

Uma leitura transdisciplinar de “A poética do espaço” a partir da somaestética dos estados meditativos em ioga, meditação cristã e mindfulness

A transdisciplinary reading of “The poetics of space” based on the somaesthetics of meditative states in yoga, Christian meditation and mindfulness

Sérgio Gonçalves de AMORIM
Doutor em Ciências da Religião (PUC-SP).
Pesquisador voluntário, sem vínculo institucional e
sem financiamento de terceiros à pesquisa.
E-mail: amorimsjc1969@gmail.com

Resumo:

Em “A poética do espaço” Bachelard apresenta ideias que contribuem a compreensão fenomenológica dos estados meditativos em ioga, meditação cristã e *mindfulness* (atenção plena). E, por outro lado, de modo transdisciplinar, transpondo-se as fronteiras entre sujeito e objeto de pesquisa, pondera-se que as práticas do êxtase contribuem à compreensão somaestética (cf. Richard Shusterman) das imagens poéticas, ambas experienciadas a partir da totalidade da percepção estético-somática alicerçada no momento presente. As práticas meditativas, interpretadas como experiência somaestética, se aproximam da ponderação de que as imagens poéticas têm um ser próprio, advindo de uma ontologia direta (Bachelard), também alicerçada no momento presente em que elas emergem à percepção estético-somática. Nesta linha de análise, apresentam-se algumas correlações entre imagens poéticas e estados meditativos como experiências somaestéticas, que ficam mais evidentes em temas como o silêncio, a palavra, a imobilidade que abre a totalidade somática a uma experiência do infinito, entre outros.

Palavras-Chave: Imagem Poética, Somaestética, Ioga, Meditação Cristã, *Mindfulness*.

Abstract:

In “The Poetics of Space” Bachelard presents ideas that contribute to the phenomenological understanding of meditative states in yoga, christian meditation and mindfulness. And, on the other hand, in a transdisciplinary way, crossing the boundaries between subject and object of research, it is considered that the practices of ecstasy contribute to the somaesthetic understanding (cf. Richard Shusterman) of poetic images, both experienced from the totality of aesthetic-somatic perception based on the present moment. Meditative practices, interpreted as a somaesthetic experience, come close to considering that poetic images have a being of their own, arising from a direct ontology (Bachelard), also based on the present moment in which they emerge to aesthetic-somatic perception. In this line of analysis, some correlations are presented between poetic images and meditative states as somaesthetic experiences, which are more evident in themes such as silence, words, immobility that opens the somatic totality to an experience of the infinite, among others.

Keywords: Poetic Image, Somaesthetics, Yoga, Christian Meditation, Mindfulness.

INTRODUÇÃO

Como a filosofia de Gaston Bachelard, em “A poética do espaço” (Bachelard, 1978), contribui para os estudos em ciências da religião, particularmente para compreensão dos estados de êxtase nas práticas meditativas? E, como estas experiências extáticas podem favorecer uma compreensão das imagens poéticas, tais como propostas em Bachelard (1978)?

Para um modesto encaminhamento a estas questões apresentam-se algumas ponderações acerca das correlações entre as imagens poéticas e os estados meditativos nas práticas de ioga, meditação cristã e meditação *mindfulness* (atenção plena), aproximação esta realizada a partir do conceito de somaestética, como proposto por Richard Shusterman (2012). A escolha destas práticas deve-se à experimentação pessoal do pesquisador, inicialmente com as práticas *mindfulness*, e depois, com ioga e meditação cristã, em que se tem buscado realizá-las como prática, reflexão e transformação pessoal e coletiva através da somaestética, como é tratado neste artigo. Trata-se, portanto, de um itinerário pessoal ao qual vem se agregando o pensamento filosófico e das ciências da religião.

Ao considerar que a imagem poética tem um ser próprio advindo de uma ontologia direta, no momento presente em que a imagem poética emerge à percepção, Bachelard (1978) contribui a uma compreensão das práticas meditativas, desde que estas também são experiências no momento presente, propiciando experiências estético-somáticas que se alicerçam no aqui-e-agora do evento, como práticas de consciência do momento presente. Tanto as imagens poéticas, quanto as práticas meditativas proporcionam experiências somaestéticas (Shusterman, 2012), eis aí um importante ponto de contato entre ambas as realidades, que contribui para uma leitura de “A poética do espaço” a partir de dada percepção estético-somática advinda das práticas meditativas.

As experiências com as imagens poéticas e seus efeitos estéticos sobre o *soma* são experiências somaestéticas similares àquelas com as práticas meditativas na ioga, meditação cristã e *mindfulness*, havendo um ponto de contato entre a fenomenologia da imagem poética proposta por Bachelard (1978) e o pragmatismo de Shusterman (2012), trazendo enriquecimento a estes campos de estudos, contribuindo, ainda, ao campo das ciências da religião nos estudos das experiências do êxtase.

