

UM ENSAIO SOBRE A
ÉTICA E O YOGA

© 2018 – Carlos Alberto Tinoco
**Um Ensaio sobre a
Ética e o Yoga**
Carlos Alberto Tinoco

Todos os direitos desta edição reservados à
CONHECIMENTO EDITORIAL LTDA.
Rua Prof. Paulo Chaves, 276 - Vila Teixeira Marques
CEP 13485-150 – Limeira – SP
Fone/Fax: 19 3451-5440
www.edconhecimento.com.br
vendas@edconhecimento.com.br

Nos termos da lei que resguarda os direitos autorais, é proibida a reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio – eletrônico ou mecânico, inclusive por processos xerográficos, de fotocópia e de gravação – sem permissão por escrito do editor.

Projeto gráfico: Sérgio Carvalho
Ilustração da capa: Banco de imagens

ISBN 978-85-7618-437-9
1ª Edição – 2018

- Impresso no Brasil • Presita en Brazilo
- Produzido no departamento gráfico da
CONHECIMENTO EDITORIAL LTDA

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Angélica Ilacqua CRB-8/7057

Tinoco, Carlos Alberto
Um ensaio sobre a ética e o yoga; Carlos Alberto
Tinoco : Limeira, SP : Editora do Conhecimento,
2018.
114 p.

ISBN 978-85-7618-437-9

1. Ética 2. Ioga 3. Filosofia oriental I. Título

18-0671

CDD – 181.45

Índices para catálogo sistemático:
1. Filosofia oriental 181.45

Carlos Alberto Tinoco

UM ENSAIO SOBRE A ÉTICA E O YOGA

1ª edição
2018



Obras de Carlos Alberto Tinoco editadas pela Editora do Conhecimento:

- Estados Diferenciados de Consciência e Mediunidade – 2010
 - Poltergeist – 2013
 - O Modelo Organizador Biológico – 2015
- Bases Neurofisiológicas das Experiências Místicas – 2017

A data após o título se refere ao lançamento.

Gaiatry Mantra

ॐ भूर्भुवस्वः ।
तत् सवितुर्वरेण्यं ।
भर्गो देवस्य धीमहि ।
धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

Om bhūr bhuva svar
tat savitur varenyam
bhargo devasya dhimahi
dhiyo yo nah prachodayāt

Om, Terra, ar, éter,
Pensemos naquele ardor desejável
do deus Savita; que ele possa
impulsionar os nossos pensamentos
(*Rig-Veda*, III, 62, 10)

Sumário

Prefácio.....	9
Apresentação.....	13
Parte 1 – Ética no Ocidente	15
1.1 Primórdios do pensamento europeu.....	15
1.2 Os pilares do Ocidente	16
1.3 O que é o mito?	22
1.4 As civilizações míticas – a Índia.....	25
1.5 Filosofia e Ética	38
1.6 Ética e Moral	42
1.7 Ética entre os estoicos.....	49
1.8 Ética e Moral – Diferenças	70
Parte 2 – Ética no Hinduísmo e no Yoga	75
2.1 Sanatana Dharma	75
2.2 O <i>Yoga Sutra</i> de Patanjali.....	104
2.3 Ética nos <i>Yoga Sutra</i>	106
2.4 Ética no Tantrismo.....	108

Prefácio

Acompanho o desenvolvimento da obra do Prof. Tinoco há muito tempo, pois comungamos de uma paixão comum o “Yoga”. Nestes últimos anos o Prof. Tinoco tem dedicado sua vida a estudar, pesquisar e escrever a respeito dos textos clássicos do Yoga e disciplinas afins com uma dedicação fora do comum, resultando em uma respeitável produção literária. Agradeço, portanto o convite do nobre amigo para prefaciá-la esta obra que discute a Ética e o Yoga.

Por coincidência ou sincronicidade, enquanto eu fazia uma primeira leitura do original deste livro e refletia a respeito do assunto, assisti a uma palestra de um lama do budismo tibetano que resumiu a ética de uma forma simples, clara e direta: “ética é você não fazer mal a você e nem aos outros”.

Neste mesmo caminho, a ética ou filosofia do bem, aponta para uma perspectiva existencial pautada numa visão sistêmica na qual se busca uma conduta de auto respeito, respeito ao próximo e ao meio em que se vive. É a arte de viver buscando a sua felicidade sem prejudicar a felicidade dos demais e nem o meio ambiente. Reflexões que encontram eco na afirmação de Aristóteles de que “o bem é a finalidade de todas as coisas”.

