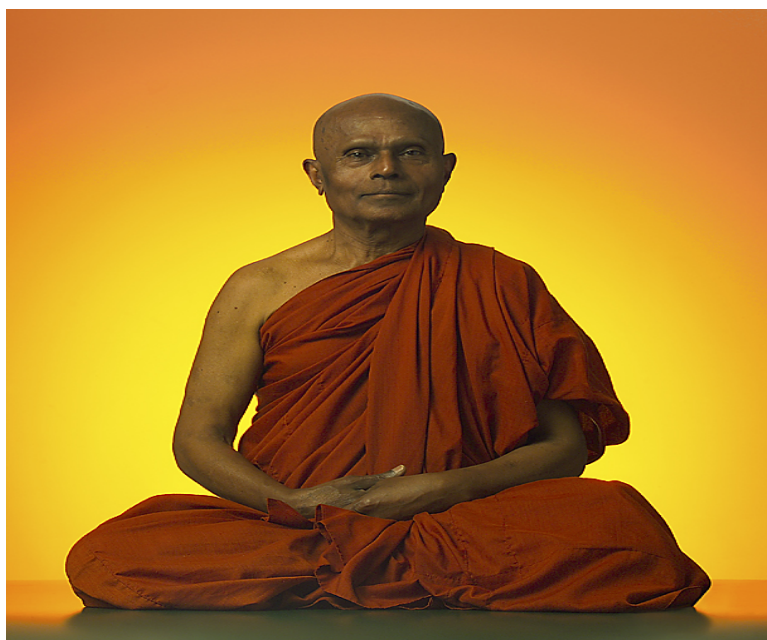


os Jhanas

na Meditação budista Theravada

Mahathera
Henepola Gunaratana



Casa de Dharma

Permissão do autor, e traduzido da versão resumida do *The Path of Serenity and Insight: An Explanation of the Buddhist jhanas*. Copyright 1985, Motilal Banarsidas, New Delhi, e publicada pela Buddhist Publication Society, Kandy, 1988, Sri Lanka, The Wheel Publication, no. 351/353, Copyright 1988, Henepola Gunaratana.

Permissão The Buddhist Publication Society, Bhikkhu Nyanatusita, Kandy,
03-07-2016

Tradução:

Equipe de tradução da Casa de Dharma

Revisão:

Arthur Shaker

Casa de Dharma ©

casadedharma.org@gmail.com

<http://casadedharmaorg.org>

Sumário

1. Introdução
 - O contexto doutrinal do Jhana
 - A etimologia do Jhana
 - Jhana e Samadhi
2. As Preparações para o Jhana
 - O Fundamento Moral para o Jhana
 - O amigo excelente e os objetos da meditação
 - Escolhendo um lugar adequado
3. O primeiro Jhana e seus fatores
 - Abandonando os obstáculos
 - Os fatores do primeiro Jhana
 - Aperfeiçoando o primeiro Jhana
4. Os Jhanas Elevados
 - Os Jhanas Elevados sutis
 - Os Jhanas do sem-forma
 - Os Jhanas e o Renascimento
5. Jhana e o Supramundano
 - O caminho da Sabedoria
 - Os dois veículos
 - O Jhana supramundano
 - O nível jhânico do Caminho e Fruto
6. O Jhana e o Nobre discípulo
 - Os sete tipos de discípulos
 - O Jhana e o Arahant

Sobre o Autor

Lista de Abreviações

PTS = Edição da Pali Text Society

BBS = Edição da Burmese Buddhasasana Samiti

A	Anguttara Nikaya (PTS)
D.	Digha Nikaya (PTS)
Dhs.	Dhammasangani (BBS)
Dhs.A	Dhammasangani Atthakatha = Atthasalini (BBS)
M.	Majjhima Nikaya (PTS)
MA.	Majjhima Nikaya Atthakatha (BBS)
Miln.	Milindapanha (PTS)
PP.	<i>Path of Purification</i> (tradução do <i>Visuddhimagga</i> pelo Bhikkhu Nanamoli; Kandy: BPS, 1975)
S.	Samyutta Nikaya (PTS)
SA.	Samyutta Nikaya Atthakatha (BBS)
ST.	Samyutta Nikaya Tika (BBS)
Vbh.	Vibhanga (PTS)
Vin.A	Vinaya Atthakatha (BBS)
Vism.	Visuddhimagga (PTS)
Vism.T.	Visuddhimagga Ti ka (BBS)

O termo **Sati**, um dos oito e muito importantes fatores ou habilidades do Nobre Óctuplo Caminho a ser desenvolvido, é de difícil tradução. Tem sido traduzido, para a língua inglesa como “Mindfulness”, e é esse o termo que Bhante Gunaratana sempre usa; para a língua portuguesa, encontramos muitas vezes traduzido como “Plena Atenção”. Mas os monges budistas que conhecem os três termos, Sati, Mindfulness e Plena Atenção, nos alertaram que essa tradução como “Plena Atenção” não faz jus ao sentido mais complexo e amplo de Sati, pois para “atenção”, há o outro termo na língua Páli, “manasikara”. Considerando esses aspectos e cuidados, nos parece mais prudente e útil usarmos ou a forma original “Sati”, ou uma tradução, ainda provisória, “Consciência Atenta”.

Introdução

O contexto doutrinal do Jhana

O Buddha diz que tal como no vasto oceano há apenas um sabor, o sabor do sal, assim em sua doutrina e disciplina há apenas um sabor, o sabor da liberdade. O sabor de liberdade que perpassa os ensinamentos de Buddha é o sabor da liberdade espiritual, que da perspectiva budista significa libertação do sofrimento. No processo que conduz à libertação do sofrimento, a meditação é o meio de gerar o despertar interior requerido para a libertação. Os métodos de meditação ensinados na tradição do Budismo Theravada são baseados na própria experiência do Buddha, forjados por ele no curso de sua própria busca pela iluminação. Eles são projetados para recriar no discípulo que os pratica a mesma iluminação essencial que o próprio Buddha obteve quando ele sentou, sob a árvore Bodhi, para o despertar para as Quatro Nobres Verdades.

Os vários objetos e métodos de meditação expostos nas escrituras budistas Theravada - o Cânone Páli e seus comentários - dividem-se em dois sistemas interrelacionados. Um é chamado o desenvolvimento da serenidade (*samathabhavana*), o outro é o desenvolvimento do insight (*vipassanabhavana*). O primeiro também é chamado sob o nome de desenvolvimento da concentração (*samadhibhavana*), o último sob o nome de desenvolvimento da sabedoria (*paññabhavana*). A prática da meditação da serenidade visa desenvolver uma mente calma, concentrada, unificada, como um meio de experienciar a paz interior, e como uma base para sabedoria. A prática da meditação do insight visa obter uma compreensão direta da real natureza dos fenômenos. Dos dois, o desenvolvimento do insight é visto pelo Budismo como a chave essencial para libertação, o antídoto direto para a ignorância subjacente à prisão e ao sofrimento. Enquanto a meditação da serenidade é reconhecida como sendo comum tanto para disciplinas contemplativas budistas como não-budistas, a meditação do insight é considerada ser a descoberta única do Buddha e um aspecto sem paralelo de seu caminho. Entretanto, como

o desenvolvimento do insight pressupõe um certo grau de concentração, e a meditação da serenidade ajuda a obter isso, o desenvolvimento da serenidade também ocupa um lugar incontestável no processo meditativo budista. Os dois tipos de meditação trabalham juntos para fazer da mente um instrumento apto para a iluminação. Com a mente unificada por meio do desenvolvimento da serenidade, e tornada aguda e luminosa pelo desenvolvimento do insight, o meditante pode dirigir-se desobstruído para alcançar o fim do sofrimento, Nibbana.

Fundamental a ambos os sistemas de meditação, apesar de pertencer inerentemente ao lado da serenidade, temos um conjunto de aquisições meditativas chamadas os *jhanas*. Embora os tradutores tenham oferecido várias interpretações para esta palavra, variando desde o fraco significado de “contemplação”, ao equivocado termo “transe” e o ambíguo termo “meditação”, nós preferimos deixar a palavra não traduzida e deixar seu significado emergir de seus usos contextuais. A partir disso está claro que os *jhanas* são estados de profunda unificação mental que resultam do centramento da mente sobre um único objeto, com tal poder de atenção que ocorre uma imersão total no objeto. Os primeiros *suttas* falam de quatro *jhanas*, nomeados simplesmente pela sua posição numérica na série: o primeiro *jhana*, o segundo *jhana*, o terceiro *jhana* e o quarto *jhana*. Nos *suttas* os quatro aparecem repetidamente cada um descrito por uma fórmula padrão, que nós examinaremos em detalhe mais adiante.

A importância dos *jhanas* no caminho budista pode prontamente ser medida pela frequência com que são mencionados nos *suttas*. Os *jhanas* aparecem proeminentemente tanto na própria experiência do Buddha, como em sua exortação aos discípulos.

Em sua infância, enquanto assistia um festival agrícola anual, o futuro Buddha espontaneamente entrou no primeiro *jhana*. Foi a memória deste episódio da infância, muitos anos depois, após sua fútil busca de austeridades, que lhe revelou o caminho da iluminação durante o seu período de desalento mais profundo (M.i, 246-47). Após tomar seu assento sob a árvore Bodhi, o Buddha entrou nos quatro *jhanas* imediatamente antes de dirigir sua mente para o conhecimento triplo que apareceu em sua iluminação (M.i., 247-49). Por toda sua jornada ativa, os quatro *jhanas* permaneceram “sua morada celeste” (D.iii, 220), na qual ele se refugiava a fim de viver com felicidade aqui e agora.

Sua compreensão da corrupção, purificação e emergência nos jhanas e outras obtenções meditativas é um dos dez poderes do Tathagata, que lhe possibilitaram girar a incomparável Roda do Dhamma (M.i,70). No momento anterior ao seu falecimento, Buddha entrou nos jhanas em ordem direta e reversa, e o seu falecimento ocorreu diretamente a partir do quarto jhana (D.ii,156).

O Buddha é constantemente visto nos suttas encorajando seus discípulos a desenvolverem jhana. Os quatro jhanas são invariavelmente incluídos no curso completo de treinamento ministrado para os discípulos¹. Eles aparecem no treinamento como a disciplina da consciência elevada (*adhicittasikkha*), da concentração correta (*sammasamadhi*) do Nobre Óctuplo Caminho, e da faculdade e poder de concentração (*samadhindriya, samadhibala*). Embora possamos encontrar apontado um caminho direto ao insight, as indicações são de que esta via não é fácil, quando falta a ajuda da poderosa serenidade disponível ao praticante do jhana. O caminho daquele que realiza o jhana parece comparativamente mais suave e mais prazeroso (A.ii, 150-52). O Buddha até mesmo refere-se aos quatro jhanas figurativamente como uma espécie de Nibbana: ele os chama de Nibbana imediatamente visível, Nibbana fatorial, Nibbana aqui e agora (A.iv, 453-54).

Para obter os jhanas, o meditante deve iniciar pela eliminação dos estados mentais não-saudáveis que obstruem a unificação interior, geralmente agrupados em conjunto como os *cinco obstáculos (pañcanivarana)*: desejo sensual, má-vontade, indolência e torpor, inquietação e preocupação, e dúvida². A absorção da mente em seu objeto é conseguida por cinco estados mentais opostos - atenção aplicada, atenção sustentada, êxtase, felicidade e unifocamento³ - chamados *os fatores do jhana (jhanangani)*, porque eles elevam a mente ao nível do primeiro jhana e permanecem ali como seus componentes característicos.

Após atingir o primeiro jhana, o meditante dedicado pode prosseguir na realização dos jhanas mais elevados, o que é feito pela eliminação dos fatores mais grosseiros em cada jhana, enquanto almeja a pureza superior do próximo jhana mais elevado. Para além

¹ Ver, por exemplo, o Sammaññaphala Sutta (D. nº 2) e o Culahatthipadopama Sutta (M.nº 27), etc.

² *Kamacchanda, byapada, thinamiddha, uddhaccakukkucca, vicikiccha*.

³ *Vitakka, vicara, piti, sukha, ekaggata*.

de cada jhana, enquanto almeja a pureza superior do próximo jhana mais elevado. Para além dos quatro jhanas, existe outro conjunto quádruplo de estados meditativos mais elevados que aprofundam ainda mais o elemento da serenidade. Estas aquisições, conhecidas como as obtenções sem-forma, ou imateriais (*aruppa*), são: a base do espaço ilimitado, a base da consciência ilimitada, a base da vacuidade, e a base da nem-percepção-nem-não-percepção⁴. Nos comentários Páli, estes são chamados os *quatro jhanas imateriais (arupajjhana)*, os quatro estágios precedentes sendo renomeados, para efeito de clareza, os *quatro jhanas sutis-materiais (rupajjhana)*. Frequentemente, os dois conjuntos são agrupados sob o título coletivo de os oito jhanas ou as oito realizações (*atthasamapattiyo*).

Os quatro jhanas e as quatro realizações imateriais aparecem inicialmente como estados mundanos de profunda serenidade pertencentes ao estágio preliminar do caminho budista, e nesse nível eles ajudam a prover a base de concentração necessária para o surgimento da sabedoria. Mas, os quatro jhanas reaparecem novamente em um estágio posterior no desenvolvimento do caminho, em associação direta com a sabedoria libertadora, e eles são então designados como *os supramundanos (lokuttara) jhanas*. Estes jhanas supramundanos são os níveis de concentração pertencentes aos quatro graus da experiência de iluminação chamados de os caminhos supramundanos (*magga*) e os estágios de libertação deles resultantes, os quatro frutos (*phala*). Finalmente, mesmo após alcançar a libertação plena, os jhanas mundanos podem ainda permanecer como obtenções disponíveis para a pessoa plenamente liberada, como parte de sua experiência contemplativa livre de empecilhos.

A etimologia do Jhana

O grande comentarista budista Buddhaghosa associa a palavra Páli “jhana” (sânscrito *dhyana*) à duas formas verbais. Uma, a derivação etimologicamente correta, é o verbo *jhayati*, significando “pensar” ou “meditar”; a outra é uma derivação mais livre, voltada mais para iluminar sua função do que sua fonte verbal, vinda do verbo *jhapeti*

⁴ *Akasanancayatana, viññanancayatana, akincaññayatana, nevasaññanasaññayatana.*

significando “destruir”. Sendo esta a explicação: “Destrói estados opostos, por isso é chamado jhana” (Vin.A.i, 116). O sentido é de que o jhana “queima” ou destrói as impurezas mentais que impedem o desenvolvimento da serenidade e do insight.

Na mesma passagem, Buddhaghosa diz que jhana tem a marca característica da contemplação (*upanijjhana*). A contemplação, afirma ele, tem duas faces: a contemplação do objeto e a contemplação das características do fenômeno. O primeiro é exercido pelas oito obtenções da serenidade junto com seus acessos, pois estas contemplam o objeto usado como base para o desenvolvimento da concentração; por esta razão, a estas obtenções é dado o nome “jhana” na corrente principal da exposição meditativa Páli. Entretanto, Buddhaghosa também permite que o termo “jhana” possa ser estendido livremente ao insight (*vipassana*), os caminhos e frutos, baseado no fato que estes desempenham o trabalho de contemplação das características das coisas – as três marcas da impermanência, sofrimento e não-eu, no caso do insight; Nibbana no caso dos caminhos e frutos.

Em resumo, o duplo significado de jhana como “contemplação” e “destruir” pode ser colocado em conexão com o processo meditativo como segue. Pela fixação de sua mente no objeto, o meditante reduz e elimina as qualidades mentais inferiores como os cinco obstáculos e promove o desenvolvimento das qualidades mais elevadas tais como os fatores do jhana, que levam a mente à plena absorção no objeto. A partir daí, pela contemplação das características do fenômeno com insight, o meditante por conseguinte atinge o jhana supramundano dos quatro caminhos, e com esse jhana ele queima as impurezas e atinge a libertadora experiência dos frutos.

Jhana e Samadhi

No vocabulário de meditação budista a palavra “jhana” é estreitamente ligada com outra palavra, “*samadhi*”, geralmente interpretada como “concentração”. *Samadhi* deriva da raiz verbal préfixada *sam-a-dha*, significando “reunir” ou “trazer junto”, sugerindo assim a concentração ou unificação da mente. A palavra “*samadhi*” é intercambiável com a palavra “*samatha*”, serenidade, embora a última venha de uma raiz diferente, *sam*, significando “tornar-se calmo”.

Nos suttas *samadhi* é definido como uni-focamento mental (*cittass'ekagatta*, M.i, 301), e esta definição é mantida rigorosamente por todo o Abhidhamma. O Abhidhamma trata o uni-focamento como um fator mental distinto presente em todo estado de consciência, exercendo a função de unificação da mente em seu objeto. Desse estrito ponto de vista psicológico, *samadhi* pode estar presente tanto em estados não-saudáveis de consciência quanto em estados saudáveis e neutros. Em suas formas não-saudáveis é chamada “concentração incorreta” (*micchasamadhi*), em suas formas saudáveis “concentração correta” (*sammasamadhi*).

Nas exposições sobre a prática da meditação, entretanto, *samadhi* é limitado ao uni-focamento da mente (Vism. 84-85, PP.84-85), e mesmo aqui nós podemos compreender pelo contexto que a palavra significa somente o uni-focamento saudável envolvido na transmutação deliberada da mente para um nível elevado de calma. Assim, Buddhaghosa explica *samadhi* etimologicamente como “o centramento da consciência e dos concomitantes da consciência precisa e corretamente em um único objeto... o estado em virtude do qual a consciência e seus concomitantes permanecem precisa e corretamente em um único objeto, não-distraída e não-dispersa” (Vism.84-85; PP.85).

Entretanto, a despeito da ênfase evocada pelo comentarista, a palavra *samadhi* é usada na literatura Páli, a respeito da meditação, com graus variados de especificidade de significado. No sentido mais estrito, como definido por Buddhaghosa, denota o fator mental particular responsável pela concentração da mente, ou seja, o uni-focamento. Em um sentido mais amplo, pode significar os estados de consciência unificada que resultam do fortalecimento da concentração, isto é, as obtenções meditativas da serenidade e os estágios conduzentes a elas. E, em um sentido ainda mais amplo, a palavra *samadhi* pode ser aplicada ao método de prática usado para produzir e cultivar aqueles refinados estados de concentração, aqui sendo equivalentes ao desenvolvimento da serenidade.

É no segundo sentido que *samadhi* e *jhana* se aproximam no significado. O Buddha explica a concentração correta como os quatro *jhanas* (D.ii. 313), e assim fazendo permite à concentração abranger as obtenções meditativas significadas pelos *jhanas*. Entretanto, ainda que *jhana* e *samadhi* possam sobrepor-se em suas significações, certas diferenças em seus significados sugeridos e contextuais impedem que se faça uma identificação não qualificada das duas palavras. Primeiro, por detrás do uso que o Buddha

faz da fórmula do jhana para explicar a concentração correta, existe uma compreensão mais técnica dos termos. De acordo com esta compreensão, *samadhi* pode ser reduzida em abrangência para significar somente um fator mental, o mais proeminente no jhana, ou seja, o uni-focamento, enquanto a palavra “jhana” em si mesma deve ser vista como abrangendo o estado de consciência em sua totalidade, ou pelo menos todo o grupo de fatores mentais que definem aquele estado meditativo como um jhana.

