que significa. Podemos supor que a posição intermediária do Buda se refere à “moderação” ou “equilíbrio”: por exemplo, comendo sorvete apenas o suficiente, mas sabendo quando parar. - OU - Podemos pensar no Caminho do Meio como assumir uma posição “neutra” sobre um assunto, o que às vezes significa intencionalmente manter as coisas um pouco vagas e não se comprometer. Mas é importante entender que NÃO HÁ NADA NEUTRO ou VAGO NO CAMINHO DO MEIO É uma abordagem para a vida que é DESPERTA, ENGAJADA E CRÍTICA.

Temos muito o que descompactar aqui... Mas por enquanto vamos apenas dizer que quando nos sentimos prontos para questionar nossas crenças podemos contar com o caminho do meio para nos afastar das ideias abstratas para um relacionamento mais direto com a realidade.

Como disse certa vez o famoso filósofo budista indiano Aryadeva: “No momento em que você começa a questionar que as coisas podem não ser o que parecem, toda a estrutura da ilusão começa a desmoronar.” Quando nos dedicamos à vida no espírito de Buda ou Aryadeva, descobrimos que: em vez de nos apegarmos a pontos de vista como certos ou errados, recorremos ao diálogo para aprender e inovar. que além dos rótulos estáticos que temos de amigos ou inimigos, encontramos um tesouro de possibilidades criativas de cura. E Quando começamos a questionar a própria natureza da existência e morte, encontramos a sabedoria libertadora do que realmente significa estar vivo.

Certa vez, uma amiga minha compartilhou uma visão que teve no nascimento de seu filho. Tocada pela pungência de conhecê-lo pela primeira vez, ocorreu-

lhe que: “No momento em que nascemos, nos aproximamos da morte.” Talvez você saiba o que minha amiga quis dizer quando descreveu a doçura amarga de reconhecer que, de fato, a vida e a morte convergem na experiência de ‘ser’ - que a ‘vida’ pode ser poderosa e frágil ao mesmo tempo. Podemos suportar a complexidade disso? Podemos permanecer, pelo menos por um momento, no coração do dilema humano? Se o fizermos, podemos descobrir que não é um dilema, mas sim uma consciência pungente do que significa estar vivo. Os enigmas têm o potencial de nos levar ao meio - além das dualidades. Mas é difícil para nós ficarmos lá. Nós rapidamente recuamos para extremos novamente, ... mais longe do centro.

Quando deixamos o centro, a inevitabilidade da morte parece mais um derrota existencial.

Ressentimos e lamentamos o fato de que teremos de deixar esse mundo um dia.

Ironicamente, quanto mais nos apegamos a vida, mais tememos a morte.

Seria importante nos perguntarmos porque evitamos nossos dilemas.

Talvez nos interesse investigar um pouco esses dilemas.

Será que já investigamos a noção de existência e de morte?

Talvez possamos cavar um burquinho nessas suposições e dar uma espiadinha.

Talvez a gente se divirta.

Quem disse que dilemas não podem ser divertidos?

Investigar dilemas é o ponto de partida no Caminho do Meio.

Certamente foi assim para o Buda

ETERNALISM

A história de vida do Buda revela sua aventura ousada rumo à natureza das visões extremas e a descoberta do Caminho do Meio.

O Buda, conhecido como Príncipe Sidarta em sua juventude, nasceu no reino de Kosala, na Índia.

Conforme ele crescia, passou a fazer perguntas importantes sobre sofrimento e felicidade, vida e morte e sobre a condição humana em geral.

Perturbado com a possibilidade de perder seu filho para uma busca espiritual, seu pai, o rei, confinou Sidarta ao palácio, fazendo com que ele se voltasse para os assuntos políticos, cercado de mulheres sedutoras, por luxo e entretenimento.

Porém, essa superproteção e as distrações apenas deflagraram a depressão e o desconforto em Sidarta, que passou a fugir do palácio, deparando-se com envelhecimento, doença e morte.

Esses encontros trouxeram ainda mais consciência da vulnerabilidade do ser humano.

Esse período da vida de Sidarta é caracterizado pelo extremo do eternalismo.