Na atualidade o entendimento a respeito da conduta ética fica naturalmente ampliado com a evolução das neurociências, o conhecimento a respeito da neuroplasticidade e os recursos das técnicas de imageamento cerebral, pois temos claro que o que pensamos repetidamente altera a estrutura e a funcionalidade no nosso cérebro, afetando assim também o nosso comportamento.

Neste contexto das neurociências nada mais atual do que o texto bíblico que cita que a pessoa pode pecar por “pensamentos, palavras e obras”. Isto significa que a ética não se restringe ao comportamento, mas também ao pensamento. O pensamento ético pode ser facilitado e desenvolvido através do trabalho meditativo. A meditação é a base do Yoga e de acordo com Patanjali, no clássico Yoga Sutra, o processo meditativo proporciona autoconhecimento, harmonia e equilíbrio psicocemocional. Estes fatores são essenciais para a geração de pensamentos assertivos e éticos.

Os budistas, por sua vez, utilizam a meditação ancorada na compaixão, a qual está suportada por inúmeras pesquisas nas quais já se tem o mapeamento preciso das regiões cerebrais estimuladas por esta prática. Ética, compaixão e altruísmo caminham de mãos dadas e são a base para uma sociedade mais humanizada, fraterna e igualitária. No contexto desta visão social o filósofo Richard Rorty define ética como “fazer o nosso melhor, solidariamente, para alcançar um mundo melhor”.

Nas tradições clássicas do oriente a palavra Dharma, que em sua forma ampla significa aproximadamente o princípio que rege o universo, já em uma visão mais pontual e circunscrita, numa alusão aos princípios éticos pode ser entendida a partir da visão do outro como a extensão de si mesmo. Em unísono com este entendimento pode-se citar o clássico Bhagavad Gita, no qual o Dharma se refere a qualidade essencial de todo ser humano que é a de prestar serviço, de ser empático e estar disponível para o outro.

No Yoga, especificamente no Yoga Sutra, a ética se apresenta claramente nos Yamas e Nyamas que são basicamente as abstenções e as observâncias que regem a prática do Yoga e orientam a vida do iniciado. Nestas há uma visão integrada entre as instâncias de pensamento, palavras e ações externas. Esta percepção a respeito do efeito do pensamento está na base do desenvolvimento das técnicas contemplativas e antecipam o que vamos descortinando hoje com as descobertas neurocientíficas.

Concluo este breve prefácio parabenizando o autor e convidando o leitor a viajar pelo desenvolvimento da ética e perceber que os conceitos ocidentais a partir deste olhar se aproxi-

mam muito da visão oriental de desenvolvimento humano e transposição da dualidade. Na sequência o leitor vai poder percorrer os conceitos e desdobramentos da ética no hinduísmo e no Yoga. E no último porto o autor nos apresenta os princípios do Tantra que ampliam a concepção ética a partir da inclusão da corporalidade, que neste viés está pareada com a psicologia somática. O tantra, que valoriza e reverencia o feminino, inclui também a sacralização da sexualidade, que vem a ser nesta visão a expressão plena da espiritualidade e o caminho para a transcendência.

Prof. Dr. Gilberto Gaertner
Psicólogo e Professor da Universidade Positivo e PUCPR

Apresentação

Faltava um livro em português que abordasse a Ética do Yoga, ou Ética e Yoga. Neste pequeno ensaio, será abordado o tema especificado.

Primeiramente, será feita uma incursão na ética do Ocidente, nos pilares da cultura ocidental, no mito, nas civilizações míticas como a Índia, na filosofia e na ética, na ética e na moral, distinguindo-as, e sobre a ética entre os filósofos estoicos.

Na parte II, será abordado algo sobre a “Religião Eterna”, ou Sanatana Dharma. Em seguida, veremos sobre os *Yoga Sutra* de Patanjali, sábio que teria vivido entre 200 a.C. e 200 d.C. Ele teria sido o autor dos *Yoga Sutra*, o livro básico sobre o Yoga, ou Raja Yoga.

Outro tema que será abordado é a ética nos *Yoga Sutra* e no Tantrismo Kaula, as suas diferenças e semelhanças. Veremos que se trata de dois sistemas de ética e de moral muito diferentes.

Aqui, a ética será abordada como uma ciência, destacada da filosofia, como o foi a psicologia e outras ciências. Será feita uma distinção entre ética e moral.

No tópico “Ética entre os Estoicos” será abordado o pensamento de quatro filósofos dessa escola: Epiteto, Sêneca, Marco Aurélio Antonino Augusto e Marco Túlio Cícero.

Entretanto, o que vale destacar é a Parte II, onde veremos dados sobre Ética e Yoga, título deste livro.