Em segundo lugar, quando *samadhi* é considerado em seu significado mais amplo, envolve um espectro de referência mais amplo que o jhana. A tradição exegetica Páli reconhece três níveis de *samadhi*: concentração preliminar (*parikammassamadhi*), que é produzida como resultado dos esforços iniciais do meditante para focar sua mente no objeto de sua meditação; concentração de acesso (*upacarassamadhi*), marcada pela supressão dos cinco obstáculos, pela manifestação dos fatores jhânicos e pelo aparecimento de uma réplica mental luminosa do objeto de meditação, chamada sinal de contrapartida (*patibhaganimitta*); e concentração de absorção (*appanasamadhi*), a completa imersão da mente em seus objetos efetuada pela plena maturação dos fatores do jhana⁵. A concentração de absorção compreende as oito obtenções, os quatro jhanas e as quatro obtenções imateriais, e nesse nível jhana e *samadhi* coincidem. Entretanto, *samadhi* ainda tem um escopo mais amplo que o jhana, pois inclui não apenas os jhanas em si, mas também os dois graus preparatórios de concentração conduzentes a eles. Mais ainda, *samadhi* também cobre um tipo ainda diferente de concentração chamado concentração momentânea (*khanikasamadhi*), a estabilização mental móvel produzida no decorrer da contemplação de insight sobre o fluxo transitório dos fenômenos.

⁵ Ver Narada, *A Manual of Abhidhamma*, 4ª edição (Kandy: Buddhist Publication Society, 1980), pp.389, 395-96.

A preparação para o Jhana

Os jhanas não surgem do nada, mas na dependência de condições corretas. Eles se desenvolvem somente quando providos com nutrientes apropriados. Portanto, antes de iniciar a meditação, o aspirante aos jhanas deve preparar uma base para sua prática, preenchendo certos requisitos preliminares. Primeiro, ele deve esforçar-se por purificar sua virtude moral, cortar os impedimentos externos à prática, e colocar-se sob a direção de um instrutor qualificado que lhe concederá um objeto adequado de meditação, e lhe esclarecerá os métodos para esse desenvolvimento. Depois de aprendido isso, o discípulo deve em seguida procurar um lugar conveniente, e aplicadamente empenhar-se para o bom êxito. Nesse capítulo examinaremos, na ordem, cada degrau de preparação que deve ser cumprido antes de iniciar o desenvolvimento do jhana.

O Fundamento Moral para o Jhana

Um discípulo aspirando ao jhana deve primeiro estabelecer uma base sólida de disciplina moral. A pureza moral é indispensável para o progresso da meditação, por uma série de razões profundamente psicológicas. É necessário, primeiro a fim de se proteger contra o perigo do remorso, o incômodo senso de culpa que surge quando os princípios básicos da moralidade são ignorados ou deliberadamente violados. A meticulosa conformidade para com as virtuosas regras de conduta protege o meditante dessa perigosa quebra da calma interior, e traz alegria e felicidade quando o meditante reflete sobre a pureza de sua conduta (ver A.v, 1-7).

Uma segunda razão para uma fundamentação moral necessária na meditação vem do entendimento do propósito da concentração. A concentração, na disciplina budista, busca oferecer uma base para a sabedoria, através da depuração da influência dispersiva das impurezas na mente. Porém, para os exercícios de concentração poderem combater eficazmente as impurezas, é preciso primeiro examinar suas expressões grosseiras

manifestas em ações corporais e verbais. As transgressões morais sendo invariavelmente motivadas pelas impurezas - pela cobiça, ódio e delusão - quando uma pessoa quebra os preceitos de moralidade, ela estimula e reforça os mesmos fatores mentais que sua prática de meditação pretende eliminar. Isso o coloca em uma situação de objetivos contraditórios, que tornam ineficaz suas tentativas de purificação mental. O único caminho possível para evitar o fracasso de seu esforço em purificar a mente de suas impurezas sutis é impedir a erupção dos impulsos interiores nocivos em suas formas grosseiras de ações corporais e mentais não-saudáveis. Somente quando ele estabelece o controle sobre a expressão externa das impurezas, que ele pode passar a lidar com elas interiormente, como obsessões mentais que surgem no processo da meditação.

A prática da disciplina moral compõe-se negativamente em abstinência de ações imorais do corpo e da fala, e positivamente na observação de princípios éticos que promovam a paz consigo mesmo e a harmonia nas relações com os outros. O código básico de disciplina moral ensinada pelo Buddha para orientação de seus discípulos leigos tem cinco preceitos: abster-se de matar, de roubar, de comportamento sexual incorreto, de fala incorreta e de drogas e bebidas intoxicantes. Esses princípios são comprometermentos mínimos de obrigações éticas para todos os praticantes do caminho budista, e cumprindo-as pode ser alcançado um considerável progresso na meditação. Entretanto, aqueles que aspiram alcançar os elevados níveis dos jhanas, e daí seguir o caminho para as etapas de libertação, são encorajados a assumir uma disciplina moral mais completa, pertencente à vida da renúncia. O Budismo antigo é explícito na ênfase sobre as limitações da vida familiar para o seguimento do caminho em sua plenitude e perfeição. Repetidamente os textos dizem que a vida familiar é uma limitação, um “caminho para o acúmulo da paixão”, enquanto que a vida sem-lar é como um espaço aberto. Portanto, um discípulo que está totalmente interessado em fazer um rápido progresso em direção ao Nibbana, deverá, quando as condições externas permitirem, “raspar seu cabelo e barba, colocar o manto amarelo, e, renunciando à sua vida familiar, ir em direção à vida sem-lar” (M.i, 179).

O treinamento moral para os bhikkhus ou monges foi organizado em um sistema chamado de a quádrupla purificação da moralidade (*catuparisuddhisila*)⁶. O primeiro

componente desse esquema, a espinha dorsal, consiste na *moralidade da restrição segundo o Patimokkha*, o código de 227 preceitos do treinamento promulgado pelo Buddha para regular a conduta da Sangha ou ordem monástica. Cada uma dessas regras tem, de um certo modo, a intenção de facilitar o controle sobre as impurezas, e de induzir a um modo de vida marcado pelo não-ferir, pelo contentamento e simplicidade. O segundo aspecto da disciplina moral dos monges é a *restrição aos sentidos*, pela qual o monge mantém sobre sua mente uma estrita vigilância na medida em que ele se envolve em contatos do sentido, de maneira que ele não faça surgir o desejo por objetos prazerosos e aversão para com os objetos repulsivos. O terceiro, o monge deve viver um *modo de vida purificada*, obtendo seus requisitos básicos tais como mantos, alimento, alojamentos e medicamentos, de forma consistente com sua vocação. O quarto fator do treinamento moral é o *uso apropriado dos requisitos*, significando que o monge deve refletir sobre o propósito para o qual ele faz uso de seus requisitos, e deve empregá-los somente para manter sua saúde e conforto, não para a luxúria e o deleitamento.

Após estabelecer uma fundação da moralidade purificada, o aspirante à meditação é aconselhado a cortar todos os impedimentos externos (*palibodha*) que possam impedir seus esforços de levar uma vida contemplativa. São dez esses impedimentos: uma moradia, a qual torna-se um impedimento para aqueles que deixam suas mentes se tornarem preocupadas com sua manutenção ou com seus acessórios; uma família de parentes ou patrocinadores, com quem o aspirante pode se envolver emocionalmente de modo a impedir seu progresso; ganhos, os quais podem prender um monge em obrigações para com aqueles que os oferecem; uma classe de estudantes que deve ser instruída; trabalhos de construção, que demandam tempo e atenção; viagem; parentela, significando pais, professores, alunos ou amigos íntimos; doença; o estudo das escrituras; e poderes paranormais, os quais são um impedimento para o insight (Vism. 90-97; PP.91-98).

O amigo excelente e o objeto da meditação

6 A completa descrição da quádrupla purificação da moralidade poderá ser encontrada no *Visuddhimagga*, Capítulo 1.

O caminho da prática que leva aos jhanas é uma estrada árdua envolvendo técnicas precisas; são necessárias habilidades para se lidar com as armadilhas existentes ao longo do caminho.

O conhecimento de como atingir os jhanas vem sendo transmitido através de uma linhagem de mestres que se estende desde os tempos do próprio Buddha. Um meditante previdente é aconselhado a tomar proveito da herança viva de conhecimento e experiência colocando-se sob os cuidados de um mestre qualificado, descrito com um “amigo excelente” (*kalyanamitta*), que lhe dá orientação e conselhos baseados em sua própria prática e experiência. Com base ou no poder de penetrar outras mentes, ou por observação pessoal, ou por questionamentos, o mestre vai avaliar o temperamento do seu novo aluno, e com isso selecionar um objeto de meditação apropriado a seu temperamento.

Os vários objetos de meditação que o Buddha prescreveu para o desenvolvimento da serenidade foram coletados nos comentários num conjunto chamado os quarentas *kammatthana*. Esta palavra significa literalmente um lugar de trabalho, e é aplicada ao objeto de meditação como o lugar onde o meditante executa o trabalho de meditação. Os quarenta temas de meditação estão distribuídos em sete categorias, enumeradas no *Visuddhimagga* da seguinte maneira: dez kasinas, dez tipos de impurezas, dez lembranças, quatro moradas divinas, quatro estados imateriais, a percepção única, e uma definição⁷.

Uma kasina é um recurso representando uma qualidade em particular, usada como suporte para a concentração. As dez kasinas são: a terra, a água, o fogo e o ar; quatro cores kasinas – azul, amarelo, vermelho e branco; a kasina da luz, e a kasina do espaço limitado. A kasina pode ser uma forma do elemento que ocorra naturalmente ou uma cor escolhida, ou um dispositivo produzido artificialmente como um disco que o meditante pode usar à sua conveniência no seu quarto de meditação.

Os dez tipos de impurezas são os dez estágios da decomposição de um cadáver: inchado, pálido, apodrecido, cortado, dilacerado, espalhado, destruído e espalhado, sangrado, infestado de vermes e o esqueleto. O propósito principal destas meditações é reduzir o desejo sensual através de uma clara percepção da repulsividade do corpo.

⁷ A discussão a seguir é baseada no Vism. 110-115;PP.112-118.

As dez lembranças são as lembranças do Buddha, do Dhamma, da Sangha, da moralidade, da generosidade e das deidades, da consciência atenta da morte, da consciência atenta do corpo, da consciência atenta da respiração, e da lembrança da paz. As três primeiras são contemplações devocionais das qualidades sublimes das “Três Jóias”, os objetos principais da veneração budista. As próximas três são reflexões em duas virtudes budistas fundamentais, e nas deidades que habitam os mundos celestiais, recomendadas principalmente para aqueles que ainda tenham intenção de elevados renascimentos. A consciência atenta da morte é a reflexão na inevitabilidade da morte, um constante estímulo ao aprimoramento espiritual. A consciência atenta do corpo envolve uma dissecação mental do corpo em trinta e duas partes, feita com o objetivo de perceber sua repulsividade. A consciência atenta da respiração é a consciência do movimento de entrada e saída da respiração, talvez o mais fundamental de todos os objetos de meditação budista. E a lembrança da paz é a reflexão nas qualidades do Nibbana.

As quatro moradas divinas (*brahmavihara*) são o desenvolvimento da amizade amorosa ilimitada, da compaixão, da alegria apreciativa e da equanimidade. Essas meditações também são chamadas de “incomensuráveis” (*appamañña*), pois devem ser desenvolvidas para com todos os seres vivos sem exceção ou exclusividade.

Os quatro estados imateriais são a base do espaço ilimitado, a base da consciência ilimitada, a base do nada (nothingness, não-existência, vacuidade), e a base da nem-percepção-nem-não-percepção. Esses são os objetos que levam aos estados meditativos correspondentes, os jhanas imateriais.

A percepção única é a percepção da repulsividade da comida. A definição única é a definição dos quatro elementos, ou seja, a análise do corpo físico nos modos elementares de solidez, fluidez, calor e oscilação.

Os quarenta objetos de meditação são tratados nos textos comentados sob dois ângulos importantes – um é a habilidade deles no induzir diferentes níveis de concentração, o outro é sua conveniência para diferentes temperamentos.

Nem todos os objetos de meditação são igualmente eficientes em induzir os níveis mais profundos de concentração. Eles são primeiros distinguidos com base na sua capacidade de induzir apenas concentração de acesso, ou de induzir absorção completa;

aqueles capazes de induzir absorção são, por sua vez, distinguidos de acordo com sua capacidade de induzir diferentes níveis de jhana.

Dos quarenta objetos, dez são capazes de conduzir apenas à concentração de acesso: as oito lembranças – isto é, todas, exceto a consciência atenta do corpo e a consciência atenta da respiração - mais a percepção da repulsividade na alimentação e a definição dos quatro elementos. Estes, por se ocuparem com uma diversidade de qualidades e envolverem uma aplicação ativa do pensamento discursivo, não podem levar além do acesso. Os outros trinta objetos podem todos levar à absorção.

As dez kasinas e a consciência atenta da respiração, devido à sua simplicidade e ausência de construção de pensamentos, podem levar a todos os quatro jhanas. Os dez tipos de impurezas e a consciência atenta do corpo levam apenas ao primeiro jhana, sendo limitado porque a mente só consegue mantê-los com o auxílio de pensamento aplicado (*vitakka*), que está ausente no segundo jhana e nos jhanas elevados. As primeiras três moradas podem levar aos três jhanas inferiores, mas não ao quarto, uma vez que elas surgem associadas a sensações prazerosas, enquanto a morada divina da equanimidade ocorre apenas no nível do quarto jhana, onde a sensação neutra ganha ascendência. Os quatro estados imateriais conduzem aos respectivos jhanas imateriais correspondentes a seus nomes.

Os quarenta objetos também são diferenciados de acordo com sua adequabilidade aos diferentes tipos de caráter. Seis tipos principais de caráter são reconhecidos – o ganancioso, o raivoso, o deludido, o que tem fé, o inteligente e o especulativo – sendo esta tipologia simplificada tomada apenas como um guia pragmático que na prática admite várias nuances e combinações. Os dez tipos de impurezas e a consciência atenta do corpo, visando claramente atenuar o desejo sensual, são apropriados para aqueles de temperamento ganancioso.

Oito objetos - as quatro moradas divinas e as quatro kasinas da cor – são apropriados para o temperamento raivoso. A consciência atenta da respiração é apropriada para aqueles de temperamentos deludido e especulativo. As seis primeiras lembranças são apropriadas para o temperamento do que tem fé. Quatro objetos – a consciência atenta da morte, a lembrança da paz, a definição dos quatro elementos, e a percepção da repulsividade no alimento – são especialmente eficientes para aqueles de

temperamento inteligente. As seis kasinas restantes e os estados imateriais são adequados para todos os tipos de temperamento. Mas, as kasinas devem ser limitadas em tamanho para alguém de temperamento especulativo e grande em tamanho para alguém de temperamento deludido.

Imediatamente após dar essa discriminação, Buddhaghosa faz um comentário para evitar mal-entendido. Ele propõe que essa divisão por temperamentos é feita com base na oposição direta e adequação completa, mas, na verdade, não há forma saudável de meditação que não suprima as impurezas, e não fortaleça os fatores mentais virtuosos. Portanto, um meditante pode ser aconselhado a meditar sobre a impureza para abandonar a luxúria, na amizade-amorosa para abandonar o ódio, na respiração para diminuir o pensamento discursivo, e na impermanência para eliminar o orgulho do “eu sou” (A.iv, 358).

Escolhendo um lugar adequado

O mestre estabelece um objeto de meditação apropriado ao caráter de seu aluno, e explica os métodos para desenvolvê-lo. Ele pode ensiná-los gradualmente para um aluno que vai permanecer próximo a ele, ou em detalhe para um que vai praticá-lo em algum outro lugar. Se o discípulo não vai permanecer com seu mestre, ele deve ser cuidadoso para escolher um local adequado para a meditação. Os textos mencionam dezoito tipos de monastérios desfavoráveis ao desenvolvimento do jhana: um monastério grande, um novo, um dilapidado, um próximo a uma estrada, um com um lago, folhas, flores ou frutas, um procurado por muitas pessoas, um em cidades, entre áreas de extração de madeira ou plantações, onde as pessoas brigam, num porto, em terras fronteiriças, na fronteira, um lugar assombrado, e um sem acesso a um mestre espiritual (Vism. 118-121; PP. 122-125).

Os fatores que fazem um lugar favorável à meditação são mencionados pelo próprio Buddha. Ele não deve ficar nem muito longe nem muito perto de um vilarejo que possa servir como fonte de mendicância, e deve ter um caminho desobstruído; deve ser quieto e isolado, deve ter boas condições climáticas e livre de insetos ou animais perigosos; deve ser possível obter os requisitos físicos enquanto se mora lá; e o lugar deve prover pronto acesso a anciãos experientes e amigos espirituais que podem ser

consultados quando surgem problemas na meditação (A.v, 15). Os tipos de lugares recomendados pelo Buddha mais frequentemente nos suttas como condutivos aos jhanas são os locais isolados na floresta, ao pé de uma árvore, uma montanha, num pico, numa caverna, num cemitério, numa planície florestada, ao ar livre ou num aglomerado de palha (M.i, 181). Tendo achado um lugar adequado e tendo se instalado lá, o discípulo deve manter uma observância estrita das regras de disciplina. Ele deve estar satisfeito com seus requisitos simples, exercer controle sobre suas faculdades sensoriais, estar plenamente atento e discriminativo em todas as atividades, e praticar meditação diligentemente como foi instruído. É neste ponto que ele encontra o primeiro grande desafio de sua vida de contemplativo, a batalha com os cinco impedimentos.

O primeiro Jhana e seus fatores

A realização de qualquer jhana vem através de um duplo processo de desenvolvimento. Por um lado os estados que o obstruem, chamados de fatores de abandono, devem ser eliminados, e, por outro, os estados que o compõem, chamados de fatores de posse, devem ser obtidos. No caso do primeiro jhana, os fatores de abandono são os cinco obstáculos, e os fatores de posse são os cinco fatores jhânicos básicos. Ambos são lembrados na fórmula básica do primeiro jhana, a frase de abertura se referindo ao abandono dos obstáculos e o subsequente trecho enumerando os fatores jhânicos:

Completamente retirado dos prazeres dos sentidos, retirado dos estados não-saudáveis da mente, ele entra e habita o primeiro jhana, que é acompanhado pelo pensamento aplicado e pensamento sustentado, com êxtase e felicidade nascidos da reclusão. (M.i, 181; Vbh. 245)

Neste capítulo, discutiremos primeiro os cinco obstáculos e seu abandono, em seguida iremos investigar os fatores jhânicos tanto individualmente quanto pelo modo de sua contribuição conjunta para a realização do primeiro jhana. Concluiremos o capítulo com algumas observações sobre os modos de aperfeiçoamento do primeiro jhana, uma preparação necessária para o posterior desenvolvimento da concentração.

Abandonando os obstáculos

Os cinco obstáculos (*pañcanivarana*) são: o desejo sensual, a má vontade, a preguiça e o torpor, a agitação e a preocupação, e a dúvida. Este grupo, a principal classificação que Buddha usa para os obstáculos para a meditação, recebe seus nomes porque seus cinco membros prendem e envolvem a mente, impedindo o desenvolvimento

meditativo nas duas esferas da serenidade e do insight. Por isso, o Buddha chama-os “obstruções, obstáculos, corrupções da mente que enfraquecem a sabedoria” (S.v, 94).