A percepção consciente do *momento presente* em que a imagem poética emerge à totalidade do ser do homem (*soma*), implica que sua percepção estético-somática esteja mergulhada na consciência de seu estado de ser naquele momento presente da experiência. Este é um dos objetivos das práticas meditativas em ioga, meditação cristã e *mindfulness*. Por isso, estas práticas acabam por se constituir, também, em sujeitos de conhecimento estético-somático, e não apenas objeto de um saber filosófico-científico.

Assim, estabelece-se um diálogo com a transdisciplinaridade articulando uma reflexão em torno às correlações e similitudes entre imagens poéticas, em “A poética do espaço”, e estados meditativos e extáticos, ambas realidades tomadas a partir de uma observação somaestética, conforme proposta por Shusterman (2012).

As práticas de ioga, meditação cristã e *mindfulness* propiciam um tipo de experiência da vida humana que permite uma melhor avaliação do fenômeno da fé e o que ela produz, que em nossa premissa são *imagens poéticas*, a partir de uma ontologia direta como tratado por Bachelard (1978), em “A poética do espaço”. Assim, a contribuição epistemológica de Bachelard (1978) para os estudos dos fenômenos meditativos incita a questionar acerca de que se tratam as imagens poéticas que podem emergir ao praticante de meditação. Este questionamento, a partir desta perspectiva filosófica das ciências da religião, torna-nos críticos quanto aos fenômenos da fé, à qual o ensaio de Bachelard (1978) proporciona uma rica reflexão de caráter epistêmico.

Estas duas propostas fenomenológicas, uma de Bachelard e outra de Shusterman, favorecem uma compreensão das experiências extáticas nas práticas meditativas. Em um trânsito transdisciplinar, as práticas meditativas, a seu modo, são uma forma de ‘reflexão estético-somática’ e fonte de conhecimento acerca das imagens poéticas, que emergem ao *soma* que medita, alicerçado no momento presente, em silêncio e imobilidade, abrindo a experiência humana à dimensão do infinito e do eterno que habitam *dentro de si*, conforme Bachelard (1978).

DESENVOLVIMENTO

Inspirando-se em Bachelard (1978), que realiza uma filosofia das ciências em “A poética do espaço” (Bachelard, 1978), se propõe nesta pesquisa uma ‘filosofia das ciências da religião’, que se afasta da “linha do racionalismo ativo, a linha do racionalismo crescente da ciência contemporânea” (Bachelard, 1978, p.183), para se aproximar dos “problemas colocados pela imaginação poética” (Bachelard, 1978, p.183).

Busca-se um movimento de transdisciplinaridade ao aproximar imagens poéticas e práticas meditativas, tomando estas últimas também como sujeitos de conhecimento, e não apenas e tão somente ‘objetos científicos’ de um dado ‘sujeito de saber’. O ‘objeto’ (imagens poéticas / estados meditativos) atuam sobre o ‘sujeito da pesquisa’, há uma via dupla de interrelações entre ambos, o que é típico à forma de pensamento de Bachelard, em consonância com os problemas postos pela ciência contemporânea em áreas como a física e a química quânticas.

A seguir, para uma leitura transdisciplinar de “A poética do espaço” (Bachelard, 1978) apresenta-se o conceito de somaestética e sua contribuição para a interpretação das imagens poéticas e das práticas

meditativas em geral, como fenômenos estético-somáticos. Depois, trata-se das imagens poéticas experienciadas como símbolo, mito e rito nas práticas meditativas em geral, compondo uma realidade da psiquê humana. E, por fim, são apresentadas considerações acerca de algumas imagens poéticas presentes nos estados meditativos de ioga, meditação cristã e *mindfulness*.

1. Contribuição da somaestética a interpretação das imagens poéticas e das práticas meditativas

Em “A poética do espaço”, Gaston Bachelard (1978) apresenta ideias que contribuem a uma compreensão fenomenológica dos estados meditativos que ocorrem nas práticas de ioga, de meditação cristã e de atenção plena (*mindfulness*), ao propor uma topoanálise que procura compreender “o trabalho do espaço em nós” (Bachelard, 1978, p. 310), reiterando que, sua intenção “não é examinar homens, mas examinar imagens” (Bachelard, 1978, p. 310). Sua reflexão se dá nos seguintes termos: “Nosso problema é discutir as imagens da imaginação pura, da imaginação liberada, liberante, sem nenhuma ligação com as incitações orgânicas” (Bachelard, 1978, p. 344).

Nesta perspectiva de Bachelard (1978), as imagens poéticas não possuem um fundo orgânico em sua origem, porém seu experienciar humano afeta a totalidade de sua percepção estético-somática. Para ilustrar tal fenômeno, Bachelard (1978) propõe atentar para os efeitos cinestésicos que as imagens poéticas proporcionam, e que atuariam tal como uma droga na realidade fisiológica humana em sua totalidade de percepção estético-somática.