Textos filosóficos budistas descrevem o eternalismo com muita especificidade. Esses textos explicam que para que algo seja eterno, esse algo precisaria possuir determinadas características.

Qualquer coisa eterna teria que ser:

- duradoura;
- teria que existir fora da natureza de causa e condição, não sendo suscetível à mudança;
- Além disso, já que algo eterno não pode mudar, esse algo precisaria possuir qualidades inerentes, isso significa que todos teriam de percebê-lo da mesma maneira, o tempo todo.

Na tradição inquisitiva do Caminho do Meio, somos encorajados a buscar algo eterno, muito embora, até onde eu sei, ninguém jamais encontrou sequer uma coisa eterna. Mas vamos guardar essa conversa para uma próxima oportunidade.

O que nos interessa aqui é como tudo isso se manifesta em nossas vidas ordinárias.

O eternalismo se expressa em nosso desejo pela eternidade: nos agarramos à existência e tememos a morte.

É claro que nada dura para sempre. Mas isso não evita as constantes tentativas de trazer a vida para um estado estático de equilíbrio perfeito.

O rei tenta forjar um estado perfeito de conforto para Sidarta. Ele cria um ambiente insular para pacificar a insatisfação do príncipe com o palácio. Apesar de todo o conforto, Sidarta se sente aprisionado em um ambiente claustrofóbico.

O rei não consegue sustentar a ilusão de segurança diante da autêntica jornada empreendida por Sidarta. Sua estratégia está em conflito com a natureza da mudança e isso produz muita angústia para ele e para o príncipe.

É possível imaginar o que nos custaria para sustentar a vida eterna.

A tecnologia nos permite fingir que podemos transcender nossas limitações humanas.

Podemos guardar nossos cérebros em potes enquanto esperamos pela salvação tecnológica do futuro.

Mas que tipo de mundo podemos estar criando a partir desse medo extremo da morte?

Imagine os horrores do aprisionamento nesse estado de narcisismo, tão desprovido de humildade e fascínio.

Suponhamos que essa abordagem mecânica à vida fosse possível, como um plano como esse venceria a morte?

Como ele resolveria os problemas da existência e da morte?

Essa visão de futuro não apenas reduziria nossa humanidade, como também

desconsideraria e ameaçaria todas as outras formas de vida e sistemas biológicos, sem mencionar a dinâmica natural do fluxo da energia de criação e destruição.

Quem poderia controlar tudo isso?!

Diferente dos outros animais, humanos têm consciência da morte. Talvez esse seja o nosso maior superpoder...

Caso a oportunidade de transformação e conhecimento sejam realmente importantes para nós.

Essas eram oportunidades realmente importantes para Sidarta. Por isso, ele deixou o palácio numa busca corajosa por bem-estar incondicional.

NIILISMO

Sidarta adentrou o mundo fora do palácio em um período de muita afluência e desenvolvimento espiritual na Índia.

Jovens indianos que em tempos de dificuldade teriam herdado a ocupação da casta de sua família, estavam, assim como Sidarta, fazendo grandes perguntas sobre a vida e a natureza da existência.

Esses jovens seguiam uma tendência em ascensão de renunciantes em uma vida de retiro na floresta, uma tradição normalmente reservada àqueles praticantes em idade mais avançada.

Sidarta estudou com professores realizados de seu tempo. Sua prática incluía longos períodos de privações físicas.

Por seis anos ele se sentou diligentemente, se alimentando apenas de sementes e plantas que caíam em seu colo.

Esses seis anos de austeridades o deixaram tão fraco que sua mente mal podia funcionar.

E mesmo tendo conquistado uma habilidade inabalável de aquietar sua mente, nenhuma dessas práticas abordava a natureza do sofrimento e o caminho para a verdadeira liberdade interior como ele vinha desesperadamente buscando.

A visão niilista se manifesta na história de Sidarta como uma forma de rejeição do mundo físico, onde o corpo é visto como um obstáculo para a liberação.

As práticas realizadas por ele nesse período ensinavam que a única forma de liberação estava na destruição do corpo.

Esse era o completo oposto da vida palaciana, que promovia a felicidade advinda dos prazeres sensuais.