O obstáculo do desejo sensual (*kamachanda*) é explicado como o desejo pelos “cinco cordões do prazer sensual”, isto é, pelas formas, sons, cheiros, gostos e toques agradáveis. Eles variam do gosto sutil até a forte luxúria. O obstáculo da má vontade (*byapada*) significa aversão dirigida para pessoas ou coisas desagradáveis. Pode variar do leve aborrecimento até o ódio obsessivo. Esses dois primeiros obstáculos correspondem às primeiras duas raízes impuras, a avidez e o ódio. A terceira raiz impura, delusão, não é enumerada separadamente entre os obstáculos, mas pode ser encontrada subjacente nas três restantes.

A preguiça e o torpor são obstáculos compostos de dois componentes: preguiça (*thina*), que é embotamento, inércia ou rigidez mental; e torpor (*middha*), que é indolência ou sonolência, modorra. Inquietação e preocupação é outro duplo obstáculo, inquietação (*uddhacca*) sendo explicado como excitação, agitação ou inquietude; preocupação (*kukkucca*) como um senso de culpa provocado por transgressões morais. Finalmente, o obstáculo da dúvida (*vicikiccha*) é explicado como incerteza com relação ao Buddha, ao Dhamma, à Sangha e ao treinamento.

O Buddha oferece dois conjuntos de comparações para ilustrar o efeito danoso dos obstáculos. O primeiro compara os cinco obstáculos a cinco tipos de calamidades: desejo sensual é como uma dívida, má vontade como uma doença, preguiça e torpor como prisão, agitação e preocupação como escravidão, e dúvida como estar perdido em uma estrada deserta. Libertar-se destes obstáculos é visto como o libertar-se da dívida, boa saúde, libertação da prisão, emancipação da escravidão, e chegar a um lugar seguro (D.i, 71-73). O segundo conjunto de comparações compara os obstáculos a cinco tipos de impurezas afetando uma tigela de água, impedindo um homem de visão aguda de ver seu próprio reflexo como ele realmente é. Desejo sensual é como uma tigela de água misturada com tintas coloridas vivas; má vontade como uma tigela de água fervendo; preguiça e torpor como a água coberta por musgos; agitação e preocupação como a água ondulada pelo vento; e dúvida como a água turva. Do mesmo modo como um homem de visão aguda não poderia ser capaz de ver seu reflexo nesses cinco tipos de água, aquele

cuja mente é obcecada pelos cinco obstáculos não sabe e não vê como é seu próprio bem, o bem de outros, ou o bem de ambos (S.v, 121-24).

Apesar de haver numerosas impurezas opostas ao primeiro jhana, os cinco obstáculos em si são chamados de seus fatores de abandono. Uma das razões, de acordo com o *Visuddhimagga*, é que os obstáculos são especificamente obstruidores do jhana, cada obstáculo impedindo em seu próprio modo a capacidade de concentração da mente.

A mente afetada através da luxúria pela cobiça por variados campos de objetos, não se torna concentrada em um objeto constituindo uma unidade, ou sendo subjugada pela cobiça, ela não entra no caminho do abandono do elemento de desejo sensitivo. Quando importunada pela má vontade em relação a um objeto, isto não ocorre ininterruptamente. Quando governada pela rigidez e torpor, ela fica incontrolável. Quando capturada pela agitação e preocupação, ela fica inquieta e perturbada. Quando afetada pela incerteza, fracassa no caminho de obtenção do jhana. Por isso, apenas esses são chamados fatores de abandono porque eles são especificamente obstrutivos para o jhana (Vism.146; PP. 152).

Uma segunda razão para limitar os fatores de abandono do primeiro jhana aos cinco obstáculos é permitir a direta correspondência a ser feita entre os obstáculos e os fatores jhânicos. Buddhaghosa afirma que apenas o abandono desses cinco obstáculos é mencionado em conexão com o jhana, porque esses obstáculos são os inimigos diretos dos cinco fatores jhânicos, que estes devem eliminar e abolir. Para apoiar seu argumento, o comentador cita a passagem que demonstra uma correspondência termo a termo entre os fatores jhânicos e os obstáculos: o uni-focamento é oposto ao desejo sensual; o êxtase é oposto à má vontade; o pensamento aplicado é oposto à preguiça e torpor; a felicidade é oposta à agitação e preocupação; e o pensamento sustentado é oposto à dúvida (Vism.141; PP. 147)⁸. Assim sendo, cada fator jhânico é visto como tendo a tarefa específica de eliminar uma particular obstrução ao jhana, e para relacionar estas

⁸ Buddhaghosa atribui ao “Petaka” a passagem que ele cita em apoio a essa correspondência, mas ele não pode ser encontrado em nenhum lugar no presente Tipitaka, nem no trabalho exegético chamado *Petakopadesa*.

obstruções com os cinco fatores jhânicos, por isso eles são reunidos em um esquema de cinco obstáculos.

A passagem clássica descrevendo a obtenção do primeiro jhana diz que o jhana é alcançado por aquele que é “apartado dos prazeres dos sentidos, apartado dos estados não-saudáveis da mente”. O *Visuddhimagga* explica que existem três tipos de recolhimentos relevantes no presente contexto – a saber, recolhimento corporal (*kayaviveka*), recolhimento mental (*cittaviveka*), e recolhimento por supressão (*vikkhambhanaviveka*) (Vism. 140; PP. 145). Estes três termos aludem a dois conjuntos distintos de categorias exegéticas. Os dois primeiros pertencem à tripla combinação que consiste no recolhimento corporal, recolhimento mental e “recolhimento da substância” (*upadhiviveka*). O primeiro significa afastamento físico do compromisso social ativo, para uma condição de solitude com o propósito de dedicar tempo e energia ao desenvolvimento espiritual. O segundo, que geralmente pressupõe o primeiro, significa o recolhimento da mente de seus embaraços nas impurezas; ele é o equivalente à concentração pelo menos ao nível do acesso. O terceiro, “recolhimento da substância”, é o Nibbana, a libertação em relação aos elementos da existência fenomênica. A obtenção do primeiro jhana não depende do terceiro, que é antes mais seu resultado do que seu pré-requisito, mas requer solitude física e a separação da mente das impurezas, conseqüentemente recolhimento corporal e mental. O terceiro tipo de recolhimento pertinente a este contexto, recolhimento por supressão, pertence a um esquema diferente geralmente discutido sob o título de “abandono” (*pahana*), ao invés de “recolhimento”. O tipo de abandono requerido para a realização do jhana é abandono por supressão, que significa a remoção dos obstáculos por força da concentração, similar ao pressionamento de ervas daninhas para baixo, em um tanque, por meio de um pote poroso⁹.

O trabalho de superação dos cinco obstáculos é realizado pelo treinamento gradual (*anupubbāsikkha*), que o Buddha tem mostrado nos suttas, como no *Samaññaphala Sutta* e no *Culahatthipadopama Sutta*. O treinamento gradual é um processo passo a passo destinado a levar o praticante gradualmente à libertação. O treinamento começa com a

⁹ Os outros tipos de abandono são pela substituição de opostos (*tadangappahana*), que significa a substituição de estados não-saudáveis da mente pelos saudáveis especificamente opostos a eles, e abandono por erradicação (*samucchedappahana*), a destruição final das impurezas pelos caminhos supramundanos. Veja Vism. 693-96; PP. 812-16.

disciplina moral, a concordância e observação de regras de conduta específicas, que habilitam o discípulo a controlar os modos grosseiros de má conduta corporal e verbal, através dos quais os obstáculos encontram uma passagem. Com a disciplina moral como base, o discípulo pratica a restrição dos sentidos. Ele não se apega às aparências gerais ou ao aspecto sedutor das coisas, mas ele guarda e controla suas faculdades sensoriais, de forma que a atração sensual e os objetos repugnantes não se tornam campos do desejo e da aversão. Então, dotado desta auto-restrição, ele desenvolve a consciência atenta e o discernimento (*sati-sampajañña*), em todas as suas atividades e posturas, examinando tudo que ele faz com clara consciência de seu propósito e conveniência. Ele também cultiva contentamento com um mínimo de mantos, comida, abrigo e outros requisitos.

Uma vez que ele tenha preenchido o cumprimento desses requisitos preliminares, o discípulo está preparado para ir à solitude para desenvolver os jhanas, e é aqui que ele confronta diretamente os cinco obstáculos. A eliminação dos obstáculos requer que o meditante honestamente avalie sua própria mente. Quando sensualidade, má vontade e outros obstáculos estão presentes, ele deve reconhecer que eles estão presentes, e deve investigar as condições que levam ao seu aparecimento, que ele deve escrupulosamente evitar. O meditante deve também entender os antídotos apropriados para cada um dos cinco obstáculos. O Buddha diz que todos os obstáculos aparecem através da consideração ignorante (*ayoniso manasikara*), e que eles devem ser eliminados pela consideração sábia (*yoniso manasikara*). Cada obstáculo, contudo, tem seu próprio antídoto específico. Portanto, a consideração sábia sobre o aspecto repulsivo das coisas é o antídoto para o desejo sensual; a consideração sábia do amor bondoso age contra a má vontade; a sábia consideração sobre os elementos de esforço, aplicação e empenho é oposta à preguiça e torpor; a sábia consideração sobre a tranquilidade da mente remove a agitação e a preocupação; e a sábia consideração das qualidades reais das coisas elimina a dúvida (S.v, 105-106).

Tendo abandonado a concupisciência [i.e., o desejo sensual] com relação ao mundo, ele habita com o coração livre de concupisciência; ele limpa sua mente da concupisciência. Tendo abandonado a mancha da má vontade, ele habita sem má vontade; amistosamente e com compaixão para com todas as formas de

vida, ele limpa sua mente da mancha da má vontade. Tendo abandonado a preguiça e o torpor, ele habita livre da preguiça e torpor, na percepção da luz; compreendendo com consciência atenta e clareza, ele limpa sua mente da preguiça e torpor. Tendo abandonado a agitação e a preocupação, ele habita sem agitação; sua mente sendo acalmada por dentro, ele a limpa da agitação e preocupação. Tendo abandonado a dúvida, ele habita como aquele que ultrapassou a dúvida; sendo livre da incerteza sobre as coisas saudáveis, ele limpa sua mente da dúvida...

E quando ele vê a si mesmo livre dos cinco obstáculos, a alegria surge; alegre, nele surge o êxtase; naquele cuja mente está em êxtase, o corpo é tranquilo; o corpo estando tranquilo, ele sente felicidade; e a mente feliz consegue a concentração.

Então, completamente retirado dos prazeres dos sentidos, retirado dos estados não-saudáveis da mente, ele entra e habita o primeiro jhana, que é acompanhado pelo pensamento aplicado e pelo pensamento sustentado, com êxtase e felicidade nascida da reclusão (D.i, 73-74)¹⁰.

os Fatores do primeiro Jhana

O primeiro Jhana possui cinco fatores componentes: pensamento aplicado, pensamento sustentado, êxtase, felicidade e uni-focamento da mente. Quatro deles são explicitamente mencionados na fórmula para o Jhana; o quinto, o uni-focamento, é mencionado em um outro lugar nos suttas, mas já está sugerido pela própria noção de Jhana. Estes cinco estados recebem seus nomes, primeiro porque eles conduzem a mente do nível da consciência comum para o nível jhânico, e segundo porque eles constituem o primeiro Jhana e lhe conferem sua definição própria.

Os fatores do Jhana surgem primeiro pelos esforços iniciais do meditante em concentrar sobre um dos objetos prescritos para o desenvolvimento do Jhana. Na medida

¹⁰ Adaptado do Nyanaponika Thera, *The Five Mental Hindrances and Their Conquest* (Wheel no .26). Este livreto contém uma compilação completa dos textos sobre os obstáculos.

em que ele fixa sua mente no objeto preliminar, como um disco kasina, ele alcança um ponto em que finalmente ele pode perceber o objeto claramente tanto com os olhos fechados quanto com os olhos abertos. Este objeto visualizado é chamado de signo do aprendizado (*uggahanimitta*). Na medida em que ele concentra-se no signo de aprendizado, seus esforços evocam os fatores jhânicos embrionários, os quais crescem em força, duração e proeminência, como o resultado do esforço meditativo. Estes fatores, sendo incompatíveis com os obstáculos, os atenuam, os excluem, e os circunscvem. Com a prática contínua, o signo do aprendizado faz surgir sua réplica luminosa purificada chamada de signo de contrapartida (*patibhaganimitta*), cuja manifestação indica a supressão dos obstáculos e o atingimento da concentração de acesso (*upacarasamadhi*). Todos os três eventos - a supressão dos obstáculos, o surgimento do signo de contrapartida, a obtenção da concentração de acesso - acontecem precisamente ao mesmo tempo, sem intervalo (Vism.126; PP.131). E, embora o processo de cultivo mental possa ter exigido previamente a eliminação dos diferentes obstáculos em diferentes momentos, quando o acesso é atingido eles todos diminuem juntos:

Simultaneamente com sua aquisição do signo de contrapartida, sua luxúria é abandonada pela supressão, devido ao fato dele não dar atenção exteriormente aos objetos do desejo sensual. E, devido ao seu abandono desta indulgência, a má vontade é abandonada também, como acontece ao pus com o abandono do sangue. Do mesmo modo a modorra e o torpor são abandonados através de aplicação de energia; agitação e preocupação são abandonadas através da dedicação às coisas pacíficas que não causam remorsos; e a incerteza sobre o Mestre que ensina o caminho, sobre o caminho, e sobre o fruto do caminho, é abandonada através da realização da experiência efetiva da discriminação alcançada. Assim, os cinco obstáculos são abandonados (Vism.189; PP. 196).

Embora os fatores mentais determinantes do primeiro Jhana estejam presentes na concentração de acesso, eles ainda não possuem força suficiente para constituir o jhana, mas são suficientemente fortes para apenas excluir os obstáculos. Com a prática contínua, entretanto, os fatores jhânicos nascentes crescem em força até serem capazes de conduzir ao Jhana. Por causa do papel instrumental que estes fatores desempenham

tanto na obtenção quanto na constituição do primeiro Jhana, eles merecem ser examinados mais de perto em suas especificidades.

Pensamento Aplicado (*vitakka*)

A palavra *vitakka* aparece frequentemente nos textos em conjunção com a palavra *vicara*. O par significa dois aspectos distintos, mas interconectados, do processo de pensamento, e para evidenciar a diferença entre eles (assim como sua característica comum), traduzimos um como pensamento aplicado e outro como pensamento sustentado.

Tanto nos suttas como no Abhidhamma, o pensamento aplicado é definido como aplicação da mente sobre o seu objeto (*cetaso abhiniropana*), uma função que o *Atthasalini* ilustra do seguinte modo: “assim como alguém chega até o palácio do rei dependendo de um parente ou amigo querido do rei, também a mente ascende ao objeto dependendo do pensamento aplicado” (Dhs.A.157). Essa função de aplicação da mente sobre o objeto é comum para uma variedade ampla de modos nos quais o fator mental do pensamento aplicado ocorre, indo desde o senso discriminativo até a imaginação, raciocínio e deliberação, e a prática de concentração culminando no primeiro Jhana. O pensamento aplicado pode ser não-saudável como nos pensamentos do prazer sensual, má vontade e crueldade, ou saudável como nos pensamentos de renúncia, benevolência e compaixão (M.i, 116).

No Jhana o pensamento aplicado é invariavelmente saudável, e sua função de dirigir a mente sobre o objeto se sustenta com especial clareza. Para transmitir isto, o *Visuddhimagga* explica que no Jhana a função do pensamento aplicado é “dirigir e tocar” - porque para o meditante é dito, em virtude disso, que ele tem o objeto tocado e dirigido pelo pensamento aplicado” (Vism.142; PP. 148). O *Milindapanha* se refere do mesmo modo, definindo o pensamento aplicado como absorção (*appana*). “Assim como o carpinteiro ajusta a peça de madeira bem feita em uma junta, do mesmo modo o pensamento aplicado tem a característica da absorção” (Miln. 62).

O objeto do Jhana no qual *vitakka* dirige a mente e seus estados concomitantes é o signo de contrapartida, o qual emerge do signo do aprendizado tão logo os obstáculos sejam suprimidos e a mente entre na concentração de acesso. O *Visuddhimagga* explica a diferença entre os dois signos deste modo:

No signo de aprendizado qualquer imperfeição no kasina é aparente. Mas o sinal de contrapartida aparece como se brotasse do signo do aprendizado, e centenas de vezes, e milhares de vezes, mais purificado, como um espelho que sai de sua caixa, como uma concha de madrepérola bem limpa, como o disco lunar saindo de trás da nuvem, como garças contra uma nuvem na trovoadas. Mas isto não tem cor nem forma; pois se tivesse seria reconhecido pelo olho, grosseiro, suscetível de compreensão (por insight) e marcado com as três características. Mas não é assim. Pois ele é nascido somente da percepção daquele que obteve concentração, sendo um mero modo de aparência (Vism.125-26; PP. 130).

O sinal de contrapartida é o objeto de ambos, concentração de acesso e Jhana, que não diferem nem no seu objeto nem na remoção dos obstáculos, mas na força de seus respectivos fatores jhânicos. No primeiro caso, os fatores são ainda fracos, não plenamente desenvolvidos, enquanto no Jhana, eles são suficientemente fortes para tornar a mente plenamente absorvida no objeto. Neste processo, o pensamento aplicado é o fator principal responsável por dirigir a mente ao sinal de contrapartida, e impulsionando-o para dentro com a força da plena absorção.

Pensamento Sustentado (*Vicara*)

Vicara parece representar uma fase mais desenvolvida do processo de pensamento do que *vitakka*. Os comentários explicam que ele tem uma característica de uma “pressão contínua” sobre o objeto (Vism.142; PP.148). O pensamento aplicado é descrito como o primeiro impacto da mente sobre o objeto, a fase inicial grosseira do pensamento; o pensamento sustentado é descrito como o ato de ancorar a mente no objeto, a fase sutil de pressão mental contínua. Buddhaghosa ilustra a

diferença entre os dois com uma série de exemplos: o pensamento aplicado é como o percutir de um sino, enquanto o pensamento sustentado é como o ressoar do sino; o pensamento aplicado é como o vôo de uma abelha em direção à flor, e o pensamento sustentado é como os círculos que a abelha faz voando ao redor da flor; o pensamento aplicado é como a agulha da bússola que permanece fixa no centro do círculo, o pensamento sustentado é como a ponta da agulha que gira em torno (Vism. 142-43; PP.148-49).

Estes exemplos tornam claro que o pensamento aplicado e o pensamento sustentado, apesar de estarem funcionalmente associados, realizam diferentes funções. O pensamento aplicado traz a mente para o objeto, o pensamento sustentado fixa e ancora a mente lá. O pensamento aplicado foca a mente no objeto, o pensamento sustentado examina e inspeciona o que está ali. O pensamento aplicado traz um aprofundamento da concentração por levar repetidamente a mente de volta ao mesmo objeto. O pensamento sustentado sustenta a concentração obtida mantendo a mente ancorada no objeto.

Êxtase (*Piti*)

O terceiro fator presente no primeiro Jhana é *piti*, usualmente traduzido como alegria ou êxtase¹¹. Nos suttas, algumas vezes é dito que *piti* surge de uma outra qualidade chamada *pamojja*, traduzida como alegria ou satisfação, que brota com o abandono dos cinco obstáculos. Quando o discípulo vê em si mesmo o abandono dos cinco obstáculos, “a alegria surge dentro dele; assim alegrado, o êxtase surge dentro dele; e quando ele está extasiado, seu corpo torna-se tranquilo” (D.i,73). Tranquilidade por sua vez leva à felicidade; com base nisso, a mente torna-se concentrada. Portanto, êxtase precede o surgimento do primeiro Jhana, mas persiste através dos estágios remanescentes até o terceiro Jhana.

