



Inspirações psicanalíticas: Sidarta Gautama

Patrícia Lins de Paula

Psicanalista

Antes de Sidarta Gautama iniciar a vida monge e virar Buda, ele era um príncipe. Seu pai, o rei Shudodhana, excessivamente protetor e cuidadoso, não queria que ele tivesse acesso ao sofrimento, pobreza, doença, morte ou qualquer forma de privação.

Todas as mazelas sociais eram escondidas dele, mas um dia ele conseguiu escapar do palácio e viu a vida como ela é: a velhice, a necessidade, a decrepitude, a enfermidade. E começou a pensar sobre o por que de tudo isso existir, e chegou à conclusão de que a vida é sofrimento.

Ele repudiava essa forma de viver. Porém, acreditava num ciclo de renascimento e morte: o suicídio, portanto, não seria uma opção, pois renasceria e retornaria à vida que é sofrimento, do mesmo jeito. Então, decidiu entrar na vida religiosa, iniciando sua vida como monge.

Ingressou em vários grupos, nos quais aprendeu as técnicas de Yoga e pôde passar para outros níveis de meditação, até que um dia ele chegou ao nirvana – felicidade absoluta, fim do sofrimento existencial -. Mas quando cessava a meditação, ele continuava a experimentar os sofrimentos da vida.



Chegou a se submeter a rotinas extremas de jejum e autoflagício, mas depois de muitas reflexões viu que não poderia seguir nenhum dos extremos, e optou por seguir o caminho do meio – não ia martirizar mais seu corpo para purificar sua alma -. O caminho do meio, para Sidarta, é um caminho de moderação e distancia entre a autoindulgência e a morte para alcançar o nirvana. Para ele, o desejo causa o sofrimento e a renuncia ao desejo liberta do sofrimento (total desapego).

Para a Psicanálise, é justamente a renúncia (ao desejo, ao instinto) que gera mal-estar e conflito psíquico. Em “O mal-estar na cultura (1930)”, Freud aponta “a neurose como o resultado de uma luta entre o interesse de autopreservação e as exigências da libido”, mas que, por outro lado, “a renúncia aos instintos (imposta a nós de fora, do meio) cria a consciência, a qual, então, exige mais renúncias instintivas”.

Buda atingiu então a autoiluminação, e com sua experiência ele criou o Dharma – o conjunto de ensinamentos para sair do ciclo de renascimento e morte e atingir a felicidade plena -.