

ESPIRITUALIDADE DE VITRINE: Budismo, Hinduísmo, Estoicismo e Cristianismo em Tempos Líquidos

Submeter-me ao outro acreditando que assim garanto minha salvação e a dele é tão ridículo quanto achar que me torno um ser humano melhor porque me afastei do culto às coisas por um dia ou outro de minha existência praticando caridade e meditação.

Bruna Milene Ferreira*

Data de Submissão 19 nov. 2025.

Data de Aprovação 20 dez. 2025.

A modernidade é capaz de corroer qualquer tentativa genuína de cultivo da espiritualidade. Entendamos, primeiramente, como ela tem sido abordada na História da Civilização como deitada em solo árido, como a busca do indivíduo pela conciliação com o sagrado, no intuito de promover vida e morte revestidas de sentido.

Crer que a existência terrena não é a nossa única experiência reconforta mediante à realidade crua e ácida ao redor. O mundo se assemelha a um calabouço, uma prisão íngreme que nos torna cativos diariamente. O cotidiano nos massacra com a sua repetição e parece que caminhamos para o não ser demasiadamente apegados às coisas, como se jamais fossemos desaparecer um dia.

Por essa razão, as religiões, doutrinas e filosofias passaram a roubar a cena com sua promessa de alívio frente às agruras deste mundo. Mas, sua prática sempre exigiu esforço, renúncia e resignação. O que não parece

* Filósofa formada pela UFG. Professora no Centro Universitário Alfredo Nasser.

combinar com a incapacidade de esforçar-se e abrir mão da materialidade em nossa Era.

A Internet está abarrotada de celebridades e até reles mortais que se denominam budistas apenas pelo fato de fazerem retiros, meditação, contratar gurus (que transam com suas discípulas) e realizar leituras que lhes oferece pílulas contra a ira e a soberba. No entanto, ironicamente os mesmos que consomem este budismo light são os que deterioram relacionamentos com sua violência e petulância. Assim como contribuem para tornar o mundo um lugar ainda pior do que parece ser.

Enquanto o budismo autêntico defende a ascese, os budistas de vitrine usam drogas (Zen Budismo ou Maconheiro Zen?) para anestesiar a realidade. Fazem do dinheiro e das posses sua conquista mais celebrada. Isso é o que chamamos de acender uma vela para Siddhartha e outra para o Capital, não faz sentido. Buda deixou casta e família, após se confrontar com a miséria humana nas ruas, ao sair da bolha em que vivia no Palácio. Deixou para trás a família, os vínculos afetivos e uma herança invejável para meditar nas montanhas confrontando seu corpo e sua mente com a abstinência da dependência emocional e material.

Quem de nós é capaz de tamanha façanha...Desapegar-se, por acaso, é fazer jejum de dopamina e tentar convencer a si mesmo de que consome menos? “Doei minha bolsa Louis Vuitton para o abrigo”. Isso engana a quem? Os “budistas” do ocidente (que desapegam, mas só um pouco) desfilam em seus carros importados, fazem viagens internacionais e brindam sua “iluminação” em restaurantes luxuosos, certos de que são superiores a todos, porque monopolizam as discussões em mesa de bar acerca de como venceu o mundo ao internalizar os ensinamentos de Siddhartha Gautama.

É inviável ser budista servindo aos prazeres mundanos. É, no mínimo, patético. Não dá para negociar. Ou se vive uma existência modesta ou o que resta é o exibicionismo de péssimo gosto de um budismo apodrecido e hipócrita nas redes sociais. O espelho do narcisismo mais arraigado: “sou do bem” (que medo de gente assim!), moderno, desprendido, vejam minhas postagens: lugares paradisíacos, monumentos, cursos sobre como ser (parecer) legal,

reflexões acerca da espiritualidade regadas a muito vinho importado, comida sofisticada e usura de todo tipo. E tudo atualizado no Instagram com seus 10 milhões de seguidores. O que Narciso pensaria a respeito. Quanto absurdo. Temos hoje o budismo narcisista! Deve ser mesmo sinal do fim dos tempos.

Mentira deslavada! O budismo em sua essência é categórico! Ascese (desapego) é renúncia, abandono do prazer, do que as coisas emanam e da dependência emocional. Chega de blefe! Não dá para negociar com o mundo. Ou você abandona o Palácio como fez Siddhartha ou permanece um cretino incapaz de se livrar de sua escravidão. Se for incapaz desista de se denominar budista porque não é para você! Vá procurar o psicólogo da moda: garantia de desalento zero. Ser budista passa bem longe disso.