¹¹ Ven. Nānamoli, em sua tradução do *Visuddhimagga*, traduz *piti* por “felicidade”, mas esta tradução pode causar confusão, uma vez que a maioria dos tradutores usa “felicidade” como tradução de *sukha*, a sensação prazerosa presente no jhana. Nós traduziremos *piti* como “êxtase”, de forma a manter a conexão do termo com a experiência meditativa extasiante.

O Vibhanga define *piti* como “alegria, júbilo, cheio de alegria, deleite, contentamento, exaltação, êxtase e satisfação da mente (Vbh.257).” Os comentários atribuem-lhe a característica da amabilidade, a função de refrescar o corpo e a mente ou pervadí-los com êxtase, e a manifestação como elevação (Vism.143; PP.149). Shwe Zan Aung explica que “*piti* de modo abstrato significa interesse em vários graus de intensidade, em um objeto visto como desejável, ou visando trazer a felicidade”¹². Quando definido em termos de ação, *piti* é aquilo que cria interesse no objeto; quando definido em termos de sua natureza é o interesse criado no objeto. Como cria um interesse positivo no objeto, o fator jhânico ou êxtase é capaz de enfrentar e suprimir o obstáculo da má vontade, um estado de aversão que implica numa avaliação negativa do objeto.

O êxtase é escalonado em cinco categorias: o êxtase menor, o êxtase momentâneo, a chuva de êxtase, o êxtase que eleva, e o êxtase dominante¹³. O êxtase menor é geralmente o primeiro a aparecer no desenvolvimento progressivo da meditação; é capaz de fazer os cabelos do corpo se arrepiarem. Êxtase momentâneo, que é como um raio, vem em seguida, mas não pode ser sustentado por muito tempo. A chuva de êxtase corre pelo corpo em ondas, produzindo uma vibração, mas sem deixar um impacto duradouro.

O êxtase que eleva, que pode causar levitação, é mais sustentado, mas ainda tende a perturbar a concentração. A forma de êxtase que melhor conduz à obtenção do Jhana é o êxtase dominante, o qual é dito preencher o corpo de modo que ele torne-se como um balão cheio, ou como uma caverna de montanha inundada com um poderoso fluxo de água. O *Visuddhimagga* diz que o que se pretende com o fator jhânico do êxtase é o êxtase que pervade, o qual é “a raiz de absorção e cresce associado com a absorção” (Vism. 144; PP. 151).

¹² Shwe Zan Aung, *Compendium of Philosophy* (Londres: Pali Text Society, 1960), p. 243.

¹³ *Khuddhikapiti, khanikapiti, okkantikapiti, ubbega piti e pharana piti*. Vism 143-44; PP. 149-51. Dhs.A. 158.

Felicidade (*Sukha*)

Como um fator do primeiro Jhana, *sukha* significa sensação prazerosa. A palavra é explicitamente definida neste sentido pelo *Vibhanga*, em sua análise do primeiro Jhana: “Afiml, o que é felicidade? Prazer mental, felicidade mental, o prazer sentido e a felicidade surgida do contato mental, sensação prazerosa e feliz, surgido do contato mental, isto é chamado ‘felicidade’” (Vbh.257). O *Visuddhimagga* explica que a felicidade no primeiro jhana tem a característica de gratificação, a função de intensificar os estados associados, e como manifestação, auxilia estes estados associados (Vism. 145; PP.151). Êxtase e felicidade estão ligados de forma muito estreita, mas embora os dois sejam difíceis de serem distinguidos, não são idênticos. A felicidade é uma sensação (*vedana*); o êxtase é uma formação mental (*sankhara*). A felicidade sempre acompanha o êxtase, de modo que quando o êxtase está presente, a felicidade sempre deve estar presente; mas o êxtase nem sempre acompanha a felicidade, pois no terceiro Jhana, como veremos, há felicidade, mas não êxtase. O *Atthasalini* explica êxtase como “o deleite no atingir o objeto desejado”, e felicidade como “a satisfação de saborear o que foi adquirido”, e ilustra a diferença através de um exemplo:

Êxtase é como um viajante cansado no deserto no verão, que ouve falar de, ou vê água ou lugar com sombra. Alívio (felicidade) é como a satisfação de beber a água ou entrar na sombra da floresta. Para um homem que, viajando pelo caminho em um grande deserto e sofrendo com o calor, está com sede e desejando beber, se ele visse um homem no caminho, ele perguntaria: “Onde tem água?”. O outro lhe diria: “Atrás do arvoredo, há uma densa floresta com um lago natural. Vá lá, e você terá água”. Ele, ouvindo estas palavras, ficaria alegre e deliciado, e enquanto caminha ele veria folhas de lótus, etc., caídas no chão e ele se torna mais alegre e deliciado. Seguindo, ele veria homens com cabelos e roupas molhadas; ouviria sons de pássaros selvagens e pavões, e etc.; veria a densa floresta, verde como uma rede de jóias brotando nas bordas de um lago natural; ele veria flores de lírio e lótus, etc., crescendo no lago; ele veria a água limpa e transparente; ele estaria ainda mais alegre e deliciado,

entraria no lago natural, se banharia e beberia à vontade, e sua opressão sendo aliviada, ele comeria as fibras e caules dos lírios, se enfeitaria com o lótus azul, carregaria em seus ombros as raízes do mandalaka; saindo do lago, vestiria suas roupas, secaria suas roupas no sol, e na sombra fresca onde a brisa sopra sempre suavemente, se deitaria e diria: “Oh benção! Oh benção!” Desse modo, essa ilustração deve ser aplicada. A hora da alegria e do deleite, desde o momento em que ele ouviu sobre o lago natural e a densa floresta, até quando ele viu a água, é como o êxtase, na alegria e deleite diante da visão do objeto. O tempo em que, depois de tomar banho e beber, ele se deitou na sombra fresca, dizendo, “Oh benção! Oh benção!” etc., é o sentido do alívio (felicidade) crescendo forte, estabelecido naquela forma de usufruir o gosto do objeto¹⁴.

Como o êxtase e a felicidade coexistem no primeiro Jhana, este exemplo não deve ser tomado de modo a implicar que eles sejam mutuamente exclusivos. Seu propósito é sugerir que o êxtase ganha proeminência diante da felicidade, para a qual ele ajuda a prover uma fundação causal.

Na descrição do primeiro Jhana, êxtase e felicidade são ditos serem “nascidas do recolhimento”, e preencherem o corpo todo do meditante de tal modo que não há parte de seu corpo que não seja afetado por eles:

Monges, recolhidos do prazer dos sentidos um monge entra e permanece no primeiro Jhana. Ele supre, se embebe, preenche seu corpo com êxtase e felicidade nascidas do recolhimento, de modo que não há parte de seu corpo que não esteja preenchido com este êxtase e felicidade. Assim como um habilidoso atendente de banho ou seu aprendiz preenche uma bacia de cobre com sais de banho, borrifa repetidas vezes com água, mistura de tal modo que essa massa do sabão de banho fosse pervadida, banhada e saturada com umidade por dentro e por fora, e ainda assim não ficasse encharcada, assim também um monge supre, se banha, preenche o seu corpo com o êxtase e

14 Dhs.A. 160-61. Traduzido por Maung Tin, *The Expositor (Atthasalini)* (London: Pali Text Society, 1921), i.155-56.

felicidade nascida do recolhimento, de modo que não há parte de seu corpo que não seja banhada com este êxtase e felicidade nascidas do recolhimento (D.i, 74).

Unifocamento (*ekaggata*)

Diferentemente dos quatro fatores jhânicos anteriores, o “unifocamento” não é especificamente mencionado na fórmula padrão para o primeiro Jhana, mas está incluído entre os fatores jhânicos no *Mahavedalla-Sutta* (M.i, 294), assim como no Abhidhamma e nos comentários. “Unifocamento” é um fator mental universal, o fator em virtude do qual a mente está centrada em seu objeto. Traz a mente para um ponto único, o ponto ocupado pelo objeto.

Unifocamento é usado nos textos como sinônimo para concentração (*samadhi*) que tem a característica de não distração, a função de eliminar distrações, não-oscilação como sua manifestação, e felicidade como sua causa mais próxima (Vism.85; PP.85). Como um fator Jhânico, “unifocamento” é sempre dirigido para um objeto benigno e afasta as influências impuras, em particular os obstáculos do desejo sensual. Como os obstáculos estão ausentes no Jhana, “unifocamento” adquire uma força especial, baseada no esforço sustentado prévio de concentração.

Além dos cinco fatores jhânicos, o primeiro Jhana contém um grande número de outros fatores mentais funcionando em uníssono como membros coordenados de um estado único de consciência. Já aparecem listados no *Anupada Sutta* estes componentes adicionais do primeiro Jhana como contato, sensação, percepção, volição, consciência, desejo, decisão, energia, atenção plena, equanimidade e atenção (M.iii, 25). Na literatura do Abhidhamma esta lista é estendida ainda mais, para trinta e três componentes indispensáveis. Ainda assim, somente cinco estados são chamados fatores do primeiro Jhana, pois apenas esses têm a função de inibir os cinco obstáculos e fixar a mente na absorção. Para o Jhana surgir todos esses cinco fatores devem estar presentes simultaneamente, exercendo suas funções especiais:

Mas o pensamento aplicado dirige a mente para o objeto; o pensamento sustentado mantém a mente ancorada no mesmo. Felicidade (êxtase) produzida pelo sucesso do esforço refresca a mente cujo esforço em não se distrair por esses obstáculos foi bem sucedido; e benção (felicidade) intensifica-o pela mesma razão. Então unificação apoiada por esse direcionamento, este ancoramento, este refrescar e esta intensificação, equilibradamente e corretamente centra a mente com seus outros estados associados remanescentes no objeto consistindo em unificação. Consequentemente a posse dos cinco fatores deve ser entendida como o surgimento desses cinco, a saber, pensamento aplicado, pensamento sustentado, felicidade (êxtase), benção (felicidade) e unificação da mente. Pois é quando eles surgem é que o Jhana é dito ter surgido, e é por isso que eles são chamados os cinco fatores de posse (Vism.146; PP.152).

Cada fator jhânico serve como suporte para aquele que o sucede. Pensamento aplicado deve dirigir a mente para o seu objeto de modo que o pensamento sustentado ali se ancore. Somente quando a mente está ancorada pode o interesse se desenvolver, o qual culminará no êxtase. Na medida em que o êxtase se desenvolver ele leva a felicidade para a maturidade, e essa felicidade espiritual, ao prover uma alternativa aos inconstantes prazeres dos sentidos, ajuda o crescimento do “unifocamento”. Dessa forma, como explica Nagasena, todos os outros estados saudáveis conduzem para a concentração, a qual se coloca no seu tópo como o ápice do telhado de uma casa (Miln. 38-39).

Aperfeiçoando o primeiro Jhana

A diferença entre a concentração de acesso e de absorção, como temos dito, não está na ausência dos obstáculos, que é comum a ambos, mas na força relativa dos fatores jhânicos. Na concentração de acesso, os fatores são fracos, de modo que a concentração é frágil, comparável a uma criança que dá poucos passos e cai. Mas na concentração de absorção, os fatores jhânicos são fortes e bem desenvolvidos, de modo que a mente pode

permanecer continuamente em concentração, do mesmo modo que um homem saudável pode permanecer de pé por todo um dia e uma noite (Vism.126; PP.131).

Como a absorção plena oferece o benefício de uma concentração fortalecida, o meditante que obtém a concentração de acesso é encorajado a perseguir até a obtenção do Jhana. Para desenvolver sua prática, uma série de medidas importantes são recomendadas¹⁵. O meditante deve viver em um lugar adequado, contar com fontes adequadas de mendicância, evitar conversas inúteis, associar-se somente a companhias que se dedicam à prática espiritual, fazer uso somente de alimento adequado, viver em clima compatível, e manter sua prática em uma postura adequada. E deve também cultivar os dez tipos de habilidades de absorção. Ele deve limpar sua habitação e seu corpo físico de modo que eles conduzam à meditação clara, equilibrar suas faculdades espirituais de modo que a fé seja balanceada com a sabedoria e a energia com concentração, e ele deve ser hábil em produzir e desenvolver o sinal de concentração (1-3). Ele deve exortar a mente quando ela está preguiçosa, restringí-la quando está agitada, encorajá-la quando ela está inquieta ou deprimida, e olhar para a mente com equanimidade quando tudo está indo bem (4-7). O meditante deve evitar pessoas dispersivas, deve aproximar-se de pessoas experientes na concentração, e deve ser firme na sua resolução de alcançar o Jhana (8-10).

Depois de obter algumas vezes o primeiro Jhana, o meditante não é encorajado a buscar imediatamente o segundo Jhana. Isto seria uma ambição espiritual tola e inútil. Antes dele estar preparado para fazer do segundo Jhana o objetivo de seu esforço, ele deve primeiro levar o primeiro Jhana à perfeição. Se ele for muito ávido em conseguir o segundo Jhana antes de ter aperfeiçoado o primeiro, ele está sujeito a falhar na obtenção do segundo e se encontrar incapaz de recuperar o primeiro. O Buddha compara este meditante com uma vaca tola, que ainda não familiarizada com seu próprio pasto, sai em busca de novos pastos e se perde nas montanhas: ela não encontra comida e água e é incapaz de encontrar o caminho de volta (A.iv, 418-19).

O aperfeiçoamento do primeiro Jhana envolve duas etapas: a extensão do sinal e a obtenção das cinco maestrias. A extensão do sinal significa estender o tamanho do sinal

¹⁵ O que segue é baseado no Vism.126-35; PP.132-40.

de contrapartida, o objeto do Jhana. Iniciando com uma pequena área, do tamanho de um ou dois dedos, o meditante gradualmente aprende a ampliar o sinal até que a imagem mental possa ser feita de modo a cobrir a esfera do mundo ou mesmo para além (Vism.152-53; PP.158-159).

Após isso o meditante deve tentar adquirir cinco espécies de maestrias sobre o Jhana: maestria em direcionar, em atingir, em resolver, em emergir e em rever¹⁶. Maestria em direcionar é a habilidade de se direcionar aos fatores jhânicos um por um, depois de emergir do Jhana, onde ele quiser, quando ele quiser, e por quanto tempo ele quiser. Maestria em atingir é a habilidade de entrar no Jhana rapidamente; maestria em resolver é a habilidade de permanecer no Jhana pelo tempo pré-determinado exato; maestria em emergir é a habilidade de emergir do Jhana rapidamente, sem dificuldade; e a maestria em rever é a habilidade de rever o Jhana e seus fatores com conhecimento retrospectivo imediatamente após referir-se a eles. Quando o meditante adquiriu essas cinco espécies de maestria, então ele está pronto para buscar o segundo Jhana.

¹⁶ *Avajjanavasi, samapajjanavasi, adhitthanavasi, vutthanavasi, paccavekkhanavasi*. Para uma discussão veja Vism.154-55;PP.160-61. A fonte canônica para as cinco maestrias é o *Patisambhidamagga*, i.100.

Os Jhanas Superiores

Neste capítulo, investigaremos os estados superiores de jhana. Primeiro, discutiremos os remanescentes três jhanas da esfera material sutil, usando as fórmulas descritivas dos suttas como nosso ponto de partida, e a literatura posterior como nossa fonte para os métodos da prática que conduz a essas realizações. Posteriormente, consideraremos os quatro estados meditativos que pertencem a esfera imaterial, que são chamados os jhanas imateriais. Nossa investigação trará a tona o caráter dinâmico do processo pelo qual os jhanas são sucessivamente alcançados. A realização dos jhanas superiores da esfera sutil, veremos, envolve a eliminação sucessiva dos fatores grosseiros, e a proeminência dos fatores sutis; a realização dos jhanas sem-formas envolve a substituição dos objetos grosseiros por objetos sucessivamente mais refinados. A partir de nosso estudo ficará claro que os jhanas se ligam numa sequência gradativa de desenvolvimento, na qual o inferior serve como base para o superior e o superior intensifica e purifica estados já presentes no inferior. Finalizaremos o capítulo com um breve olhar sobre a conexão entre os jhanas e o ensinamento budista sobre o renascimento.

Os Jhanas superiores sutis

A fórmula para a obtenção do *segundo jhana* é a seguinte:

Com a diminuição do pensamento aplicado e do pensamento sustentado, ele entra e permanece no segundo jhana, o qual tem a confiança interna e a unificação da mente, e é sem pensamento aplicado e pensamento sustentado, e é preenchido com êxtase e felicidade nascidos da concentração (M.i.181; Vbh. 245).

O segundo jhana, como o primeiro, é obtido pela eliminação dos fatores a serem abandonados e pelo desenvolvimento dos fatores de posse. Neste caso, entretanto, os fatores a serem abandonados são os dois fatores iniciais do próprio primeiro jhana, o pensamento aplicado e o pensamento sustentado; os fatores de posse são os três fatores

jhânicos remanescentes, êxtase, felicidade e unifocamento. Por isso a fórmula começa “com a diminuição do pensamento aplicado e pensamento sustentado”, e então menciona as qualidades jhânicas positivas.

Depois de conquistado os cinco tipos de maestria sobre o primeiro jhana, o meditador que deseja alcançar o segundo jhana deve entrar no primeiro jhana e contemplar seus defeitos. Estes são de dois tipos: primeiro, o que poderia ser chamado de o defeito da corrupção próxima, é a proximidade dos cinco obstáculos, contra os quais o primeiro jhana provê somente uma salvaguarda relativamente fraca; o outro defeito, inerente ao primeiro jhana, é a inclusão do pensamento aplicado e sustentado, que agora aparecem como grosseiros, até mesmo como impedimentos que precisam ser eliminados para se conseguir o mais pacífico e sutil segundo jhana.

Através da reflexão sobre o segundo jhana como sendo mais tranquilo e sublime que o primeiro, o meditante encerra o seu apego ao primeiro jhana, e se engaja com ânimo renovado no objetivo de atingir o estágio mais elevado. Ele direciona sua mente para seu objeto de meditação – o qual deve ser capaz de induzir jhanas mais elevados como a kasina ou a respiração – e resolve superar o pensamento aplicado e o pensamento sustentado. Quando sua prática atinge a maturidade, os tipos de pensamentos desaparecem, e o segundo jhana surge. No segundo jhana somente três dos cinco fatores originais jhânicos permanecem – êxtase, felicidade e unificação. Além disso, com a eliminação dos dois fatores mais grosseiros, estes tornam-se mais sutis e pacíficos.¹⁷

Além dos fatores jhânicos principais, a forma canônica inclui vários outros estados na descrição do segundo jhana. “Confiança interna” (*ajjhattamsampasadana*) transmite o duplo significado de fé e tranquilidade. No primeiro jhana, a fé do meditante carecia de clareza e serenidade plenas, devido ao “distúrbio criado pelo pensamento sustentado e aplicado, como a água agitada por ondulações e turbulências” (Vism. 157; PP. 163). Mas

¹⁷ Baseado na distinção entre pensamento aplicado e sustentado, o Abhidhamma apresenta uma divisão quádrupla dos jhanas atingidos, reconhecendo a eliminação sequencial ao invés da eliminação simultânea dos dois tipos de pensamento. Desta forma, um meditante de faculdades mais grosseiras elimina o pensamento aplicado primeiro, e atinge o segundo jhana com quatro fatores incluindo o pensamento sustentado, e um terceiro jhana idêntico ao segundo jhana do esquema quádruplo. Em contraste, um meditante de faculdades afiadas compreende rapidamente os defeitos de ambos, pensamento aplicado e sustentado, e, portanto, elimina ambos de uma só vez.

quando o pensamento aplicado e o sustentado desaparecem, a mente torna-se muito pacífica e a fé do meditante adquire completa confiança.