Carlos Alberto Tinoco
yogatatva@yahoo.com.br
www.carlostinoco.blogspot.com
Curitiba, outono de 2017

Parte 1 – Ética no Ocidente

1.1 Primórdios do pensamento europeu

As raízes mais antigas do pensamento europeu se encontram nos poetas gregos antigos, como Homero e Hesíodo. Na literatura ocidental existem três tipos de poesia: a épica, a lírica e o drama. Enquanto desapareciam na Grécia Antiga os cantos da épica, surgia a lírica, e quando esta se extinguiu, surgia o drama.

A origem da épica grega está envolvida na obscuridade dos tempos pré-históricos, e a obra mais antiga que se conhece da épica grega são os poemas homéricos *Ilíada* e *Odisseia*. A diferença mais acentuada entre a épica grega e a lírica que dela se originou está no fato de que, na lírica, os poetas nos apresentam as suas individualidades. O Ocidente nasceu dos mitos e dos deuses encontrados nos antigos poetas gregos já referidos. Mais tarde, entre os séculos VII a.C. e VI a.C., os deuses foram desaparecendo lentamente, com o surgimento da filosofia e da lógica dos gregos. Esse assunto será tratado posteriormente.

As raízes da ética no Ocidente também se encontram em Homero. Ser bom ou ser virtuoso, para ele, significava ser de modo perfeito aquilo que se é e que se poderia ser. Portanto, isso nos leva à felicidade e ao útil, embora não sejam virtudes que guiem o ser humano à bondade.

São três os impulsos motores da ação humana que se pode identificar com as máximas de virtude: a) o impulso em direção àquilo que é útil; b) a procura da felicidade; c) desenvolvimento da capacidade individual. Esses três estímulos foram abordados por Sócrates nas suas reflexões sobre a moral, interpretan-

do-os ao seu modo. Esse filósofo representa o ponto de inflexão do pensamento da moral antiga e clássica para o do pós-clássico helenístico.

O “freio”, ou aquilo que se opõe à moral, apareceu desde tempos remotos. Mas o que seria esse freio se não o fato de que os seres humanos se opõem ao instinto? Os antigos gregos procuraram deter os impulsos, sobretudo aqueles de origem inconsciente (embora este ainda não fosse conhecido pelos gregos), através da razão. A filosofia socrática tinha por maior objetivo encontrar o bem, fato que veio a influenciar Platão e Aristóteles. Sócrates procurou durante toda a sua vida criar uma ciência dos valores absolutos, universais. Para ele, a virtude era o Bem. Esse seria o principal universal buscado por Sócrates. Mas o que é o Bem? A honra e a glória só têm valor quando outorgadas pelos justos! Mas o que são os justos? Justo é aquele homem que procura o bem.

Quem dava sustentação à fala de Sócrates era o seu “daimon”, um espírito particular que o ajudava a pensar. Ele era aquele elemento moral a quem se deu aqui o nome de “freio”. Sócrates tinha fé absoluta no significado de uma ação gerada pelo bem.

Outros filósofos gregos que escreveram sobre a ética foram Platão e Aristóteles, dois fundadores do pensamento ocidental. A ética de Platão está expressa ao longo do seu famoso livro *A República*. A ética de Aristóteles está expressa principalmente no seu livro *Ética a Nicômaco*. Ambos abordaram o problema do bem, uma herança de Sócrates.

Nada diremos sobre os chamados filósofos pré-socráticos, que viveram por volta dos séculos VIII a.C. e VI a.C. Eles eram metafísicos, como Parmênides e Heráclito, dentre outros. Desse, restaram apenas fragmentos de textos.

1.2 Os pilares do Ocidente

Sobre quais elementos se apoiam o pensamento ocidental? Quais são os pilares sobre os quais se apoiam o Ocidente? Quando se examinam as grandes ideias que existem no Ocidente, é possível perceber distingui-los. São eles:

1 – Monoteísmo judaico-cristão. Todo o mundo ocidental

se desenvolveu em torno de conceitos cristãos, que, por sua vez, se basearam no judaísmo. O cristianismo primitivo era uma forma de judaísmo, uma vez que Jesus era judeu. Daí se falar em monoteísmo judaico-cristão.