E por que ainda essas imagens “excessivas” que nós próprios não sabemos formar, mas que podemos, nós leitores, receber sinceramente do poeta, não seriam – se mantivermos a noção – “drogas” virtuais que nos proporcionam germes de devaneio? Essa droga virtual é de uma eficácia puríssima. Estamos certos, com uma imagem “exagerada” de estar no eixo de uma imaginação autônoma (Bachelard, 1978, p. 300).

Entende-se, assim, que mesmo sem partir da fisiologia humana para realização de uma topoanálise das imagens poéticas, “A poética do espaço” (Bachelard, 1978) contribui para uma compreensão dos efeitos destas para a percepção estético-somática nas práticas meditativas. Por sua vez, as práticas estético-somáticas que compõem os estados meditativos contribuem para o desencadeamento de processos de imaginação poética em nós, autônomos, atuando nestes estados de êxtase como uma ‘droga virtual’. Estas práticas estético-somáticas não seriam o elemento causal das imagens poéticas em si, como propõe Bachelard, ao considerar a autonomia das imagens poéticas, em sua ontologia direta e independente dos estados fisiológicos. A experiência estético-somática das práticas meditativas seriam experiências com imagens poéticas autônomas à fisiologia humana, porém tendo o corpo em sua

totalidade a usufruir do êxtase na contemplação das imagens poéticas que emergem nos estados meditativos.

Tanto as imagens poéticas, quanto as práticas meditativas, ocorrem *alicerçadas* no momento presente, compondo experiências somaestéticas, conforme conceitua Richard Shusterman, em *Body consciousness: a philosophy of mindfulness and somaesthetics* (Shusterman, 2012). Neste livro, o filósofo propõe uma filosofia *mindfulness* a ser empreendida da perspectiva somaestética como: 1. prática, 2. reflexão e 3. transformação pessoal e coletiva.

(...) a somaestética se volta para o estudo crítico e para o cultivo melhorativo de como experienciamos e usamos o corpo vivo (ou soma) como lugar de apreciação sensorial (estesia) e de auto estilização criativa. O termo “soma” indica um corpo vivo, senciente e sensível, e não um mero corpo físico que poderia estar desprovido de vida e de sensação, e o “estética” em “somaestética” tem o papel duplo de enfatizar o papel perceptivo do soma (cuja intencionalidade corporificada contradiz a dicotomia corpo / mente) e seus usos estéticos tanto na autoestilização como na apreciação das qualidades estéticas de outras pessoas e coisas (Shusterman, 2012, p. 26).

Conforme Shusterman (2012, p.26), o termo somaestética é utilizado em neurofisiologia, referindo-se a uma percepção sensorial a partir do corpo como um todo e não a partir de órgãos específicos. Desta perspectiva, há percepções somaestéticas exteroceptivas, vindas de fora do corpo; proprioceptivas, advindas de dentro do corpo e relativas à percepção das partes do corpo umas em relação às outras; e por fim, viscerais ou interoceptivas, derivadas dos órgãos internos, e geralmente, associadas à dor (Shusterman, 2012, p. 26). Shusterman se apropria deste termo da neurofisiologia para dar-lhe novo significado na perspectiva da criação de um novo campo de saber advindo da filosofia pragmática, numa fenomenologia que se volta à autopercepção somática. Conforme este filósofo:

Esse projeto envolve um estudo fenomenológico da consciência corporal que examina os diferentes tipos, níveis e valores da autopercepção somática – da intencionalidade motora, essencialmente inconsciente, e das reações automáticas sem foco, que envolvem hábitos somáticos irrefletidos ou esquemas corporais até imagens corporais explicitamente tematizadas, autopercepção somática, e introspecção somática reflexiva (...) essa consciência corporal intensificada não necessariamente perturbará, mas antes aumentará nossa percepção do mundo exterior e nosso relacionamento com ele ao aprimorar nosso uso do eu que é o instrumento de toda percepção e ação. De fato, creio que *toda autoconsciência somática agudamente atenta estará consciente de mais do que o corpo em si* [grifos no original] (Shusterman, 2012, p. 34-35).

Assim, propõem-se estabelecer associações entre a imagem poética, estados meditativos e a prática, reflexão e transformação pessoal e coletiva somaestéticas, as quais se dão a partir do corpo como um todo, como experiência vivida na consciência do momento presente nestas experimentações somaestéticas das imagens poéticas e das práticas meditativas. E, ainda que aparentemente experienciando memórias ou traçando conjecturas acerca do futuro, estas atividades se dão no momento presente e produzem efeitos ao corpo em sua totalidade afetando a autopercepção somática. Têm-se, portanto, que

ao propor uma prática, reflexão e transformação somaestética a partir da prática de ioga, meditação cristã e *mindfulness*, o que experencia-se como autopercepção somática são os efeitos de uma “droga virtual” denominada imagens poéticas, como propõe Bachelard (1978). Num trânsito transdisciplinar, os estados meditativos conduzem o praticante a experienciar imagens poéticas, sendo, portanto, uma via de acesso a estas e uma forma de prática, reflexão e transformação a partir da realidade somática implicada no campo da poética do espaço, como entendido por Bachelard (1978), em “A poética do espaço”.