A fórmula também menciona a unificação da mente (*cetasoekodibhavam*), a qual é identificada com o unifocamento ou concentração. Apesar de presente no primeiro jhana, a concentração só ganha uma menção especial em conexão com o segundo jhana, uma vez que é aqui que ela adquire eminência. No primeiro jhana, a concentração é ainda imperfeita, estando sujeita à influência perturbadora do pensamento aplicado e sustentado. Pela mesma razão, este jhana, juntamente com seus constituintes êxtase e felicidade, é dito que nasce da concentração (*samadhiyam*). “É apenas esta concentração que merece ser chamada de ‘concentração’, por causa de sua completa confiança e imobilidade extrema, devidos à ausência de distúrbios causados pelo pensamento aplicado e sustentado” (Vism. 158; PP. 164).

Para obter o *terceiro jhana*, o meditante deve usar o mesmo método que usou para ascender do primeiro Jhana ao segundo. Ele deve dominar o segundo jhana das cinco maneiras, entrar e sair dele, e refletir sobre seus defeitos. Neste caso, o defeito da corrupção próxima é a proximidade do pensamento aplicado e sustentado que ameaçam interromper a serenidade do segundo jhana; seu defeito inerente é a presença do êxtase, o qual agora aparece como um fator grosseiro que deve ser abandonado.

Consciente das imperfeições do segundo jhana, o meditante cultiva a indiferença em relação a ele, e aspira pela paz e sublimidade do terceiro jhana, para o qual ele agora dirige seus esforços. Quando sua prática amadurece, ele entra no terceiro jhana, o qual tem os dois fatores da felicidade e unifocamento, que permaneceram, quando o êxtase desaparece, os quais os suttas descrevem do seguinte modo:

Com o desaparecimento do êxtase, ele permanece em equanimidade, consciência atenta e discernimento; e ele experiencia em sua própria pessoa aquela felicidade da qual os nobres dizem: ‘Feliz vive aquele que é equânime e plenamente atento’ – assim, ele entra e permanece no terceiro jhana (M.i, 182; Vbh. 245).

A fórmula indica que o terceiro jhana contém, além de seus dois fatores que o definem, três fatores adicionais não incluídos entre os fatores jhânicos: equanimidade, consciência atenta e discernimento. A equanimidade é mencionada duas vezes. A palavra

Páli para equanimidade, *upekkha*, ocorre nos textos com um amplo espectro de significados, o mais importante sendo a sensação neutra - isto é, a sensação que não é nem dolorosa nem prazerosa - e a qualidade mental do equilíbrio interno chamada “neutralidade específica” (*tatramajjhata* - veja Vism.161; PP.167). A equanimidade referida nesta fórmula é um modo de neutralidade específica que pertence ao agregado das formações mentais (*sankharakkhandha*), e, portanto, não deve ser confundida com a equanimidade como sensação neutra. Embora os dois estejam frequentemente associados, cada um pode existir independentemente do outro, e no terceiro jhana a equanimidade é como neutralidade específica coexiste com a felicidade ou a sensação prazerosa.

O meditante no terceiro jhana é dito também ter consciência atenta e discernimento, que apontam para outro par de funções mentais frequentemente associadas. Consciência atenta (*sati*), neste contexto, significa lembrança do objeto de meditação, a sustentação constante do objeto na mente, e não permitindo sua evasão. Discernimento (*sampajañña*) é um aspecto da sabedoria ou do entendimento, que escrutina o objeto e capta sua natureza livre da delusão. Embora estes dois fatores estivessem presentes mesmo nos primeiros dois jhanas, eles aparecem mencionados pela primeira vez em conexão com o terceiro jhana porque é aqui que sua eficácia se torna manifesta. Os dois são particularmente necessários para evitar um retorno ao êxtase. Assim como um bezerro em fase de amamentação, quando afastado de sua mãe e deixado solto, de novo ele se aproxima da mãe, assim também a felicidade do jhana tende a se virar em direção ao êxtase, seu parceiro natural, se não for vigiado pela consciência atenta e pelo discernimento (Dhs.A.219). Evitar isto, e a consequente perda do terceiro jhana, é a tarefa da consciência atenta e do discernimento.

A obtenção do quarto *jhana* começa com o procedimento referido anteriormente. Nesse caso, o meditante vê que o terceiro jhana está ameaçado pela proximidade do êxtase, que está sempre pronto a crescer de novo devido à sua afinidade natural com a felicidade; ele também vê que isso é inerentemente imperfeito devido à presença da felicidade, um fator grosseiro que provê combustível ao apego. Ele então contempla o estado onde a sensação equânime e o unifocamento subsistem juntos - o quarto jhana – como muito mais pacífico e seguro do que qualquer coisa que ele tenha experienciado até então, e por isso muito mais desejável. Tomando como seu objeto o mesmo sinal de

contrapartida que ele usou no jhana anterior, ele fortalece seus esforços de concentração no propósito de abandonar o fator grosseiro da felicidade e entrar no jhana superior. Quando sua prática matura, a mente entra em absorção no quarto jhana:

Com o abandono do prazer e da dor, e com o prévio desaparecimento do deleite e do pesar; ele entra e permanece no quarto jhana, que não tem dor nem prazer, e tem a pureza da consciência atenta devido à equanimidade (M.i,182; Vbh.245).

A primeira parte dessa fórmula especifica as condições para se atingir esse jhana - também chamado de liberação nem-dolorosa-nem-prazerosa da mente (M.i,296) – como sendo o abandono dos quatro tipos de sensações incompatíveis com ele, os dois primeiros significando sensações corporais, os dois últimos se referindo às sensações mentais correspondentes. A fórmula também introduz vários novos termos e frases não encontradas anteriormente. Primeiramente, menciona uma nova sensação, nem-dor-nem-prazer (*adukkhamasukha*), que permanece depois das outras quatro sensações terem desaparecidas. Este tipo de sensação, também chamada de sensação equânime ou neutra, substitui a felicidade como a sensação concomitante do jhana, e também aparece como um dos fatores jhânicos. Portanto, esse atingimento tem dois fatores jhânicos: a sensação neutra e o unifocamento da mente.

Anteriormente a ascensão de um jhana para o seguinte era marcada pela eliminação progressiva dos fatores jhânicos mais grosseiros, mas nenhum era adicionado para substituir aqueles que foram excluídos. Mas agora, na mudança do terceiro para o quarto jhana, uma substituição ocorre, a sensação neutra se movendo para substituir o lugar da felicidade.

Além disso, nós também encontramos uma nova frase composta de termos familiares, “a pureza da consciência atenta devido à equanimidade” (*upekkhasatiparisuddhi*). O *Vibhanga* explica: “Esta consciência atenta é depurada, purificada, clarificada pela equanimidade” (Vbh. 261), e Buddhaghosa acrescenta: “Pois a consciência atenta neste jhana é bem purificada, e sua purificação é efetivada pela

equanimidade, e por nada mais” (Vism.167; PP.174). A equanimidade que purifica a consciência atenta não é uma sensação neutra, como se poderia supor, mas a neutralidade específica, a sublime imparcialidade livre de apego e aversão, que também faz parte deste jhana. Embora ambas, neutralidade específica e consciência atenta estivessem presentes nos três jhanas inferiores, nenhum dentre eles é dito ter “a pureza da consciência atenta devido à equanimidade”.

A razão disto é que nos jhanas inferiores a equanimidade presente não estava purificada, sendo ofuscada por estados oposto, e faltando-lhe a associação com a sensação equânime. É como a lua crescente que existe durante o dia, mas não pode ser vista por causa da luz do sol e do brilho do céu. Mas no quarto jhana, onde a equanimidade ganha o suporte da sensação equânime, ela brilha como a lua crescente na noite, e purifica a consciência atenta e os outros estados associados (Vism.169; PP.175).

Os Jhanas Imateriais

Além dos quatro jhanas, existem quatro realizações superiores na escala de concentração, mencionadas nos suttas como “libertações imateriais pacíficas que transcendem a forma material” (*santa vimokkha atikammarupe aruppa*, M.i,33). Nos comentários, eles também são chamados de jhanas imateriais, e, embora essa expressão não seja encontrada nos suttas, parece apropriada na medida que esses estados correspondem a níveis jhânicos de consciência e continuam o mesmo processo da unificação iniciado pelos quatro jhanas originais, agora algumas vezes chamados de jhanas sutis. Os jhanas imateriais são designados, não por nomes numéricos como seus antecessores, mas pelos nomes das suas esferas objetivas: a base do espaço ilimitado, a base da consciência ilimitada, a base do nada, e a base da nem-percepção-nem-não-percepção¹⁸. Eles recebem a designação “imaterial” ou “sem-forma” (*arupa*), porque eles são alcançados através da superação de todas as percepções da forma material, incluindo a forma sutil do sinal de contrapartida que serviu como o objeto dos jhanas anteriores, e porque eles são os correlatos subjetivos dos planos imateriais de existência.

Como os jhanas sutis, os jhanas imateriais seguem uma sequência fixa, e devem ser alcançados na ordem na qual eles são apresentados. Isto é, o meditante que deseje alcançar os jhanas imateriais, deve começar com a base do espaço ilimitado, e então prosseguir, passo a passo acima, até a base da nem-percepção-nem-não-percepção. Entretanto, uma diferença importante separa os caminhos de progresso nestes dois casos. No caso dos jhanas sutis, a subida de um jhana para outro envolve a superação dos fatores jhânicos. Para subir do primeiro jhana para o segundo, o meditante precisa eliminar o pensamento aplicado e o pensamento sustentado; para ir do segundo para o terceiro ele deve vencer o êxtase; e para ir do terceiro para o quarto ele deve substituir a sensação agradável pela sensação neutra. Portanto, o progresso envolve uma redução e um refinamento dos fatores jhânicos, dos cinco iniciais até a culminação no unifocamento e na sensação neutra.

¹⁸ *Akasanañcayatana, viññanañcayatana, akincaññayatana, nevasaññanasaññayatana.*

Uma vez que o quarto jhana seja alcançado, os fatores jhânicos permanecem constantes, e numa passagem mais elevada para os níveis imateriais, não existem mais eliminações de fatores jhânicos. Por esta razão, os jhanas sem-forma, quando classificados da perspectiva de suas constituições fatoriais como é feito no Abhidhamma, são considerados como modos do quarto jhana. Eles são todos jhanas de dois fatores, constituídos pelo unifocamento e pela sensação neutra.

Mais do que ser determinada pela superação de fatores, a ordem dos jhanas imateriais é determinada pela superação de objetos. Enquanto que para os jhanas inferiores o objeto pode permanecer constante, mas os fatores devem ser mudados, para os jhanas imateriais os fatores permanecem constantes enquanto os objetos mudam. A base do espaço ilimitado elimina o objeto kasina do quarto jhana, a base da consciência ilimitada elimina o objeto da base do espaço ilimitado, a base do nada (vacuidade) elimina o objeto da base da consciência ilimitada, e a base da nem-percepção-nem-não-percepção supera o objeto da base do nada.

Como a cada nível os objetos se tomam progressivamente mais sutis, os fatores jhânicos da sensação equânime e do unifocamento, enquanto permanecem constantes em natureza todo o tempo, se tornam correspondentemente mais refinados em qualidade. Buddhaghosa ilustra esse fato com um exemplo de quatro peças de tecido de mesmas medidas, feitas pela mesma pessoa, feitas respectivamente de fio grosso, fino, mais fino e finíssimo (Vism. 339, PP.369). Do mesmo modo, enquanto os quatro jhanas inferiores podem ter, cada um, uma variedade de objetos - as dez kasinas, o movimento de inspiração e expiração, etc. - e não assumem nenhuma relação integral com esses objetos, cada um dos quatro jhanas imateriais toma um único objeto inseparavelmente relacionado com a correspondente realização. O primeiro é alcançado somente com a base do espaço ilimitado como objeto, o segundo com a base da consciência ilimitada, e assim por diante.

A motivação que leva inicialmente o meditador a buscar os níveis imateriais é um claro reconhecimento dos perigos inerentes da existência material: é em virtude do fato de que ferimentos e morte por meio de armas e facas ocorrem, que se é afligido por doenças, sujeito à fome e sede, enquanto que nada disso acontece nos planos imateriais de existência (M.i, 410). Desejando escapar destes perigos através do renascimento em

planos imateriais, o meditante deve, em primeiro lugar, alcançar os quatro jhanas sutis e dominar os quarto jhana com qualquer kasina como objeto exceto a kasina de espaço limitado. Através disto, o meditante terá alcançado um nível acima da matéria grosseira, mas ele ainda não terá transcendido a forma material sutil compreendida pelo sinal de contrapartida luminoso que é o objeto do seu jhana. Para alcançar os níveis sem-forma, o meditante, após emergir do quarto jhana, deve considerar que mesmo esse jhana, muito refinado, ainda tem um objeto consistindo em uma forma material, e, portanto, conectado, ainda que de modo distante, com a matéria grosseira; e além disso, é próximo da felicidade, um fator do terceiro jhana, e é muito mais grosseiro do que os estados imateriais. O meditante vê a base do espaço ilimitado, o primeiro jhana imaterial, como sendo mais pacífico e sublime do que o quarto jhana sutil, e como seguramente mais afastado da materialidade.

Seguindo estas reflexões preparatórias, o meditante entra no quarto jhana baseado em um objeto kasina, e estende o sinal de contrapartida da kasina “para o limite da esfera do mundo, ou tão longe quanto ele queira”. Então, depois de emergir do quarto jhana, ele deve remover a kasina, dando atenção exclusivamente ao espaço que ela cobre, sem dar atenção à própria kasina. Tomando como objeto o espaço que se coloca após a remoção da kasina, o meditante foca isso como “o espaço ilimitado”, ou simplesmente como “espaço, espaço”, concentrando-se nisto com pensamento aplicado e sustentado. À medida que ele cultiva essa prática repetidamente, no final a consciência relativa à base do espaço ilimitado surge tendo o espaço ilimitado como sendo seu objeto (Vism. 327-28; PP. 355-56).

Um meditante que tenha ganho a maestria da base do espaço ilimitado, desejando alcançar também o segundo jhana imaterial, deve refletir sobre as duas deficiências do primeiro nível, que são sua proximidade dos jhanas sutis e suas rudezas comparadas com a base da consciência ilimitada. Tendo deste modo desenvolvido indiferença para com a realização inferior, ele deve em seguida entrar e emergir da base do espaço ilimitado, e então fixar sua atenção na consciência que ocorreu quando penetrou lá no espaço ilimitado. Uma vez que o espaço tomado como objeto pelo primeiro jhana sem-forma era ilimitado, a consciência desse espaço também envolve um aspecto do ilimitado, e é para esta consciência ilimitada que o aspirante ao próximo nível de

realização dirige sua atenção. Ele não deve dirigir sua atenção para isso meramente como ilimitado, mas como “consciência ilimitada” ou simplesmente como “consciência”. Ele continua a cultivar esse sinal repetidamente até que a consciência pertencente à base da consciência ilimitada surja na absorção, tomando como seu objeto a consciência ilimitada pertencente ao primeiro estado imaterial (Vism. 331-32; PP.360-61).

Para alcançar o próximo estado sem-forma, a base do nada, o meditante que tenha dominado a base da consciência ilimitada deve contemplar suas deficiências dentro do mesmo duplo modo, e dirigir sua atenção para a paz superior da base do nada. Sem dar mais nenhuma atenção à base da consciência ilimitada, ele deve “dar atenção à presente não-existência, vazia, aspecto isolado dessa mesma consciência passada pertencente à base que consiste do espaço ilimitado” (Vism.333; PP.362). Em outras palavras, o meditador deve focar-se na atual ausência ou não-existência da consciência pertencente à base do espaço ilimitado, dirigindo sua atenção para isso repetidamente, como: “Não existe, não existe” ou “vazio, vazio”. Quando seus esforços frutificarem, surgirá em absorção a consciência pertencente à base do nada, tendo como seu objeto a não-existência da consciência do espaço ilimitado. Enquanto que o segundo estado imaterial se refere positivamente à consciência do espaço ilimitado, através do enfoque sobre o conteúdo da consciência e se apropriando da sua ilimitação, o terceiro estado imaterial se refere a ela negativamente, excluindo da atenção aquela consciência e fazendo a ausência ou atual não-existência daquela consciência como seu objeto.

O quarto e último jhana imaterial, a base da nem-percepção-nem-não-percepção, é alcançado através do mesmo procedimento preliminar. O meditante pode também refletir a respeito da insatisfatoriedade da percepção, pensando: “Percepção é uma doença, percepção é um furúnculo, percepção é um dardo... Isto é pacífico, isto é sublime, quer dizer, nem-percepção-nem-não-percepção” (M.ii,231). Deste modo, ele abandona seu apego à base do nada, e fortalece sua vontade de atingir o próximo estágio mais elevado. Ele, então, dirige sua atenção para os quatro agregados mentais que constituem o atingimento da base do nada: sua sensação, percepção, formações mentais e consciência - contemplando-os como “pacíficos, pacíficos”, revendo aquela base e focando sua atenção sobre ela com pensamento aplicado e pensamento sustentado. À

medida que ele assim procede, os obstáculos são suprimidos, a mente passa pelo acesso e entra na base da nem-percepção-nem-não-percepção. Esse jhana recebe esse nome porque, por um lado, não tem a percepção grosseira com sua função de claramente discernir objetos, e, portanto, não se pode dizer que tenha percepção; por outro lado, retém uma percepção muito sutil, e, portanto, não pode ser dito ser sem percepção. Como todas as funções mentais estão reduzidas ao nível mais fino e sutil, esse jhana é também chamado de atingimento com formações residuais. Nesse nível, a mente alcançou o mais alto desenvolvimento possível na direção da serenidade pura. Ela alcançou o mais intenso grau de concentração, tornando-se tão refinada que a consciência não pode mais ser descrita em termos de existência ou não-existência. E mesmo esta realização, do ponto de vista budista, ainda é um estado mundano, que deve finalmente dar passagem ao insight, pois apenas ele leva à verdadeira libertação.

Os Jhanas e o Renascimento

O Budismo ensina que todos os seres vivos nos quais a ignorância e o desejo ainda persistem, estão sujeitos ao renascimento após a morte. O modo do renascimento é determinado por seu *kamma*, suas ações volitivas; kamma saudáveis resultam em bons renascimentos, kamma não-saudáveis resultam em maus renascimentos. Como um tipo de kamma saudável, a realização do jhana pode desempenhar um papel importante no processo de renascimento, sendo considerado um forte bom kamma, tendo precedência sobre os kammass menores na determinação do futuro renascimento da pessoa que a alcançou.

A cosmologia budista agrupa os inúmeros planos de existência, dentro dos quais o renascimento acontece, em três esferas abrangentes, cada uma das quais compreende um número de planos subsidiários. A esfera do sentido (*kamadhatu*) é o campo do renascimento para más ações, e para ações meritórias não suficientes para os jhanas; a esfera sutil (*rupadhatu*), o campo do renascimento para os jhanas sutis; e a esfera imaterial (*arupadhatu*), o campo do renascimento para os jhanas imateriais.