A maioria dos movimentos e das escolas de arte que se desenvolveram no Ocidente, desde a Antiguidade, passando pela Idade Média e pela Idade Moderna, abordou temas ligados de alguma forma ao cristianismo. As telas de pintores renascentistas refletem muito bem o que estamos dizendo. Vejam-se os trabalhos dos seguintes pintores:

- Andrea del Sarto
- Andrea del Verrocchio
- Andrea Mantegna
- Antonello da Messina
- Antoniazio Romano
- Antonio Pollaiuolo
- Bartolomeo Carducci
- Bartolomeo Montagna
- Benedetto Ghirlandaio
- Benvenuto Tisi
- Bernardino Butinone
- Bernardino Campi
- Bernardino Zenale
- Bernardo Castello
- Biagio d’Antonio
- Boccaccio Boccaccino
- Cesare da Sesto
- Cherubino Alberti
- Cosimo Rosselli
- Davide Ghirlandaio
- Defendente Ferrari
- Domenico Ghirlandaio
- Domenico Passignano
- Domenico Veneziano
- Filippino Lippi
- Fiorenzo di Lorenzo
- Fra Angelico
- Fra Bartolommeo

- Francesco Botticini
- Francesco Melzi
- Francesco Squarcione
- Giambattista Moroni
- Giorgio Vasari
- Giorgione
- Giotto
- Giovanni Ambrogio Figino
- Giovanni da Udine
- Giovanni Francesco Bembo
- Girolamo da Carpi
- Girolamo Muziano
- Girolamo Savoldo
- Giulio Campagnola
- Giulio Clovio
- Giulio Romano
- Jacopo da Ponte
- Lavinia Fontana
- Leonardo da Vinci
- Lorenzo Costa
- Luca Cambiasi
- Marco d’Oggiono
- Matteo Perez d’Aleccio
- Melozzo da Forlì
- Michelangelo
- Moretto da Brescia
- Palma Vecchio
- Paolo Uccello
- Piero della Francesca
- Pietro Perugino
- Pinturicchio
- Polidoro de Caravaggio
- Rafael Sanzio
- Ridolfo Ghirlandaio
- Sandro Botticelli
- Ticiano
- Tintoretto
- Veronese

PINTORES RENASCENTISTAS ESPANHÓIS

- Alonso Berruguete
- El Greco
- Pedro Berruguete

PINTORES RENASCENTISTAS PORTUGUESES

- Francisco de Holanda
- Jorge Afonso
- Nuno Gonçalves
- Vasco Fernandes

PINTORES RENASCENTISTAS FLAMENGOS

- Pieter Bruegel
- Pieter Huys

PINTORES RENASCENTISTAS FRANCESES

- François Clouet
- Toussaint Dubreuil

PINTORES RENASCENTISTAS ALEMÃES

- Matthias Grünewald

Todos eles se notabilizaram por suas telas extraordinárias, mostrando cenas do cristianismo. Além disso, vale citar a monumental arte barroca, suas igrejas e seus pintores. Dentre os principais pintores barrocos, destacam-se Velázquez, Caravaggio, Rembrandt, Rubens, Georges de La Tour, Anthony van Dyck, Poussin, os irmãos Le Nain e Vermeer.

O cristianismo possibilitou o aparecimento de um número incalculável de obras de arte, sejam pinturas, esculturas, construções, literatura e filosofia, que se espalham por todo o mundo. Não seria errado afirmar que o cristianismo é uma espécie de “pai” do Ocidente.

Os principais pintores modernos são classificados por escolas e países. Vale destacar o famoso pintor contemporâneo Salvador Dali, que pintou belas telas sobre o cristianismo. Destaquemos também as igrejas barrocas de todo o mundo, em especial as brasileiras, construídas por Aleijadinho, em Minas Gerais.

2 – A organização estatal greco-romana. A concepção de que o poder político emana do povo é uma construção grega, ou seja, a Democracia. Essa ideia nasceu na Grécia antiga, no

século V a. C. O sistema democrático contrasta com outras formas de governo em que o poder é detido por uma pessoa – como em uma monarquia absoluta – ou em que o poder é mantido por um pequeno número de indivíduos – como em uma oligarquia.

Por outro lado, a ideia de que cada ser humano tem direito a defesa surgiu no Império Romano, principalmente o do Oriente, com o surgimento do *Corpus Juris Civilis* – ou *Corpus Iuris Civilis* (em português *Corpo de Direito Civil*). Obra jurídica fundamental, o *Corpus Juris Civilis* foi publicado entre os anos 529 e 534 por ordem do imperador bizantino Justiniano I, que, dentro de seu projeto de unificar e expandir o Império Bizantino, constatou ser indispensável criar uma legislação congruente e que tivesse capacidade de atender às demandas e aos litígios vivenciados à época. Por esses motivos, foi publicado o *Corpus Juris Civilis*, designado assim pelo romanista francês Dionísio Godofredo, em 1583.



Fonte: http://pt.wikipedia.org/wiki/Corpus_Juris_Civilis