Será que alguém mostrou para essa gente que a Roda de Sansara menciona a reencarnação como a possibilidade de encarar o sofrimento neste vale de lágrimas que é o plano material? Neste caso, a única possibilidade é a dor, afastando-se completamente dos “jantares inteligentes” que versam sobre o Japamala novo ou a viagem para a Tailândia. Quem vê o mundo como um parque de diversões jamais entenderá nada sobre a Roda do Desespero.

Além disso, há quem, do alto da sua tolice, se denomine hinduísta porque é descolado, curte mantras e “estudou” a respeito em sua vida de internauta ou na grande desgraça que é a autoajuda. É impossível seguir estes ensinamentos no mundo ocidental. Não se pode separar as crenças hinduístas da sociedade que instituiu as castas e de uma cultura na qual apenas os privilegiados poderiam se beneficiar do auxílio dos deuses. Brasileiros crendo em Krishna ou Ganesha e tão ridículo quanto indianos se convertendo ao cristianismo. Será mesmo que o “brasileiro hindu” é politeísta? Os deuses da mitologia hinduísta poderão ouvi-lo? Pelo andar da carruagem que atropela a todos, penso que logo surgirão aqueles que em nosso solo tupiniquim irão adorar as vacas ou não sairão de casa se verem, logo pela manhã, uma tartaruga (afinal, isso não é auspicioso como se diz na Índia...).

Tudo isso nos leva ao sincretismo religioso: uma bagunça só. Lembra o Frankenstein de Mary Shelley. Uma mistura de crenças que torna a espiritualidade inócua. Afinal, como crer, simultaneamente, em propostas tão

distantes umas das outras? Ou no fundo quem coleciona crenças na verdade em nada crê? A espiritualidade séria não pode se transformar em uma colcha de retalhos. Muitos de nós deseja que a crença seja como um cardápio, no qual escolhemos o que nos agrada. Ao contrário, crer consiste em não ter garantias de que seu Deus servirá aos seus interesses. Pior que isso é se dizer leitor assíduo e praticante do Bhagavad Gita, cujos ensinamentos parecem tão distantes da prática da nossa velha e boa hipocrisia.

Entre os grandes ensinamentos da obra estão: “Conhece a paz quem esqueceu o desejo de sentir prazer” e “Amo aquele que não tem preconceitos, é justo, imparcial, confidente, livre de toda ânsia e nunca desespera”. Não é por nada, mas a maioria das pessoas que se dizem simpatizantes do hinduísmo são aquelas que mais se encontram mergulhadas no prazer proporcionado pelas drogas e pelo sexo. Além disso, se mostram preconceituosas e nem um pouco justas ou imparciais. Eis as contradições de quem coloca o Bhagavad Gita na cabeceira e vive intensamente tudo o que ele condena. Essa gente deseja se mostrar culta e livre por manter uma “crença” advinda do oriente, mas não passam de farsantes. O que os indianos diriam deles?

Muita gente se considera superior por “crer” em uma divindade Hindu. Descrito como uma criança que tocava flauta de maneira encantadora, capaz também de matar vários demônios Krishna, segundo a mitologia, em sua vida adulta travou diversas batalhas, matando uma legião de guerreiros, cujas origens eram demoníacas. Casou-se com uma infinidade de princesas e expandiu seu império. Representa para a cultura da Índia um Deus-Criança, Brincalhão, Modelo de Amante e Herói Divino. Os “hinduístas” ocidentais creem mesmo nestas narrativas?

Tentar crer em algo do tipo é estar fadado a não praticar os ensinamentos. É como uma contradição lógica. São narrativas que só fazem sentido para os filhos da terra. Os que nasceram no berço politeísta dos deuses antropomorfizados. Para os pseudohindus, resta somente comprar uma camiseta de Ganesha na feira da cidade turística. Afinal, a Indústria Cultural engole tudo, até a simbologia das crenças pagãs.

Adorno e Horkheimer, no século XX, analisaram os impactos do Capitalismo sobre as Artes e a Religiosidade. Tudo parece estar à venda. As pessoas ostentam adereços artísticos e religiosos como se o simbolismo fosse suficiente para obter certos conhecimentos ou professar a sua fé. Todavia, sabe-se que aquisições feitas em lojas de decoração, como se faz com um objeto qualquer, jamais representará o saber ou a espiritualidade autêntica.

Após a industrialização da cultura na modernidade não ficou pedra sobre pedra. Tudo se banalizou. O funk se apropria de Mozart, Frida Kahlo passa a encarnar o feminismo, Buda se curva a uma versão soft de si mesmo e o estoicismo passa a se limitar ao domínio da liberação de dopamina. Absurdo!