Um kamma não-saudável, determinante para o renascimento, levará à uma nova existência em um dos quatro planos de miséria pertencentes à esfera dos sentidos: os infernos, o reino animal, a esfera dos espíritos aflitos, ou a morada dos titãs. Um

kamma saudável de um tipo sub-jhânico produz renascimentos em um dos sete planos felizes na esfera dos sentidos, o mundo humano ou os seis mundos celestiais.

Acima dos reinos da esfera dos sentidos existem os mundos sutis, nos quais o renascimento é conquistado apenas através da realização dos jhanas sutis. Os dezesseis reinos nesta esfera são ordenados hierarquicamente em correlação com os quatro jhanas. Aqueles que praticaram o primeiro jhana em escala menor renascem no Reino do Séquito de Brahma; os que praticaram em escala moderada renascem no Reino dos Ministros de Brahma; e os que praticaram numa escala superior, no Reino do Grande Brahma¹⁹. De maneira similar, praticando o segundo jhana numa escala menor, acarreta o renascimento no Reino do Brilho Menor; numa escala moderada no Reino do Brilho Infinito; e numa escala superior no Reino do Brilho Radiante²⁰. Agora, praticando o terceiro jhana numa escala menor acarreta o renascimento no Reino da Áura Menor; numa escala moderada no Reino da Áura Infinita; e numa escala superior no Reino da Aura Permanente²¹.

Em correspondência ao quarto jhana existem sete reinos: o Reino da Grande Recompensa, o Reino dos Seres Não-perceptivos, e as cinco Moradas Puras²². Neste jhana, o modelo de renascimento afasta-se dos anteriores. Parece que todos os seres que praticam o quarto jhana no nível mundano, sem alcançar nenhuma realização supramundana, renascem no Reino da Grande Recompensa. Não existe nenhuma diferenciação quanto aos graus de desenvolvimento inferior, moderado ou superior. O Reino dos Seres Não-perceptivos é alcançado por aqueles que, após terem atingido o quarto jhana, usam então o poder da meditação para renascerem apenas em corpos materiais; eles não adquirem novamente consciência até que ultrapassem este mundo. As cinco Moradas Puras são abertas apenas para os não-retornantes (*anagamis*), discípulos nobres no penúltimo estágio de libertação, que erradicaram os grilhões que os prendiam à esfera dos sentidos, e, daí renascem automaticamente em reinos elevados, onde atingem a condição de arahat e alcançam a libertação final.

Para além da esfera sutil, encontram-se os reinos imateriais, que são em número de quatro – a base do espaço ilimitado, a base da consciência ilimitada, a base do nada e a base

¹⁹ *Brahmaparisajja, brahmapurohita, maha brahma.*

²⁰ *Parttabha, appamanabha, abhassara.*

²¹ *Parittasubha, appamanasubha, subhakinha.*

²² *Vehapphala, asaññasatta, suddhavasa.*

da nem-percepção-nem-não-percepção. Como deve ser evidente, estes são reinos de renascimento para aqueles que, sem terem quebrado os grilhões que os prendem ao samsara, alcançam e dominam um ou outro dos quatro jhanas imateriais. Aqueles meditantes que têm domínio sobre um nível do sem-forma, na hora da morte renascem no plano apropriado, onde habitam até que a força kâmmica do jhana seja exaurida. Então morrem, para renascerem em algum outro reino determinado pelo seu kamma acumulado²³

²³ Um bom sumário da cosmologia budista e da conexão entre kamma e planos de renascimento pode ser encontrado em Narada, *A Manual of Abhidhamma*, PP. 233-55.

o Jhana e o Supramundano

O caminho da sabedoria

O objetivo do caminho budista, a libertação completa e permanente do sofrimento, deve ser alcançado através da prática da completa disciplina tripla da moralidade (*sila*), concentração (*samadhi*) e sabedoria (*pañña*). Os jhanas mundanos, compreendendo os quatro jhanas sutis e os quatro jhanas imateriais, pertencem ao estágio da concentração, que eles preenchem em um grau eminente. Entretanto, tomados em si mesmos, esses estados não asseguram completa libertação, pois eles são incapazes de cortar as raízes do sofrimento. O Buddha ensina que a causa do sofrimento, o poder motor atrás do ciclo de renascimentos, são as impurezas com suas três raízes não-saudáveis – a cobiça, o ódio e a delusão. A concentração do nível de absorção, independente de a que alturas ela é buscada, apenas suprime as impurezas, mas não pode destruir suas sementes latentes. Portanto, apenas os puros jhanas, mesmo que mantidos, não podem por si mesmos encerrar o ciclo de renascimentos. Ao contrário, podem até mesmo perpetuar o ciclo. Pois, se algum jhana sutil ou imaterial é retido com apego, trará um renascimento no plano particular de existência correspondendo à sua própria potência kâmmica, que pode então ser seguido pelo renascimento em algum reino inferior.

O que é necessário para se conseguir a completa libertação do ciclo de renascimentos é a erradicação das impurezas. Como a impureza mais básica é a ignorância (*avijja*), a chave para a libertação está em desenvolver o seu oposto direto, ou seja, a sabedoria (*pañña*). Como a sabedoria pressupõe uma certa proficiência em concentração, é inevitável que o jhana tenha um lugar no seu desenvolvimento. Este lugar, entretanto, não é fixo e invariável, mas como veremos, permite diferenças, dependendo da disposição do meditante individual.

Fundamental para a discussão deste capítulo é a distinção entre dois termos cruciais da exposição filosófica Theravada, o “mundano” (*lokiya*) e o “supramundano”

(*lokuttara*). O termo “mundano” aplica-se a todos os fenômenos compreendidos no mundo (*loka*) – desde sutis estados de consciência até a matéria; desde a virtude até o mal; desde realizações meditativas até as impurezas sensuais. O termo “supramundano”, em contraste, aplica-se exclusivamente ao que transcende o mundo, ou seja, os nove estados supramundanos: Nibbana, os quatro nobres caminhos (*magga*) conduzindo ao Nibbana, e seus frutos correspondentes (*phala*), que experimentam a bem-aventurança do Nibbana.

A sabedoria tem a característica específica de penetrar a verdadeira natureza dos fenômenos. Ela penetra as características particulares e gerais das coisas através do conhecimento direto, em vez do pensamento discursivo. Sua função é “abolir a escuridão da delusão que oculta as essências individuais dos estados”, e sua manifestação é a “não-delusão”. Como o Buddha diz que aquele cuja mente está concentrada conhece e vê as coisas como elas são, a causa próxima da sabedoria é a concentração (Vism.438; PP. 481).

O instrumental da sabedoria em atingir a libertação está dividido em dois tipos principais: o conhecimento do insight (*vipassanañana*) e o conhecimento pertencente aos caminhos supramundanos (*maggañana*). O primeiro é a penetração direta das três características dos fenômenos condicionados – impermanência, sofrimento e ausência de “eu”²⁴. Ele toma como sua esfera objetiva os cinco agregados (*pancakkandha*) – forma material, sensação, percepção, formações mentais e consciência. Como o conhecimento do insight toma o mundo das formações condicionadas como seu objeto, ele é encarado como uma forma mundana de sabedoria. O conhecimento do insight por si mesmo não erradica diretamente as corrupções, mas serve para preparar o caminho para o segundo tipo de sabedoria, a sabedoria dos caminhos supramundanos, que emerge quando o insight é trazido ao seu ápice. A sabedoria do caminho, ocorrendo em quatro estágios distintos (serão discutidos abaixo), simultaneamente realiza o Nibbana, compreende as Quatro Nobres Verdades e elimina as impurezas. Esta sabedoria é chamada “supramundana” porque se alça do mundo dos cinco agregados, para realizar o estado transcendente ao mundo, Nibbana.

²⁴ *Anicca, dukkha, anatta.*

O discípulo budista, lutando pela libertação, inicia o desenvolvimento da sabedoria, em primeiro lugar estabelecendo seguramente suas raízes – disciplina moral purificada e concentração. Ele então aprende e desenvolve a maestria do material básico sobre o qual a sabedoria vai trabalhar – os agregados, os elementos, as bases dos sentidos, a Originação Dependente, as Quatro Nobres Verdades, etc. Ele inicia a prática real da sabedoria cultivando o insight da impermanência, do sofrimento e da ausência de “eu” dos cinco agregados. Quando esse insight atinge seu ápice, nasce a sabedoria supramundana, o fator da visão correta do Nobre Óctuplo Caminho, que passa das formações condicionadas para o Nibbana incondicionando, e com isso erradica as impurezas.

Os dois veículos

A tradição Theravada reconhece duas abordagens alternativas para o desenvolvimento da sabedoria, entre as quais os praticantes são livres para escolher de acordo com sua aptidão e propensão. Estas duas abordagens são o veículo da serenidade (*samathayana*) e o veículo do insight (*vipassanayana*). Os meditantes que os seguem são chamados, respectivamente, os *sammathayanika*, “aquele que faz da serenidade seu veículo”, e os *vipassanayanika*, “aquele que faz do insight seu veículo”. Como ambos veículos, apesar de seus nomes, são abordagens para desenvolver o insight, para evitar mal entendidos o último tipo de meditante é algumas vezes chamado um *sudhavipassanayanika*, “aquele que faz do puro insight o seu veículo”, ou um *sukkavipassaka*, “um trabalhador do insight-direto”. Apesar de todos os três termos aparecerem inicialmente nos comentários e não nos suttas, o reconhecimento dos dois veículos aparece implícito em diversas passagens canônicas.

O *samathyanika* é um meditante que primeiro atinge a concentração de acesso ou um dos oito jhanas mundanos, e daí emerge e usa sua conquista como uma base para cultivo do insight até que ele chegue ao caminho supramundano. Em contraste, o *vipassanayanika* não alcança o jhana mundano antes de praticar a contemplação do insight, ou se o faz, não o usa como um instrumento para cultivar o insight. Ao invés disso, sem entrar e emergir do jhana, ele dirige-se diretamente para a contemplação do

insight nos fenômenos mentais e materiais, e por meio deste puro insight, ele atinge o nobre caminho. Para ambas as espécies de meditantes, a experiência do caminho em qualquer de seus quatro estágios sempre ocorre em um nível de intensidade jhânica, e assim, necessariamente inclui o jhana supramundano sob o título da concentração correta (*samma samadhi*), o oitavo fator do Nobre Óctuplo Caminho.

A fonte clássica para a distinção entre os dois veículos da serenidade e do insight é o *Visuddhimagga*, onde é explicado que quando um meditante inicia o desenvolvimento da sabedoria, “se, inicialmente, seu veículo é a serenidade, (ele) deve emergir de qualquer jhana sutil ou imaterial, exceto a base consistente de nem-percepção-nem-não-percepção, e deve discernir, de acordo com as características, funções, etc., os fatores jhânicos consistindo de pensamento aplicado, etc., e os estados associados com eles” (Vism. 557; PP.679-80). Outras passagens dos comentários consideram a concentração de acesso suficiente para o veículo da serenidade, mas o último jhana imaterial é excluído porque seus fatores são demasiadamente sutis para serem discernidos. O meditante cujo veículo é o insight puro, por outro lado, é aconselhado a iniciar diretamente o discernimento dos fenômenos materiais e mentais, iniciando com os quatro elementos, sem utilizar um jhana para este objetivo (Vism. 558; PP.680). Portanto, o *samathayanika* primeiro consegue a concentração de acesso ou jhana mundano, e daí desenvolve o conhecimento do insight, por meio do qual ele atinge o caminho supramundano, contendo a sabedoria sob o título da visão correta, e o jhana supramundano sob o título da concentração correta. O *vipassanayanika*, em contraste, pula o jhana mundano e vai diretamente para a contemplação do insight. Quando ele atinge o fim da progressão do conhecimento do insight, ele chega ao caminho supramundano, o qual, como no caso anterior, traz juntos a sabedoria e o jhana supramundano. Este jhana inclui como sua realização a serenidade.

Para um meditante que segue o veículo da serenidade, a aquisição do jhana preenche duas funções: primeiro, produz uma base de pureza mental e unificação interior necessárias para empreender o trabalho da contemplação do insight; e, segundo, serve como um objeto a ser examinado com insight visando discernir as três características da impermanência, sofrimento e ausência de eu. O jhana realiza a primeira função, provendo um instrumento poderoso para superar os cinco obstáculos. Como já vimos, para o surgimento da sabedoria, a mente deve inicialmente estar bem concentrada, e para estar

bem concentrada deve estar liberta dos obstáculos, tarefa executada preeminentemente pela aquisição do jhana. Apesar de a concentração de acesso manter os obstáculos sob controle, o jhana assegurará que eles sejam afastados para uma distância mais segura.

Por sua capacidade de produzir concentração, os jhanas são chamados a base (*pada*) para o insight, e aquele jhana particular no qual um meditante entra e emerge antes de começar sua prática do insight é designado seu *padakajjhana*, o jhana básico ou fundamental. O insight não pode ser praticado enquanto se está absorvido no jhana, pois a meditação do insight requer investigação e observação, o que é impossível quando a mente está imersa em uma absorção unifocada. Mas, após emergir do jhana, a mente está limpa dos obstáculos, e a tranquilidade e clareza que então resultam conduzem ao insight preciso e penetrante.

Os jhanas também entram na prática do *samathayanika* numa segunda capacidade, ou seja, como objeto de escrutinização pelo insight. A prática do insight consiste essencialmente no exame dos fenômenos físicos e mentais para descobrir seus sinais de impermanência, sofrimento e não-eu. Os jhanas que um meditante consegue o provêm com um objeto prontamente disponível e notavelmente claro no qual procurar as três características. Após emergir de um jhana, o meditante examina a consciência jhânica e discerne o modo como ela exemplifica os três sinais universais. Este processo é chamado *sammasanañana*, “conhecimento compreensivo”, e o jhana submetido a tal tratamento é chamado *sammasitajjhana*, “o jhana compreendido” (Vism. 607-11; PP.706-10). Apesar do jhana básico e o jhana compreendido serem frequentemente os mesmos, os dois não coincidem necessariamente. Um meditante não pode praticar compreensão em um jhana superior ao que ele é capaz de conseguir, mas aquele que usa um jhana superior como seu *padakajjhana* pode ainda praticar a compreensão do insight em um jhana inferior que ele tenha previamente conseguido e dominado. Essa diferença admitida entre o *padakajjhana* e o *sammasitajjhana* leva à teorias discrepantes sobre a concentração supramundana do nobre caminho, como veremos.

Enquanto que a sequência do treinamento adotada pelo meditante *samathayanika* é não-problemática, a abordagem *vipassanayanika* apresenta a dificuldade de contar com a concentração para prover a base para o insight. A concentração é necessária para ver e conhecer as coisas como elas são, mas sem a concentração de acesso ou jhana, qual a concentração que ele pode usar? A solução para este problema é encontrada em um tipo de concentração distinta das concentrações de acesso e de absorção pertencentes ao veículo da serenidade, chamada “concentração momentânea” (*khanika samadhi*). Apesar

de seu nome, a concentração momentânea não significa um simples momento de concentração no meio de uma corrente de pensamentos distraídos, mas uma concentração dinâmica que flui de objeto para objeto no sempre mutante fluxo dos fenômenos, mantendo um grau constante de intensidade e concentração suficientes para purificar a mente dos obstáculos. A concentração momentânea aparece no *samathayanika* simultaneamente com sua aquisição pós-jhânica do insight, mas para o *vipassanayanika*, ela se desenvolve natural e espontaneamente no decurso de sua prática de insight, sem que ele tenha que fixar a mente sobre um objeto exclusivo. Portanto, o seguidor do veículo do insight não omite a concentração completamente de seu treinamento, mas a desenvolve de uma maneira diferente de um praticante da serenidade. Sem obter o jhana, ele vai diretamente para contemplação dos cinco agregados, e, observando-os constantemente de momento a momento, adquire concentração momentânea como um acompanhamento de suas investigações. Esta concentração momentânea preenche a mesma função do jhana básico do veículo da serenidade, provendo o fundamento da clareza mental necessária para que o insight emergja.

Jhana supramundano

O ápice no desenvolvimento do insight é a aquisição dos quatro caminhos e frutos supramundanos. Cada caminho é um pico de experiência momentânea apreendendo diretamente o Nibbana e cortando fora permanentemente certas impurezas. Estas impurezas são geralmente agrupadas em um conjunto de dez “grilhões” (*samyojana*), que mantêm os seres acorrentados à roda de renascimentos. O primeiro caminho, chamado o caminho da “entrada na corrente” (*sotapatti*), pois marca a entrada na corrente do Dhamma, erradica os primeiros três grilhões – a visão falsa do self, a dúvida, e o apego a ritos e rituais. O discípulo que atingiu a entrada na corrente limitou seus nascimentos futuros a um máximo de sete, nos reinos felizes do humano e mundos celestes, após os quais atingirá a libertação final. Mas, um discípulo dedicado pode progredir a estágios ainda mais elevados na mesma vida na qual ele atinge a entrada na corrente, fazendo uma aspiração para o próximo caminho superior; e de novo empreendendo o desenvolvimento do insight com o objetivo de atingir aquele caminho.

O próximo caminho supramundano é aquele em que se retorna mais uma vez (*sakadagami*). Este caminho não erradica nenhum grilhão completamente, mas atenua enormemente os desejos sensuais e a má vontade. Aquele que retorna mais uma vez é assim chamado porque ele está perto de encerrar o sofrimento, após retornar a este mundo só uma vez mais. O terceiro caminho, que é o do que não retorna (*anagami*),

destrói totalmente o desejo sensual e a má vontade, enfraquecidas pelo caminho precedente. O que não retorna está seguro de que nunca mais renascerá na esfera dos sentidos novamente; se ele não penetrar mais alto, renascerá espontaneamente nas Moradas Puras e de lá atingirá o Nibbana final. O caminho mais alto, o caminho do *arahat*, erradica os restantes cinco grilhões – o desejo de existência nas esferas do material-sutil e do imaterial, o orgulho, a inquietude e a ignorância. O *arahat* completou o desenvolvimento do caminho inteiro ensinado pelo Buddha; ele atingiu o fim dos renascimentos e pode soltar seu “rugido de leão”: “O nascimento está destruído, a vida santa foi vivida, o que tinha de ser feito foi feito, não há nada mais para além disso”.

Cada caminho é seguido imediatamente pela experiência supramundana da fruição, que resulta do caminho; vem nos mesmos quatro estágios graduados, e compartilha o caráter do caminho transcendente ao mundo. Mas, enquanto o caminho desempenha a função ativa de cortar as impurezas, a fruição simplesmente experiencia a bem aventurança e a paz que resultam quando o caminho completou sua tarefa. Também, enquanto o caminho é limitado a um único momento de consciência, a fruição que segue imediatamente no caminho perdura por dois ou três momentos. E, enquanto cada um dos quatro caminhos ocorre só uma vez e não pode ser repetido, a fruição permanece acessível para o nobre discípulo no nível apropriado. Ele pode recorrer a ela como um estado meditativo especial chamado aquisição da fruição (*phalasamapatti*), com o objetivo de experienciar a bem aventurança nibbânica aqui e agora (Vism. 699-702; PP. 819-24).