2. Imagens poéticas experienciadas como símbolo, mito e rito nas práticas meditativas

A escolha de Bachelard (1978) pela poética da casa, como via para o estudo das imagens da intimidade, aponta para uma topoanálise da topografia de nosso ser íntimo. O filósofo cita o médico Carl Gustav Jung, em uma comparação que este faz entre a poética da casa e as estruturas psíquicas profundas do ser humano (Bachelard, 1978, p. 196), e propondo haver “sentido em tomar a casa como um instrumento de análise para a alma humana (...) as imagens da casa seguem nos dois sentidos: estão em nós assim como nós estamos nelas”, conforme Bachelard (1978, p. 197). As casas dos homens, as casas das coisas, ou seja, da mobília e seus usos, os refúgios como o ninho e a concha, os cantos são tidos como espaços da intimidade, vividos numa dialética do grande e do pequeno, conforme o filósofo. Como subjetividade, os espaços da intimidade estão em nós e não nos objetos, pondera Bachelard (1978, p. 198).

Com os ninhos e as conchas estávamos evidentemente diante de transposições da função de habitar. (...) Queremos agora abordar as impressões de intimidade que (...) tem entretanto uma raiz humana. (...) Eis o ponto de partida (...) todo canto de uma casa (...) onde gostamos de nos esconder, de confabular conosco mesmos, é, para a imaginação, uma solidão (...) o canto é um refúgio que nos assegura um primeiro valor de ser: a imobilidade. Ele é a certeza local, o local próximo da minha imobilidade (...) A consciência do ser em paz no seu canto propaga, ousamos dizer, uma imobilidade. (Bachelard, 1978, p. 287).

A questão da imobilidade é importante para determinadas práticas meditativas, ainda que haja práticas em movimento na ioga e *mindfulness*, e mesmo na meditação cristã considerada como uma forma de oração. Veja-se como Bachelard trata dessa imobilidade e solidão, que se abrem a uma imensidão íntima experienciada como percepção estético-somática, ou como prática, reflexão e transformação pessoal e coletiva, a partir de experiências somaestéticas.

A imensidão está em nós. Está presa a uma espécie de expansão do ser que a vida refreia, que a prudência detém, mas que volta de novo na solidão. Quando estamos imóveis, estamos além: sonhamos num mundo imenso. A imensidão é o movimento do homem imóvel. A imensidão é uma das características dinâmicas do devaneio tranquilo. (Bachelard, 1978, p. 317).

A dialética do interno e do externo, e sua repercussão na dialética do aberto e do fechado, no entender de Bachelard apontam para uma fenomenologia do redondo, e que está para além de suas evidências e concepções geométricas, apontando para “a atividade própria da imaginação pura” (Bachelard, 1978, p. 198). Assim, afirma o filósofo:

A oposição do exterior e do interior não é então mais medida pela sua evidência geométrica. (...) Numa meditação sobre o ser, coloca-se comumente o espaço entre parênteses, ou dizendo de outra maneira, deixa-se o espaço “atrás de si”. (...) admirável esse poder que faz recuar o espaço, que coloca o espaço no exterior, todo o espaço exterior para que o ser meditante esteja livre em seu pensamento (Bachelard, 1978, p. 347-348).

O redondo evoca a *mandala*, palavra em sânscrito que tem este significado, e que para Jung aponta para a totalidade da alma humana e sua experiência de vida. Croatto (2004) propõe uma abordagem fenomenológica da religião e da espiritualidade, que põe em evidência o caráter simbólico da vivência da *mandala* como experiência humana, pessoal e coletiva. Esta abordagem do símbolo considera seus desdobramentos em eventos literários como os mitos, e sua consubstanciação no corpo humano com os rituais, estes que por sua vez envolvem a totalidade somática numa dimensão pessoal e coletiva.

Já se observou que o símbolo é *relacional* (...) O objeto simbólico não é somente o receptor de uma hierofania. A vivência da hierofania verbaliza-se, faz-se palavra que a “comunica” a outros, os quais, por sua vez, podem entrar na mesma esfera numinosa. O símbolo, portanto, é gerador de um vínculo entre os seres humanos (...) Como linguagem que é, o símbolo tem, portanto, uma função social. É uma linguagem de comunicação profunda, quando não é confundido com o signo e a metáfora (...) O ser humano no cotidiano precisa falar em símbolos para expressar suas vivências (...) Como linguagem, o símbolo é um fato social (...) A condição “de linguagem” e de comunicação do símbolo tem relação com sua dinâmica e eficácia sociais, reforçadas pela tradição em que se inscreve. É necessário acrescentar que o símbolo tem ligação com o inconsciente, com os níveis profundos da psique, que só podem aflorar indiretamente, refletindo nas coisas que por analogia ajudam a evocá-los. Muitos símbolos, como o círculo (a *mandala*, palavra hindu usada por Jung como arquétipo da alma), servem de “condensadores” tanto dos desejos inconscientes como de uma experiência religiosa profunda da perfeição, da totalidade, do equilíbrio espiritual em contato com o sagrado.” (Croatto, 2004, p. 113-115).