O Niilismo não é um sistema filosófico formal. Será que alguém desejaria ser um niilista?

O Niilismo adentrou o vocabulário filosófico como uma maneira de se referir à um tipo específico de fraqueza que caracteriza alguns sistemas de pensamento.

- Se podemos resumir o eternalismo como o apego às coisas e ideias como totalmente verdadeiras, o niilismo surge quando tais crenças entram em

colapso e nada faz sentido.

- Eternalismo descreve a certeza enquanto o niilismo nos assombra com a promessa do fim e da separação de tudo que consideramos importante.
- O niilismo nos leva da esperança ao medo.
- Da rigidez ao vazio

e

- do sentido inerente à ausência de sentido, que é a razão para o niilismo sempre parecer tão deprimente.
- eternalismo concretiza, enquanto niilismo destrói;
- eternalismo afirma, enquanto niilismo nega.

No mundo moderno o niilismo se manifesta como materialismo científico no qual a consciência é reduzida à mera matéria. Essa perspectiva mecanicista da realidade implica na ausência do livre arbítrio, pregando que somos reféns de nossos impulsos biológicos.

Podemos reconhecer o niilismo em uma visão de mundo que nega o valor da conduta ética ou que ignora a necessidade de ligar os pontos entre causa e efeito, ao ponto que o mundo relativo fica movediço e vago.

Existe algo perigoso sobre o niilismo. Ele está sempre rondando na sombra do eternalismo como uma possibilidade sempre disponível.

Sidarta esgotou suas investidas em estratégias eternalistas e niilistas, e se sentou em silêncio debaixo da árvore bodhi, com sua mente aberta e tranquila, mais determinado do que nunca a encontrar o sentido da liberação interior verdadeira e, como consequência, o bem-estar incondicional.

Deixemos Sidarta sentado debaixo da árvore bodhi por enquanto. Continuaremos com a história no próximo episódio. Algo extraordinário está prestes a acontecer, o grande momento pivotal na jornada do príncipe Sidarta, o início de seu despertar. Sidarta está pronto para encontrar o sentido fundamental do Caminho do Meio, tornando-se o Buda.

Mas agora vamos retornar às nossas reflexões sobre o meio e os extremos, e o potencial criativo e os benefícios de investigar dilemas.

Se eu pudesse, eu invocaria em todos nós o espírito corajoso necessário para abordar os dilemas humanos, da mesma maneira que o Buda fez. Porém, essa é uma jornada que deve ser empreendida por cada um de nós.

Por quê nós seres humanos evitamos dilemas?

Parecemos não suportar a potência de nossas mentes abertas, humildes e curiosas no campo das possibilidades. Não confiamos que este mundo tem algo espetacular para revelar sempre que somos capazes de contemplá-lo como ele é.

Tragicamente,
Podemos atravessar nossas vidas inteiras sem notar essa forma de existir.
Pode jamais nos ocorrer que temos uma escolha nesse sentido

Mas essa é a vida!
Como podemos escapar dela?
Os apuros da existência e da morte estão aqui, literalmente nos empurrando
dia após dia, pedindo nossa coragem e discernimento, implorando que
prestemos atenção, nos desafiando!
Por quê ignoramos tudo isso?

Estamos apenas iniciando nossa investigação aqui...
Se tivermos a coragem necessária, o Caminho do Meio vai nos levar ao centro
dessa questão:
Não é simplesmente sobre aderir à crença na reencarnação como muitos
acreditam.
A jornada pelo Caminho do Meio requer uma investigação profunda da
natureza do eu.
Isso nos custará algum esforço.
A pergunta aqui é: temos disposição para esse desafio?

Junte-se à nós ao vivo no dia 25 de março às 13h (MT) para nossa primeira
OQ LIBE CONVERSATION de 2023:

How We Live is How We Die, with Pema Chodron.

Nessa ocasião vamos conhecer melhor o novo livro de Pema “How We Live is
How We Die,” e o que isso significa para ela.
E naturalmente, vou fazer perguntas sobre o eu, sobre os dilemas humanos, e
sobre como encontrar o Meio!
Junte-se a nós