Os caminhos e frutos supramundanos sempre aparecem como estados de consciência jhânica. Eles ocorrem como estados jhânicos porque eles contêm em si mesmos os fatores jhânicos elevados a uma intensidade correspondente àquela dos fatores jhânicos nos jhanas mundanos. Como eles possuem os fatores jhânicos, estes estados são capazes de se fixar sobre seu objeto com a força da absorção total. Daí em diante, tomando a força de absorção dos fatores jhânicos como critério, os caminhos e frutos podem ser considerados como pertencentes tanto ao primeiro, ao segundo, ao terceiro ou ao quarto jhana do esquema quádruplo, como ao primeiro, ao segundo, ao terceiro, ao quarto ou ao quinto jhana do esquema quádruplo.

A base para o reconhecimento de um tipo de jhana supramundano remete aos suttas, especialmente à seção do “O Grande Discurso sobre os Fundamentos da Consciência Atenta”, na qual o Buddha define a concentração correta do Nobre Caminho Óctuplo pela fórmula padrão para os quatros jhanas (D.ii, 313). Entretanto, é no Abhidhamma que a conexão entre os jhanas, os caminhos e os frutos vai ser trabalhada com grande tecitura de detalhes. O *Dhammasangani*, em sua seção sobre os estados de consciência, expõe cada um dos caminhos e estados de fruição de consciência como ocasiões, primeiro, de um ou outro dos quatro jhanas no esquema quádruplo, e então novamente como ocasiões de um ou outro dos cinco jhanas no esquema quádruplo (Dhs. 74-86). A exposição Abhidhâmmica padrão, conforme formalizada nos manuais sinóticos do *Abhidhamma*, emprega o esquema quádruplo, e traz cada um dos caminhos e frutos em conexão com cada um dos cinco jhanas. Nesse sentido, os oito tipos de consciência supramundana – a consciência do caminho e fruição da entrada na corrente, o que retorna, o que não retorna, e o estado de arahat – se ramificam em quarenta tipos de consciência supramundana, pois qualquer caminho ou fruto pode ocorrer no nível de qualquer dos cinco jhanas. Deve ser notado, entretanto, que não há caminhos e frutos conjugados com os níveis imateriais, e a razão é que o jhana supramundano é apresentado apenas do ponto de vista de sua constituição fatorial, a qual é idêntica para o nível imaterial e o quinto jhana - equanimidade e unifocamento.

O mais completo tratamento dos jhanas supramundanos na literatura canônica Páli pode ser encontrado no *Dhammasangani*, lido em conjunto com seu comentário, o *Atthasalini*. O *Dhammasangani* abre sua análise da primeira consciência saudável supramundana com as palavras:

Na ocasião em que alguém desenvolve o jhana supramundano, o qual é emancipador, levando à demolição (da existência), pelo abandono de visões, pelo alcance de primeiro plano, separado dos prazeres dos sentidos... entra-se e se permanece no primeiro jhana (Dhs.72).

O *Atthasalini* explica a palavra *lokuttara*, que temos traduzido por “supramundano”, como significando “atravessa o mundo, transcende o mundo,

permanece tendo ultrapassado e superado o mundo”. Ele comenta do seguinte modo a frase “alguém desenvolve jhana”: “Alguém desenvolve, produz, cultiva o jhana de absorção permanecendo por um simples momento do pensamento”. Este comentário nos mostra duas coisas sobre a consciência do caminho: que ela ocorre como um jhana no nível da absorção total, e que essa absorção do caminho permanece somente um simples momento do pensamento. A palavra “emancipar” (*niyyanika*) é explicada para significar que este jhana “sai” do mundo, da roda da existência; a frase “levando à demolição” (*apacayagami*) significa que ele demole e desmantela o processo de renascimento (Dhs.A.259).

Esta última frase aponta para uma notável diferença entre os jhanas mundanos e supramundanos. A exposição anterior do *Dhammasangani* começa assim: “na ocasião em que alguém desenvolve o *caminho do renascimento na esfera sutil...* ele entra e habita no primeiro Jhana [meu grifo em itálico]. Assim, com esta afirmação, o jhana mundano é mostrado como sustentando a roda dos renascimentos; é um kamma saudável levando à existência renovada. Mas, o jhana supramundano do caminho não promove a continuação da roda. Ao contrário, ele traz o desmantelamento e a demolição da roda, como o *Atthasalini* mostra com uma analogia ilustrativa:

Os estados saudáveis dos três planos são ditos levar à acumulação porque eles constroem e aumentam a morte e o renascimento na roda. Mas não isto. Tal como quando um homem construiu uma parede com dezoito pés de altura, um outro poderia pegar uma marreta e ir derrubando-a, assim isto vai demolindo e desmantelando as mortes e os renascimentos construídos pelos kammassaudáveis dos três planos, por trazer uma deficiência em suas condições. Assim ele leva à demolição 25.

O jhana supramundano diz-se ser cultivado “para abandonar as visões”. Esta frase aponta para a função do primeiro caminho, que é erradicar os grilhões. O jhana supramundano do primeiro caminho corta o grilhão da visão da personalidade e todas as visões especulativas delas derivadas. O *Atthasalini* salienta que aqui nós devemos

25 Dhs.A. 259. Ver *Expositor*, ii. 289-90.

entender que ele abandona não só visões incorretas, mas também outros estados não saudáveis, como a dúvida, o apego a ritos e rituais, e a ganância, o ódio e a delusão, fortes o bastante para conduzir ao plano da miséria. O comentário explica o “para atingir o primeiro plano” como significando alcançar o fruto da entrada na corrente.

Além destas, diversas outras diferenças entre o jhana mundano e supramundano podem ser brevemente notadas. Primeiro, com relação ao seu objeto, os jhanas mundanos têm como objeto uma entidade conceitual tal como o sinal de contrapartida dos kasinas ou, no caso das moradas divinas, seres sencientes. Ao contrário, para o jhana supramundano dos caminhos e frutos, o objeto é exclusivamente o Nibbana. Com relação ao seu tom predominante, no jhana mundano o elemento de serenidade prevalece, enquanto o jhana supramundano dos caminhos e frutos traz equilíbrio para a serenidade e o insight. A sabedoria está presente como visão correta, e a serenidade como concentração correta, ambos funcionando juntos em perfeita harmonia, nenhum excedendo ao outro.

Esta diferença em tons prevalecentes conduz à uma diferença de função ou atividade entre os dois tipos de jhana. Tanto o mundano como o supramundano são jhanas no sentido de atenção apurada (*upanijjhana*), mas no caso do jhana mundano esta atenção apurada leva meramente à absorção no objeto, uma absorção que pode suprimir as impurezas temporariamente. No Jhana supramundano, particularmente o dos quatro caminhos, a conjugação da atenção apurada com a sabedoria traz o exercício de quatro funções em um único momento. Estas quatro funções, cada uma se aplica à uma das Quatro Nobre Verdades. O caminho penetra a primeira nobre verdade através do entendimento completo do sofrimento; ele penetra a segunda nobre verdade através do abandono do desejo, a origem do sofrimento; ele penetra a terceira nobre verdade pela realização do Nibbana, a cessação do sofrimento; e ele penetra a quarta nobre verdade desenvolvendo o Nobre Caminho Óctuplo que leva ao fim do sofrimento. Buddhaghosa ilustra isso com a analogia de uma lamparina, que também desempenha quatro tarefas simultaneamente: ela queima o pavio, dissipa a escuridão, faz a luz aparecer e consome o óleo (Vism. 690; PP. 808).

O nível jhânico do caminho e fruto

Quando os caminhos e frutos estão ligados ao nível dos quatro ou cinco jhanas, a questão que se coloca é qual fator determina seu nível particular de intensidade jhânica. Em outras palavras, por que o caminho e fruto aparecem para um meditante ao nível do primeiro jhana, para outro ao nível do segundo jhana, e assim por diante? Os comentários

apresentam três teorias com respeito à determinação do nível jhânico do caminho, aparentemente derivando das linhagens de antigos mestres (Vism.666-67;PP.778-80. Dhs.A.271-74). O primeiro sustenta que é o jhana básico, isto é, o jhana usado como base para o insight conduzindo à emergência em imediata proximidade ao caminho, que governa a diferença no nível jhânico do caminho. Uma segunda teoria diz que a diferença é governada pelos agregados feitos objetos de insight na ocasião da emergência do insight. Uma terceira teoria sustenta que é a inclinação pessoal do meditante que governa a diferença.

De acordo com a primeira teoria, o caminho surgido em um mediante de insight direto, que não possui jhana, e o caminho surgido em alguém que possui uma aquisição de jhana, mas não o usa como uma base para o insight, e o caminho surgido pela compreensão das formações após emergir do primeiro Jhana, são todos caminhos do primeiro jhana apenas. Quando o caminho é produzido após emergir do segundo, terceiro, quarto e quinto jhanas (do sistema quártuplo), e usando estes como a base para insight, então o caminho pertence ao nível de jhana usado como uma base – o segundo, terceiro, quarto ou quinto. Para um meditante usando o jhana imaterial como base o caminho, será um caminho de quinto jhana. Assim, nesta primeira teoria, quando formações são compreendidas pelo insight após emergir de um jhana básico, então é a aquisição do jhana emergido do ponto mais próximo do caminho, isto é, exatamente antes do atingimento do insight levando à emergência, que faz o caminho similar, em natureza, à aquisição do jhana.

De acordo com a segunda teoria, o caminho que surge é similar em natureza aos estados que estão sendo compreendidos com insight no momento em que ocorre o insight levando à emergência. Assim, se o meditante, após emergir de uma aquisição meditativa, está compreendendo com insight os fenômenos da esfera dos sentidos, ou os constituintes do primeiro jhana, então o caminho produzido ocorrerá no nível do primeiro jhana. Nesta teoria, então, é o jhana compreendido (*sammasitajjhana*) que determina a qualidade jhânica do caminho. A única qualificação que deve ser adicionada é que um meditante não pode contemplar com insight um jhana superior ao que ele é capaz de atingir.

De acordo com a terceira teoria, o caminho ocorre no nível de qualquer jhana que o meditante queira - seja no nível de jhana que ele tenha usado como base para o insight, ou no nível do jhana que ele tenha feito como objeto de compreensão do insight. Em outras palavras, a qualidade jhânica do caminho concorda com sua inclinação pessoal. Entretanto, mero desejo apenas não é suficiente. Para que o caminho ocorra no nível jhânico desejado, o jhana mundano deve ter sido ou feito como base para o insight, ou usado como objeto de compreensão do insight.

A diferença entre as três teorias pode ser entendida através de um exemplo simples²⁶. Se um meditante atinge o caminho supramundano pela contemplação do primeiro jhana com insight, depois de emergir do quinto jhana, então de acordo com a primeira teoria seu caminho pertencerá ao quinto jhana, enquanto que, de acordo com a segunda teoria, pertencerá ao primeiro jhana. Assim, estas teorias são incompatíveis quando uma diferença prevalece entre o jhana básico e o jhana compreendido. Mas, de acordo com a terceira teoria, o caminho se torna o de qualquer jhana que o meditante queira, seja o primeiro ou o quinto. Portanto, esta doutrina necessariamente não se conflita com as outras duas.

O próprio Buddhaghosa não faz uma escolha entre estas três teorias. Ele apenas salienta que em todas as três doutrinas, sob suas discordâncias, há o reconhecimento de que o insight que imediatamente precede o caminho supramundano determina o caráter jhânico do caminho. Pois este insight é a causa próxima e principal para o aparecimento do caminho; assim sendo, quer seja ele o insight levando à emergência próxima do jhana básico, ou aquele ocorrendo através do jhana contemplativo ou aquele fixado pela vontade do meditante, em todos os casos é esta fase final do insight que dá a definição ao caminho supramundano. Como a fruição que ocorre imediatamente após o caminho tem uma constituição idêntica ao caminho, seu próprio jhana supramundano é determinado pelo caminho. Portanto, um caminho de primeiro jhana produz um fruto de primeiro jhana, e assim por diante, para os jhanas restantes.

²⁶ Dhs.A.274. Ver *Expositor*, ii.310.

O Jhana e os Nobres Discípulos

Todas as pessoas nobres, como vimos, adquirem o jhana supramundano junto com o atingimento dos caminhos e frutos nobres. Os nobres, em cada um dos quatro estágios da libertação, além disso, também têm acesso ao jhana supramundano dos seus respectivos frutos alcançados, desde o alcançado fruto da entrada-na-corrente até o alcançado fruto do arahato. Permanece o problema, no entanto, de até que ponto eles também desfrutam a posse do jhana mundano. Para responder a esta questão, vamos consultar uma antiga tipologia dos sete tipos de discípulos nobres, a qual fornece uma maneira psicologicamente mais orientada de classificar os oito indivíduos nobres. Um olhar sobre as explicações destes sete tipos nos permitirá ver a extensão das realizações jhânicas alcançadas pelos nobres discípulos. Nesta base, acederemos ao lugar que ocupa o jhana mundano na antiga visão budista sobre o arahat, o indivíduo perfeito.

Sete Tipos de Discípulos

A tipologia sétupla original é encontrada no *Kitagiri Sutta* do Majjhima Nikaya (M.i, 477-79), e é reformulada no *Puggalapaññatti* do Abhidhamma Pitaka. Esta tipologia classifica as pessoas nobres nos caminhos e frutos em sete tipos: [1] o devoto-de-fé, [2] o libertado pela fé, [3] a testemunha do corpo, [4] aquele libertado em ambas as maneiras, [5] o devoto-da-verdade, [6] o que atingiu o entendimento, e [7] o libertado pela sabedoria²⁷. Os sete tipos podem ser divididos em três grupos gerais, cada um definido pela predominância de uma faculdade espiritual particular. Os dois primeiros tipos são governados pela predominância da fé, os dois do meio pela predominância da concentração, e os últimos três pela predominância da sabedoria. Com relação a esta divisão, entretanto, certas qualificações terão de ser feitas, enquanto prosseguimos com o texto.

²⁷ [1] *Saddhanusari*, [2] *saddhvimutta*, [3] *kayasakkhi*, [4] *ubhatobhagavimutta*, [5] *dhammanusari*, [6] *ditthipatta*, e [7] *paññavimutta*.

[1] O *devoto-de-fé* é explicado no sutta da seguinte maneira:

Desta maneira, monges, uma pessoa não atingiu com seu próprio corpo (mental) aquelas libertações imateriais pacíficas que transcendem a forma material; nem teve suas impurezas destruídas, após ver com sabedoria²⁸. Mas, ele tem um certo grau de fé no Tathagata, um certo grau de devoção a ele, e tem estas qualidades: a faculdade da fé, da energia, da consciência atenta, da concentração, e da sabedoria. Esta pessoa, monges, é chamada de devoto-de-fé [M.i,479].

O *Puggalapaññatti* (p. 182) define o devoto-de-fé de um ângulo diferente; como um discípulo praticante pelo fruto de entrada na corrente, no qual a faculdade da fé é predominante, e que desenvolve a caminho nobre guiado pela fé. E adiciona que, quando ele está estabelecido no fruto, ele torna-se libertado pela fé. Embora o sutta exclua do equipamento do devoto-de-fé a expressão “níveis pacíficos imateriais”, isto é, os quatro jhanas imateriais, isto nada implica com relação à sua obtenção dos quatro jhanas mundanos inferiores. Parece que o devoto-de-fé pode já ter atingido qualquer dos jhanas sutis antes de alcançar o caminho, e pode também ser um praticante do puro insight desprovido do jhana mundano.

[2] O *libertado-pela-fé* é definido estrita e literalmente como o discípulo nobre nos seis níveis intermediários, do fruto de entrada-na-corrente ao caminho do arahato, que ainda não atingiu os jhanas imateriais e tem uma predominância da faculdade da fé.

O Buddha explica o *liberto-pela-fé* da seguinte maneira:

Desta maneira, monges, uma pessoa não atingiu com seu próprio corpo (mental) aquelas libertações imateriais pacíficas que transcendem a forma material; mas, tendo visto com sabedoria, teve algumas de suas impurezas destruídas, e sua fé no Tathagata está instalada, profundamente enraizada, bem estabelecida. Esta pessoa, monges, é chamada o liberto pela fé [M.i, 478].

28 Os câncros (*asava*) são quatro poderosas impurezas que sustentam o samsara: desejo sensual, desejo pela existência, visões equivocadas e ignorância.

Como no caso do devoto-de-fé, o liberto-pela-fé, embora não tendo os jhanas imateriais, pode ainda ser um conquistador dos quatro jhanas mundanos assim como um praticante do puro insight.

O *Puggalapaññatti* afirma (pp. 184-85) que a pessoa liberta-pela-fé é aquela que entende as Quatro Verdades Nobres, viu e verificou por meio da sabedoria os ensinamentos proclamados pelo Tathagata, e tendo visto com sabedoria, eliminou algumas de suas impurezas. No entanto, ele não o fez com a mesma facilidade que o *ditthipatta*, a pessoa com afinidade ao entendimento, cujo progresso é mais fácil devido à sua sabedoria superior. O fato de o liberado pela fé ter destruído algumas de suas impurezas implica que ele avançou além do primeiro caminho, mas não atingiu ainda o fruto final, o fruto do arahato²⁹.

[3] A *testemunha-do-corpo* é um nobre discípulo nos seis níveis intermediários, do fruto da entrada-na-corrente até o caminho da arahato, o qual tem a predominância da faculdade da concentração e pode obter os jhanas imateriais. O sutta explica:

E que pessoa, monges, é uma testemunha-do-corpo? Então, monges, alguém atingiu com seu próprio corpo (mental) aquelas libertações imateriais pacíficas que transcendem a forma material, e tendo visto com sabedoria, algumas de suas impurezas são destruídas. Esta pessoa, monges, é chamada uma testemunha-do-corpo [M.i, 478].

O *Puggalapaññatti* (p. 184) oferece uma pequena variação nesta formulação, substituindo “as oito libertações” (*atthavimokkha*) pela expressão do sutta “libertações imateriais pacíficas” (*santa vimokkha aruppa*). Estas oito libertações consistem em três conquistas meditativas pertencentes à esfera sutil (inclusa em todos os quatro jhanas inferiores), os quatro jhanas imateriais, e a cessação da percepção e da sensação (*saññavedayitanirodha*) – o último é uma conquista especial acessível apenas para os não-retornantes e arahats que tenham também dominado os oito *jhanas*³⁰. A afirmação

²⁹ O Visuddhimagga, entretanto, diz que os arahats, onde a fé é predominante, também podem ser chamados “libertos pela fé” (Vism. 659, PP. 770). Seu comentário salienta que essa afirmação é feita apenas de maneira figurativa, no sentido de que aqueles arahats atingem seus objetivos após terem sido libertos pela fé nos estágios intermediários. Literalmente, eles seriam “libertos pela sabedoria” (Vism.T.ii, 468).

do *Puggalapaññatti* não significa que a obtenção das oito libertações sejam necessárias para se tornar um testemunha-do-corpo, ou que a obtenção das três libertações inferiores seja suficiente. O que é tanto requisito como suficiente para qualificar-se como testemunha-do-corpo é a destruição parcial das impurezas junto com a obtenção de pelo menos o mais inferior dos jhanas imateriais. Assim, o testemunha-do-corpo torna-se quántuplo para aqueles que obtêm qualquer dos quatro jhanas imateriais e aquele que também obtém a cessação da percepção e da sensação.