A *mandala* se efetiva em estados meditativos, os quais evocam espaços poéticos redondos em sua prática. “As imagens da redondeza plena nos ajudam a nos congregar em nós mesmos, a nos dar a nós mesmos uma primeira constituição, a afirmar nosso ser intimamente, pelo interior. Porque vivido a partir do interior, sem exterioridade, o ser não poderia deixar de ser redondo” (Bachelard, 1978, p. 350).

Se a imagem poética estabelece um centro por ser redonda, talvez resida aí seu principal efeito buscado nas práticas meditativas analisadas, a de proporcionar um centro ao ser, de centrá-lo em si mesmo, o que promove saúde, bem-estar e conforto íntimo, formando uma topofilia dos espaços felizes, como propõe Bachelard (1978), de que as imagens poéticas possuem uma ontologia direta.

Queremos examinar, com efeito, imagens bem simples, as imagens do espaço feliz. Nossas pesquisas, mereceriam, sob essa orientação, o nome de topofilia. Visam determinar o valor

humano dos espaços de posse, espaços proibidos a forças adversas, espaços amados. Por razões muitas vezes bem diversas e com as diferenças que comportam os vários matizes poéticos, são espaços louvados. (Bachelard, 1978, p. 196).

Bachelard não nega o caráter terrificante que a imagem poética possa evocar, causando repulsa, espanto e terror. “Mas, as imagens quase não abrigam ideias tranquilas, nem ideias definitivas, sobretudo. A imaginação imagina incessantemente e se enriquece de novas imagens” (Bachelard, 1978, p. 196).

As práticas meditativas, ainda que situadas histórica e culturalmente, se abrem para o experienciar de imagens poéticas que atuam sobre o ser humano em sua percepção estético-somática, e o instiga a propagar essas experiências dando forma a inúmeras outras experiências coletivas, desde as artes, os mitos e ritos, a religião, a filosofia, a política e, conforme sugere Bachelard (1978), também a ciência.

3. Imagens poéticas nos estados meditativos de ioga, meditação cristã e *mindfulness*

As similitudes entre imagem poética e os estados meditativos, em “A poética do espaço”, ficam mais evidentes em temas como o silêncio, a palavra, a imobilidade que abre à experiência do infinito. Determinadas práticas meditativas guiadas por um *mantra*, uma palavra sagrada dita no silêncio interior (porque este é o espaço íntimo do praticante) são estímulos à emergência da imagem poética, ainda que não sejam sua causa. Retomando Bachelard.

Às vezes o som de um vocábulo, a força de uma letra abre ou fixa o pensamento profundo da palavra (...) onde os fenômenos fonéticos e os fenômenos do *logos* vêm, quando a linguagem tem toda a sua nobreza, harmonizar-se. Mas que vagar de meditação teríamos que saber adquirir para que vivêssemos a poesia interior da palavra, a imensidão interior da palavra. Todas as grandes palavras, todas as palavras chamadas à grandeza por um poeta, são chaves do universo, do duplo universo do Cosmo e das profundezas da alma humana. (Bachelard, 1978, p. 326).

A imagem poética como problema filosófico comporia “uma fenomenologia da imaginação. Esta seria um estudo do fenômeno da imagem poética no momento em que ela emerge na consciência como um produto direto do coração, da alma, do ser do homem tomado na sua atualidade” (Bachelard, 1978, p. 184).

Assim, os estados meditativos são uma espécie do gênero de “imaginação poética”, desde que, conforme Bachelard, nesta “o passado de cultura não conta; o longo esforço para interligar pensamentos (...) é ineficaz. É preciso estar presente, presente à imagem no minuto da imagem (...) no êxtase da novidade da imagem” (Bachelard, 1978, p. 183). Para reafirmar a importância do momento presente para compreensão da imagem poética, Bachelard afirma que “a filosofia da poesia deve reconhecer que o ato poético não tem passado (...) a imagem poética tem um ser próprio, um dinamismo próprio. Ela advém de uma ontologia direta” (Bachelard, 1978, p.183).

As práticas meditativas são também ‘fonte de conhecimento’, de modo que a relação sujeito/objeto do conhecimento se intercambia, se confunde, se mescla e se complementa. Bachelard afirma que:

Ao nível da imagem poética, a dualidade do sujeito e do objeto é matizada, iluminada, incessantemente ativa em suas inversões (...) A imagem, em sua simplicidade, não precisa de um saber. Ela é a dádiva de uma consciência ingênua. Em sua expressão, é uma linguagem jovem. O poeta, na novidade de suas imagens, é sempre origem de linguagem (...) a imagem existe antes do pensamento (Bachelard, 1978, p. 184-185).