[4] Aquele que é *liberto das duas maneiras* é um arahat que destruiu completamente as impurezas e possui os atingimentos imateriais. Os comentários explicam o nome “liberto das duas maneiras” com significando “através do atingimento imaterial ele é liberto do corpo material e através do caminho (do arahato) ele é liberto do corpo mental” (MA.ii, 131). O sutta define este tipo de discípulo assim:

E que pessoa, monges, é liberado das duas maneiras? Assim, monges, alguém atinge com seu próprio corpo (mental) aquelas libertações imateriais pacíficas que transcendem a forma material, e tendo visto com sabedoria, suas impurezas são destruídas. Esta pessoa, monges, é chamado liberto das duas maneiras [M.i, 477].

O *Puggalapaññatti* (p.184) dá basicamente a mesma fórmula, mas substitue “libertações imateriais” por “as oito libertações”. O mesmo principio de interpretação aplicado à testemunha-do-corpo aplica-se aqui: a obtenção de qualquer jhana imaterial, mesmo o mais inferior, é suficiente para qualificar uma pessoa como liberto-das-duas-maneiras. Como o comentário ao *Visuddhimagga* diz: “Aquele que atingiu o arahato após obter mesmo um [jhana imaterial] é liberto de ambas as maneiras” (Vism. T.ii, 466). Este tipo torna-se quántuplo por aqueles que obtêm o arahato depois de emergir de um ou outro dos quatro jhanas imateriais, e por aquele que obtém o arahato depois de emergir do atingimento da cessação (MA: iii, 131).

30 As primeiras três emancipações são: alguém possuindo forma material vê formas materiais; alguém não percebendo formas materiais internamente vê formas materiais externamente; e alguém é liberto da ideia do belo. Elas são entendidas como variações dos jhanas obtidos com as cores kasinas. Para a obtenção da cessação, veja PP. 824-833.

[5] O *devoto-à-verdade* é um discípulo no primeiro caminho, no qual a faculdade de sabedoria é predominante. O Buddha explica o devoto-à-verdade do seguinte modo:

Desta maneira, monges, uma pessoa não atingiu com seu próprio corpo (mental) aquelas libertações imateriais pacíficas que transcendem a forma material; nem, após ter visto com sabedoria, teve algumas de suas impurezas destruídas. Mas, os ensinamentos proclamados pelo Tathagata são aceitos por ele através de mera reflexão, e ele tem estas qualidades – as faculdades da fé, energia, consciência atenta, concentração e sabedoria. Esta pessoa, monges, é chamada de devoto-à-verdade [M.i, 479].

O *Puggalapaññatti* (p.185) define o devoto-à-verdade como alguém praticando para a realização do fruto da entrada-na-corrente, na qual a qualidade da sabedoria é predominante, e que desenvolve o caminho guiado pela sabedoria. E adiciona que, quando o devoto-à-verdade está estabelecido no fruto de entrada-na-corrente, ele torna-se alguém que está afeito ao entendimento, o sexto tipo. O sutta e o Abhidhamma novamente diferem com relação à ênfase, um acentuando a falta de jhanas imateriais, o outro a estatura ariana. Presumivelmente, ele pode ter qualquer dos quatro jhanas sutis ou ser um praticante do puro insight sem qualquer jhana mundano.

[6] *Aquele afeito ao entendimento* é um nobre discípulo nos seis níveis intermediários, que carece dos jhanas imateriais e tem uma predominância da faculdade da sabedoria. O Buddha explica:

E que pessoa, monges, é aquele afeito ao entendimento? Então, monges, alguém não alcançou com seu próprio corpo mental as libertações imateriais pacíficas que transcendem a forma material, mas tendo visto com sabedoria algumas de suas impurezas são destruídas, e os ensinamentos proclamados pelo Tathagata foram vistos e verificados por ele com sabedoria. Esta pessoa, monges, é chamada aquele afeito ao entendimento [M.i, 478].

O *Puggalapaññatti* (p.185) define aquele afeito ao entendimento como a pessoa que entende as Quatro Verdades Nobres, viu e verificou por meio da sabedoria os

ensinamentos proclamados pelo Tathagata, e tendo visto com sabedoria eliminou algumas de suas impurezas. Ele é então a “contrapartida da sabedoria” daquele libertado pela fé, mas progride mais facilmente do que o último devido à sabedoria mais aguçada. Como sua contrapartida, ele pode possuir qualquer dos quatro jhanas mundanos, ou pode ser um praticante do puro insight.

[7] *Aquele libertado pela sabedoria* é um arahat que não obtém os atingimentos imateriais. Nas palavras do sutta:

E que pessoa, monges, é aquela libertada pela sabedoria? Então, monges, alguém que não atingiu com seu próprio corpo (mental) aquelas libertações pacíficas imateriais que transcendem a forma material, mas tendo visto com sabedoria, suas impurezas são destruídas. Esta pessoa, monges, é chamada aquela libertada pela sabedoria [M.i, 477-78].

A definição do *Puggalapaññatti* (p.185) apenas substitue “libertações imateriais” por “as oito libertações”. Apesar destes arahats não alcançarem os jhanas imateriais, é perfeitamente possível para eles conseguirem os jhanas inferiores. O comentário ao sutta, de fato, afirma que aquele liberto pela sabedoria é quádruplo pelo modo do praticante do puro (seco)-insight e quádruplo para os que alcançam o arahato após emergirem dos quatro jhanas.

Deve-se notar que aquele liberto pela sabedoria é contraposto não com aquele liberto pela fé, mas com aquele liberto de ambas as maneiras. O que separa os dois tipos de arahats é a ausência ou posse dos quatro jhanas imateriais e a conquista da cessação. A pessoa liberta pela fé se encontra nos seis níveis intermediários de santidade, não no nível de arahat. Quando ele se torna arahat, faltando os jhanas imateriais, ele se torna aquele liberto pela sabedoria mesmo que a fé, em vez de sabedoria, seja sua faculdade predominante. Similarmente, um meditante com predominância da concentração que possui os atingimentos imateriais será ainda liberto das duas maneiras mesmo se sabedoria, em vez de concentração, esteja em primeiro entre suas capacidades espirituais, como foi o caso do venerável Sariputta.

Jhana e o Arahata

Do ponto de vista de sua estatura espiritual, os sete tipos de pessoas nobres podem ser divididos em três categorias. A primeira, que inclui o devoto-da-fé e o devoto-à-verdade, consiste naqueles no caminho da entrada-na-corrente, o primeiro dos oito indivíduos nobres. A segunda categoria, incluindo aquele libertado pela fé, a testemunhado-corpo e o afeito ao entendimento, consiste daqueles nos seis níveis intermediários, desde aquele que entra na corrente até o que entra no caminho do arahata. A terceira categoria, incluindo o libertado das duas maneiras e o libertado pela sabedoria, consiste apenas de arahats³¹.

O *ubhatobhagavimutta*, “aquele libertado em ambas maneiras”, e o *paññavimutta* “aquele libertado pela sabedoria”, formam os termos de uma tipologia dupla de arahats distintos com base em suas realizações dos jhanas. O arahata *ubhatobhagavimutta* experiencia em sua própria pessoa as “libertações pacíficas” da esfera imaterial; ao arahata *paññavimutta* falta esta plena experiência dos jhanas imateriais. Cada um destes dois tipos, segundo os comentários, novamente torna-se quintulo – o *ubhatobhagavimutta* pelo modo daqueles que possuem os quatro ascendentes jhanas imateriais e o atingimento da cessação, o *paññavimutta* pelo modo daqueles que atingem o arahata após emergirem de um dos quatro jhanas materiais-sutis, e o meditante do puro(seco)-insight cujo insight não tem o suporte do jhana mundano.

A possibilidade de atingir o caminho supramundano sem possuir o jhana mundano tem sido questionada por alguns estudiosos Theravada, mas o *Visuddhimagga* admite claramente esta possibilidade, quando distingue entre o caminho surgido no meditante do puro insight e o caminho surgido naquele que possui o jhana, mas não o usa para o insight (Vism. 666-67; PP.779). A evidência textual de que pode haver arahats sem o jhana mundano é encontrado no *Susima Sutta* (S.ii, 199-23) juntamente com seus comentários. Quando os monges no sutta são perguntados como eles podem ser arahats sem possuírem os poderes supramundanos ou os atingimentos imateriais, eles respondem: “Nós somos libertados pela sabedoria” (*paññavimutta kho mayam*). O comentário interpreta

31 Deve-se observar que o Kitagiri Sutta não menciona em sua tipologia o discípulo no primeiro caminho que ganha os jhanas imateriais. Vism. T. (ii, 466) afirma que ele deveria ser considerado ou um devoto-da-fé ou um devoto-à-verdade, e como fruição final seria aquele libertado das duas maneiras.

esta resposta desta maneira: “Nós somos contemplativos, meditantes do puro(seco)-insight, libertos pela sabedoria apenas” (*Mayam nijjhanaka sukkhavipassaka paññamatten’eva vimutta ti*, SA.ii, 117). O comentário também afirma que o Buddha deu sua longa dissertação sobre o insight no sutta “para mostrar o surgimento do conhecimento mesmo sem concentração” (*vina pi samadhimevam ñanuppattidassanattham*, SA.ii, 117). O subcomentário esclarece esta questão pela explicação de que “mesmo sem concentração” significa “mesmo sem concentração anteriormente conseguida alcançando o marco da serenidade” (*samathalakkhanappattam purimasiddhamvina pi samadhin ti*), acrescentando que isto é dito em referência àquele que faz do insight seu veículo (ST.ii, 125).

Em contraste aos arahats *paññavimutta*, aqueles arahats que são *ubhatobhagavimutta* gozam de uma libertação dupla. Através de sua maestria sobre os atingimentos sem-forma, eles são libertos do corpo material (*rupakaya*), capazes de permanecer nesta vida em meditações correspondentes aos planos imateriais de existência; através de suas conquistas do arahato eles são libertos do corpo mental (*namakaya*), presentemente livres de todas as impurezas e seguros da emancipação final do futuro vir-a-ser. Os arahats *paññavimutta* apenas possuem a segunda destas duas libertações.

A libertação dupla do arahat *ubhatobhagavimutta* não deve ser confundida com outra libertação dupla frequentemente mencionada nos suttas em conexão com o arahato. Este segundo par de libertações, chamado *cetovimutti paññavimutti*, “libertação da mente, libertação pela sabedoria”, é compartilhado por todos os arahats. Isto aparece na passagem que descreve o arahato: “Com a destruição dos câncros ele aqui e agora entra e permanece na libertação da mente, libertação pela sabedoria sem câncros,, tendo realizado isto por si mesmo com conhecimento direto”. Que esta libertação dupla pertence aos arahats *paññavimutta*, assim como àqueles que são *ubhatobhagavimutta*, é esclarecido pelo *Putta Sutta*, onde uma passagem é usada para dois tipos de arahats chamados “recluso do lótus branco” e “recluso do lótus vermelho”:

Como, monges, é uma pessoa reclusa do lótus branco (*samanapundarika*)?

Aqui, monges, com a destruição das impurezas, um monge, aqui e agora,

entra e permanece na libertação da mente desprovida de impurezas, libertação pela sabedoria, tendo realizado-o para si mesmo com conhecimento direto. Ainda assim, ele não permanece experienciando as oito libertações com seu corpo. Assim, monges, uma pessoa é um recluso do lótus branco.

E como, monges, é uma pessoa reclusa do lótus vermelho (*samanapaduma*)? Aqui, monges, com a destruição das impurezas, um monge aqui e agora entra e permanece na libertação da mente desprovida de impurezas, libertação pela sabedoria, tendo realizado-o para si mesmo, com conhecimento direto. E ele permanece experienciando as oito libertações com seu corpo. Assim, monges, uma pessoa é um recluso do lótus vermelho [A.ii, 87].

Uma vez que a descrição destes dois tipos coincide com aquela do *paññavimutta* e *ubhatobhagavimutta*, os dois pares podem ser identificados, o recluso do lótus branco com o *paññavimutta*, o recluso do lótus vermelho com o *ubhatobhagavimutta*. No entanto, o arahat *paññavimutta*, embora não possua a experiência das oito libertações, ainda tem ambas libertação da mente e libertação pela sabedoria.

Quando libertação da mente e libertação pela sabedoria estão juntas e descritas como “desprovidas de câncros” (*anasava*), elas podem ser consideradas como indicadores de dois aspectos da libertação do arahat. Libertação da mente significa o alívio da cobiça de sua mente e seus malefícios associados; a libertação pela sabedoria significa o alívio da ignorância: “Com o desaparecimento da luxúria, há a libertação da mente; com o desaparecimento da ignorância há libertação pela sabedoria” (A.i, 61). “Na medida em que assim ele vê e entende, assim sua mente é liberta da impureza do desejo sensual, da impureza da existência, da impureza da ignorância” (M.i, 183-84) - aqui o alívio das duas primeiras impurezas pode ser entendido como a libertação da mente, o alívio da impureza da ignorância como libertação pela sabedoria. Nos comentários “libertação da mente” é identificado com o fator concentração na fruição do atingimento do arahato; a o alívio “libertação pela sabedoria” com o fator sabedoria.

Uma vez que cada arahat atinge o arahato através do Nobre Caminho Óctuplo, ele deve ter conseguido alcançar o jhana supramundano na forma da concentração correta, o oitavo fator do caminho, definidos como os quatro jhanas. Este jhana permanece com ele como a concentração na fruição do atingimento do arahato, que ocorre no nível do jhana supramundano correspondendo àquele de seu caminho. Assim, ele sempre permanece de posse de no mínimo o jhana supramundano da fruição, chamado de “libertação da mente desprovida de impurezas”. No entretanto, esta consideração não se refere a seus alcançamentos mundanos, requerendo que cada arahat possua o jhana mundano.

Apesar do Budismo antigo reconhecer a possibilidade do arahato de pura visão, prevalece a atitude de que ainda assim, jhanas são atributos desejáveis num arahat. São de valor não apenas antes do atingimento derradeiro, com uma base para o insight, mas mantêm seu valor mesmo depois. O valor do jhana no estágio do arahato, quando todo o treinamento espiritual foi completado, é duplo. Um se refere à experiência interior do arahat, o outro seu valor externo como um representante do ensinamento do Buddha.

No aspecto da experiência interior, os jhanas são valorizados por prover o arahat com um “estado abençoado aqui e agora” (*ditthadhammasukhavihara*). Os suttas frequentemente mostram arahats alcançando o jhana, e o próprio Buddha declara os quatro jhanas como sendo figurativamente um tipo de Nibbana nesta vida presente (A.iv. 453-54). Com relação a níveis e fatores não há diferença entre os jhanas mundanos de um arahat e aqueles de um não-arahat. A diferença se refere às suas funções. Para não-arahats os jhanas mundanos constituem kamma saudável; eles são ações com potencial para produzir resultados, para precipitar o renascimento num reino de existência correspondente. Mas no caso do arahat, o jhana não produz kamma. Uma vez que ele erradicou a ignorância e a cobiça, as raízes do kamma, suas ações não deixam resíduos; elas não têm a capacidade de gerar resultados. Para ele a consciência jhânica é meramente uma consciência funcional que vem e vai, e uma vez ido desaparece sem nenhum vestígio.

O valor dos jhanas, no entanto, estende-se para além dos confinamentos da experiência pessoal do arahat, para testemunhar a eficácia dos ensinamentos do Buddha. Os jhanas são vistos como ornamentos do arahat, testemunhos da realização de uma

pessoa espiritualmente perfeita, e da eficácia dos ensinamentos que ele segue. Um monge de valor é capaz de “conseguir quando desejar, sem problema ou dificuldade, os quatro jhanas relacionados à consciência superior, um abençoado permanecer aqui e agora”. Esta habilidade de conseguir os jhanas quando quiser é uma “qualidade que torna um monge um ancião”. Quando acompanhada de diversas outras conquistas espirituais é uma qualidade essencial do “recluso grato à reclusão”, e de um monge que pode mover-se sem obstruções nas quatro direções. Ter pronto acesso aos quatro jhanas faz um ancião querido e agradável, respeitado e estimado pelos seus colegas monges. Facilidade em conseguir os jhanas é uma das oito qualidades de um monge inteiramente inspirador (*samantapasadika bhikkhu*), perfeito em todos os aspectos; é também uma das onze fundações da fé (*saddha pada*). É significativo que em todas estas listas de qualidades, o último item é sempre o alcançamento do arahato, “a libertação da mente sem impurezas, libertação pela sabedoria”, mostrando que todas as qualidades desejáveis em um bhikkhu culminam no arahato³².

Quanto maior o grau de maestria sobre os atingimentos meditativos, maior é a estima na qual o monge arahato é colocado, e mais merecedor de elogio suas conquistas são consideradas. Assim, o Buddha diz do arahat *ubhatobhagavimutta*: “Não há libertação, mais alta e mais excelente que esta libertação nas duas maneiras” (D.ii, 71).

O mais alto respeito vai para aqueles monges que possuem não apenas a libertação nas duas maneiras, mas também os seis *abhiññas* ou “super-conhecimentos”: o exercício de poderes psíquicos, o ouvido divino, a habilidade de ler as mentes dos outros, a lembrança de vidas passadas, o conhecimento da morte e renascimento dos seres, e o conhecimento da libertação final. O Buddha declara que um monge possuidor dos seis *abhiññas* é merecedor de presentes e hospitalidade, merecedor de oferendas e saudações reverenciosas, um supremo campo de méritos para o mundo (A.iii, 280-81). No período após a morte do Buddha, o que qualificava um monge a guiar outros era sua posse de dez qualidades: virtude moral, aprendizado, contentamento, maestria sobre os quatro jhanas, os cinco *abhiññas* mundanos e a conquista da libertação da mente desprovida de impurezas, a libertação pela sabedoria (M.iii, 11-12). Talvez seja porque foi exaltado pelo Buddha por sua facilidade nos alcançamentos meditativos e nos *abhiññas*, que o

32 As referências são: A.ii, 23; iii,131, 135, 114; iv, 314-15; v.337.

venerável Mahakassapa assumiu a presidência o primeiro grande Conselho Budista conduzido em Rajagaha depois da morte do Buddha.

A graduação na veneração dada aos arahats com base em suas conquistas espirituais mundanas implica algo a respeito do sistema de valores nos primórdios do Budismo, que frequentemente não é reconhecido. Ele sugere que apesar de a libertação final poder ser o último e mais importante valor, ela não é o único valor no domínio espiritual. Juntamente com ela, como adornos em vez de alternativas, se coloca a maestria sobre a extensão da mente e a maestria sobre a esfera do cognoscível. A primeira é conseguida pela conquista dos oito jhanas mundanos, e a segunda pela conquista dos *abhiññas*. Juntas, a libertação final adornada com esta dupla maestria é valorizada como a mais alta e mais desejada maneira de realizar o objetivo último.

Sobre o Autor

Mahatera Henepola Gunaratana foi ordenado monge budista em Kandy, Sri Lanka, em 1947, e recebeu sua educação no Vidyalankara College e no Buddhist Missionary College, em Colombo. Trabalhou por cinco anos como missionário budista com os Harijans (os Intocáveis) na Índia, e por dez anos no Buddhist Missionary Society, em Kuala Lumpur, Malásia. Em 1968, veio para os Estados Unidos para servir como secretário geral do Buddhist Vihara Society, no Washington Buddhist Vihara. Em 1980, foi eleito presidente da referida Sociedade. Recebeu o PhD do American University, e desde 1973 é o Capelão budista da American University. Atualmente é diretor do Bhavana Meditation Centre em West Virginia, no Shenandoah Valley, a 100 milhas de Washington, D.C.