Croatto (2004) entende que os símbolos se estruturam em mitos, e estes como experiência vivida, orientam os rituais humanos que envolvem toda sua consciência estética-somática.

O mito (...) é *palavra*, “texto”, narração. Mas a palavra por si só não expressa totalmente o ser humano, que não se reduz à boca para falar ou ao ouvido para escutar, ou à vista para ler. É também um corpo completo, ele tem mãos para gesticular e pés para caminhar ou pernas para dançar. Pode inclinar-se, dar ou juntar as mãos, manipular as coisas, deitar no chão ou subir uma escada, sentar ou ficar em pé. Se observarmos bem, somos muito mais gestos que palavras. Por essa razão, o *homo religiosus* sempre soube expressar sua vivência do sagrado por meio do gesto físico, do qual surge o rito. O rito é, portanto, mais uma das linguagens típicas essenciais para a experiência religiosa universal. (Croatto, 2004, p. 327).

Croatto (2004) considera que o “rito é o equivalente gestual do símbolo. Dito de outra maneira, o rito é um símbolo em ação” (Croatto 2004, p. 329), sendo o rito, tal como o símbolo e o mito, uma linguagem primária da experiência religiosa. Esta fenomenologia da religião considera a oração um rito, ou seja, uma expressão gestual do símbolo e do mito. “A oração é a comunicação por excelência do ser humano com a divindade (...) Também é uma oração o silêncio místico ou a meditação” (Croatto, 2004, p. 376).

O rito, em sua relação com o mito e o símbolo, expressa e ajuda a formar um entendimento da vida, e em particular, a “oração (...) é um componente normal dos ritos e, como linguagem, “expressa” uma visão de mundo” (Croatto, 2004, p. 398). Neste sentido, as orações tendem a participar de corpos de doutrinas, como por exemplo, na própria prática de ioga “que se expressa nos *yoga-sûtra* ou “aforismos do yoga” atribuídos a Patanjali” (Croatto, 2004, p. 414).

Uma interessante citação de Iyengar (2016) ilustra acerca das possibilidades da transdisciplinaridade nos estudos fenomenológicos dos estados meditativos, e amplia uma compreensão da fé como um fenômeno ligado à imaginação poética: “A filologia não é uma língua, e sim a ciência das línguas, cujo estudo capacita o aluno a aprender melhor sua própria língua. Da mesma forma, o *yoga* não é uma religião em si. É a ciência das religiões, cujo estudo capacitará o *sadhaka* apreciar melhor sua própria fé” (Iyengar, 2016, p. 43).

Um dos estados meditativos obtidos nas práticas de ioga é uma percepção da vida pelo praticante, a partir de sua presença plena no momento presente, estado de ser denominado *sati* (em páli). Foi a partir deste estado de ser que se desenvolveu a prática de meditação de atenção plena, em inglês *mindfulness*, uma recriação de uma prática do budismo e do zen budismo, adaptada ao campo da psicologia e da medicina ocidentais (Carvalho e Paccillo, 2022).

Trata-se de uma forma de recriação sociocultural, com incorporações de conceitos da espiritualidade orientais às práticas de saúde ocidentais. Há um diálogo transdisciplinar entre saúde, ciência e espiritualidade na criação das práticas *mindfulness*, recriando-as em nossa cultura para a promoção do bem-estar e da saúde integral, sem a presença do elemento de fé religiosa ou espiritual tradicionais. Talvez se componha uma fé e espiritualidade laicas, que refletem o mais próximo possível sua aplicação original nas tradições orientais, como propõe Iyengar (2016), assim contornando difíceis questões morais e religiosas típicas ao ocidente e ao cristianismo que buscam inferiorizar as espiritualidades orientais e suas práticas.

Croatto (2004), em sua proposta de uma fenomenologia da religião, pondera acerca da realidade simbólica como pensada por Jung, como uma linguagem que comunica a experiência com o ‘sagrado’ em nosso interior. Para o médico Kabat-Zinn (2019, p.10), um dos criadores das práticas de *mindfulness*, meditar “é uma maneira muito conveniente e direta de cultivar maior intimidade com o desenrolar da vida e nossa capacidade de estar consciente – e perceber o quanto a consciência é um ativo valioso, negligenciado e subestimado”. E, mais particularmente quanto à essência de *mindfulness*, afirma o médico, que esta é, e sempre foi, “atemporal, tendo a ver com a nossa relação com o momento presente, com qualquer momento, não importando como ele seja” (Kabat-Zinn, 2019, p. 19). E, quanto às origens ele afirma que “remonta há milhares de anos, das antigas civilizações da Índia e da China, chegando a ser anterior a Buda” (Kabat-Zinn, 2019, p. 21), e que desde suas origens, se encontra em contínua evolução da sabedoria humana em busca da compreensão de sua condição existencial, segundo o médico.

Diz Kabat-Zinn que: “Meditação é uma forma de ser, não uma técnica” (Kabat-Zinn, 2019, p. 91). Ou ainda, meditar seria um ato “de amor puro pela vida que se desdobra dentro de nós e ao nosso redor” (Kabat-Zinn, 2019, p. 123), que deve abarcar todo tipo de sentimentos, sensações, pensamentos que possam nos acometer, sem valorá-los, aceitando-os como fenômenos da vida.

Então, do ponto de vista da consciência, qualquer estado mental é um estado meditativo. Raiva ou tristeza são tão interessantes, úteis e válidas quanto entusiasmo ou deleite e muito mais valiosas que uma mente em branco, uma mente insensata, desconectada. Raiva, medo, terror, tristeza, ressentimento, impaciência, entusiasmo, deleite, confusão, nojo, desprezo, inveja, raiva, desejo, até apatia, dúvida e torpor, de verdade, todos os estados mentais e corporais são ocasiões para nos conhecermos melhor se conseguirmos parar, olhar e ouvir; em outras palavras, se cairmos em nós e nos tornarmos íntimos do que se apresenta em consciência a todo e qualquer

momento. O mais impressionante e muito inesperado é que nada mais precisa acontecer. Podemos desistir de tentar fazer algo especial acontecer. Ao abrir mão de querer que algo especial ocorra, talvez possamos perceber que algo muito especial já está ocorrendo, e está sempre ocorrendo, a saber, a vida emerge a cada momento como consciência. (Kabat-Zinn, 2019, p. 96-97).

O médico afirma que ao aprendermos “a ouvir o corpo por todas as suas portas do sentido, além de cuidar do fluxo de nossos pensamentos e sentimentos” (Kabat-Zinn, 2019, p. 165-166) promovemos vida em nós, por senti-la, por ser fruição, gozo, e que isso se torna verdade experimentada no corpo pessoal, e que também deveria se estender para o corpo das instituições e para o corpo político da sociedade. Há certa utopia nisso, mas a utopia é também revolucionária, por fazer sonhar um mundo diferente, promovendo certa percepção das forças que impedem a emergência de um mundo novo, com mais felicidade e bem-estar. Meditar pode conduzir à percepção de que há interesses coletivos que impedem o sonho de felicidade tornar-se a realidade desejada, meditar é plantar sementes de transformações pessoais e coletivas profundas.

A meditação nas tradições cristãs são uma forma de oração do silêncio, um modo de se “experienciar a Presença de Deus”, que inspira e é inspirada por inúmeras imagens poéticas, sobretudo, nas experiências místicas. Uma forma de meditação cristã, criada na década de 1970 no seio da Igreja Católica, traz uma nova interpretação a alguns textos da Patrística, agregando outros escritos da tradição da Igreja Ortodoxa, para criar um embasamento doutrinário a esta prática meditativa cristã católica, que se estabelece, em parte, desde exercícios originários do budismo, particularmente, da tradição *zen*, experienciada por padres da Igreja Católica.

Na meditação cristã católica há referências ao texto “A nuvem do não-saber”, um escrito inglês anônimo do século XIV, que tem na prática meditativa uma “experiência com Deus”. Prática que deve ancorar-se inicialmente em um esvaziamento de quaisquer conceitos prévios de Deus (não-saber), já pré-concebidas pela cultura e internalizadas pela educação e a religião. Para, então, dirigir-se a uma experiência de êxtase que está para além dos estados mentais da consciência ordinária, tem que se abrir para uma experiência extraordinária de consciência do Divino, que se renova em nova experiência pessoal e coletiva, depois novamente comunicável aos semelhantes através da religião em seus símbolos, mitos e ritos, como pondera (Croatto, 2004).

Uma passagem de “A poética do espaço” permite uma compreensão do não-saber na criação da imagem poética: “Na poesia, o não-saber é uma precondição (...) a vida da imagem está em sua fulgurância, no fato de que a imagem é uma superação de todos os dados da sensibilidade” (Bachelard, 1978, p. 194). Assim, pode-se interpretar a “experiência com Deus” na meditação cristã católica como uma experiência com imagens poéticas, estas fruto de uma ontologia direta que não passa pela fisiologia

do corpo, tal como propõe Bachelard (1978), mas que, conforme o filósofo, é capaz de produzir efeitos profundos na totalidade da percepção estético-somática, tal como uma droga virtual puríssima (Bachelard, 1978), sugerindo uma autonomia dessas imagens poéticas, tidas como sacras e tematizadas em símbolos, mitos e ritos de cada tradição.

Seguindo Bachelard (1978), as imagens poéticas não são produto de um transcendente, como na fenomenologia da religião proposta por Croatto (2004). Ainda que as imagens poéticas componham símbolos, que extravasem em linguagem nos mitos e se realizem somaticamente em ritos. Seguindo Bachelard (1978), e afastando-se do entendimento de Croatto (2004), na origem das imagens poéticas não haveria necessidade de um transcendente. Ainda com Bachelard (1978), a realidade das imagens poéticas como símbolo, tal qual sugerido por Jung, se limita a apontar sua conexão profunda com a psiquê humana, sem determinar sua origem, a não ser no inconsciente humano coletivo. A meditação cristã católica, as práticas de yoga e *mindfulness* promovem uma interpretação particular de experiências com as imagens poéticas, conforme a respectiva tradição que fundamenta sua prática, seja esta laica ou religiosa ou espiritualista ou outra. Sem haver um transcendente na origem das imagens poéticas, estas como símbolos, possuem um profundo efeito sobre a experiência estético-somática, tal como uma droga virtual, como afirma Bachelard (1978), ganhando uma “áurea sagrada”.

CONCLUSÃO

Esta comunicação é uma contribuição modesta para uma leitura transdisciplinar de “A poética do espaço” (Bachelard, 1978), partindo-se de uma aproximação somaestética entre as experiências com as imagens poéticas e as experiências advindas das práticas meditativas na ioga, na meditação cristã e em *mindfulness*. As práticas meditativas são habitadas por imagens poéticas que agem no sentido de proporcionar experiências somaestéticas, que ficam mais evidentes em temas que perpassam o ensaio filosófico como o silêncio, a palavra, a imobilidade que abre à experiência do infinito, entre outras análises de Bachelard (1978), em “A poética do espaço”.

As experiências de êxtase advindas das práticas meditativas se compõem de experiências somaestéticas com imagens poéticas, com sua ontologia direta e sua autonomia de um ser próprio, como propõe Bachelard (1978) em “A poética do espaço”. As imagens poéticas são interpretadas e vividas em conformidade com cada cultura em particular, nas formas como estas experiências somaestéticas profundas extravasam em diversas instituições sociais, dando forma a inúmeras outras experiências coletivas, desde as artes, a religião, a filosofia, a ciência e a política.

As imagens poéticas atuam sobre toda a estrutura sociocultural, de certo modo, instituindo-a, destituindo-a, e restituindo-a, desde sua conservação e transformação, partindo de dentro do ser humano

em sua profundidade de ser. A participação das imagens poéticas no êxtase, religioso ou não, faz refletir acerca de todo este processo que nos constitui como ser em movimento, em constante criação e recriação, e pensar em que se constituem a fé, as crenças e todas as outras estruturas coletivas que moldam nossa existência pessoal e coletiva. A análise das correlações entre imagens poéticas e estados de êxtase, a partir de uma interpretação somaestética, ajuda na compreensão de outras formas de alteração da consciência, e no limite, compreender a ‘realidade’ ordinária como uma forma de consciência alterada, desde que para firmar tal ‘ordem do normal’ muitas imagens poéticas são necessárias como um tipo de ‘droga virtual’ a transformar profundamente a percepção humana de si mesmo e do “real”.

REFERÊNCIAS

ANÔNIMO DO SÉCULO XIV. *A Nuvem do Não-Saber*, Trad. D. Lino Correia Marques de Miranda Moreira, Editora Vozes, Petrópolis, 2008.

BACHELARD, Gaston. *A poética do espaço*, tradução Joaquim José Moura Ramos et al., Coleção ‘Os Pensadores’, Abril Cultural, São Paulo, 1978.

CARVALHO, Isabel Cristina e PACCILO, Giovanna. Mindfulness, saúde mental e espiritualidade budista: equívocos produtivos, *Debates do NER*, Porto Alegre, ano 22, n. 42, p. 173-206, ago./dez. 2022. Disponível em: < <https://seer.ufrgs.br/index.php/debatesdoner/article/view/127315/88210>>. Acesso em 31 ago. 2024.

CROATTO, José Severino. *As linguagens da experiência religiosa – uma introdução à fenomenologia da religião*, 2ª ed., tradução de Carlos Maria Vásques Gutiérrez, Paulinas, São Paulo, 2004.

IYENGAR, B. K. S. *Luz sobre o Yoga – Yoga Dipika*, 1ª ed., tradução Márcia Neves Pinto, Pensamento, São Paulo, 2016.

KABAT-ZINN, Jon. *Meditação é mais do que você pensa*, tradução Laura Folgueira, Planeta, São Paulo, 2019.

SHUSTERMAN, Richard. *Consciência corporal*, tradução Pedro Sette-Câmara, É Realizações, São Paulo, 2012.



AMORIM, Sérgio Gonçalves de. Uma leitura transdisciplinar de “A poética do espaço” a partir da somaestética dos estados meditativos em ioga, meditação cristã e mindfulness. *Kalagatos*, Fortaleza, vol.21, n.3, 2024, eK24075, p. 01-23.

Recebido: 02/2024

Aprovado: 04/2024