A modernidade com seu progresso tecnológico acreditou um dia ter dominado o mundo! Ledo engano! Na contramão das tecnologias lá vamos nós nutrindo a ilusão, segundo a qual avançamos também em outras vertentes. Ao contrário, arte e crença foram submetidas a um profundo esvaziamento. Não há compromisso genuíno. Se a arte é sofisticada e exige de nós um entendimento rebuscado optamos por frequentar a Exposição das “obras de Van Gogh” no Shopping Center. Se a espiritualidade clama por recolhimento e contrição, preferimos cultos festivos e a oração do Pai Nosso gravada como se fosse um amuleto em pulseiras e colares. Assim é mais fácil, o ritual já está pronto, dispensa dobrar os joelhos e apresentar a pequenez humana diante do sagrado.

E viva mais uma vez o Capital! Com seu dom de colocar tudo na vitrine, atribuir preço e superficialidade ao liberar os humanos de qualquer esforço. Basta escolher a mercadoria e passar no crédito. A réplica da Guernica, o Santo, Shiva, Buda...ao gosto do freguês. Exponha na estante de casa e tudo estará resolvido, sem súplicas ou uma compreensão autêntica, o que dá trabalho. Os modernos são avessos aos suplícios. Almejam conforto e uma boa descarga de dopamina.

Na Cultura Hindu, Ganesha é retratado como o removedor de obstáculos. Proporciona sucesso e fartura. Prima pelo intelecto, e pela sabedoria, sendo igualmente chefe do exército celestial. Na Índia se mostra bastante popular por ser visto nas portas das casas como sinônimo de proteção. Sua imagem é constituída pela união de elementos humanos e de animais: uma grande barriga,

quatro braços e a cabeça de elefante com uma só presa, montado em um rato. Habitualmente aparece com uma perna levantada e curvada por cima da outra. Quando no Ocidente alguém deseja declarar-se seguidor deste deus, logo se apressa para afirmar que atribui a ele seu sucesso e fortuna. Resta saber se o que os indianos entendem por sabedoria combina com a nossa servidão ao Capitalismo. Novamente, mergulhamos no horror que habita a tentativa frustrada de aproximar nossa conduta materialista das crenças que caminham na contramão disso. Convenhamos: aqui por essas bandas o Dinheiro é que parece ser o deus mais venerado: seja feita então a sua vontade.

Como se não bastassem o Budismo e o Hinduísmo de vitrine, exibidos nas estantes e no Instagram com sua vasta propaganda e prática zero, surge em nosso tempo o Estoicismo mais esdrúxulo já presenciado. Os executivos do Vale do Silício, com seus chinelos e estilo “despojado” decidiram “ressuscitar” o Estoicismo como estilo alternativo de vida misturado aos milhões que arrecadam em suas empresas. Apple, Google e Facebook são algumas delas. Seus empreendedores e “colaboradores” decidiram em um belo dia que ser estoico é não ter residência fixa, meditar, fumar maconha, usar ácido, ser vegetariano e fazer “jejum” de dopamina (usando drogas?). E isso desde os tempos do senhor Steve Jobs. Usem à vontade suas drogas e desafiem a produção de dopamina. Só não queiram convencer a humanidade de que isso é Estoicismo.

Tudo isso pode até nos colocar diante da seguinte indagação: quais são as razões, segundo as quais o estoicismo hoje parece seduzir especialmente as classes mais favorecidas? Sêneca na obra *Sobre a brevidade da vida* afirma que por mais que a existência pareça curta, é suficientemente longa desde que o indivíduo não a desperdice com luxos desnecessários. Além disso, para este pensador o sucesso conquistado neste mundo se mostra ilusório frente à condição humana que caminha na direção das perdas e da morte como corolário do que fazemos na Terra. É possível dizer, pois, que vivenciamos o que se chama na filosofia como a “constante estoica”, ou seja, este tipo de pensamento antigo ainda ecoa entre nós como ensinamentos providos de sentido.

A possibilidade da administração adequada do tempo talvez seja de longe, o que mais apreciamos nos estoicos, visto que na contemporaneidade os acontecimentos parecem escapar aceleradamente das nossas mãos, o que

torna a vida dolorosa por não experimentarmos o que passa diante de nós, com o mínimo de profundidade. Por este motivo vivenciar o presente se torna um grande desafio. Exatamente porque o tempo é o que mais se afasta da possibilidade de controle. Nada controlamos, mas nos colocamos diante da falsa ideia de que podemos exercer certo controle sobre o presente. Falso. Mesmo o tempo presente se modifica a cada segundo e acaba se transformando no que não esperávamos. A autoajuda barateia o discurso estoico na tentativa de nos levar a crer que ao menos o hoje controlamos. Sêneca e Marco Aurélio versaram sobre o contrário. Para eles, a vida parece curta exatamente pelo fato de que somos atropelados pelas circunstâncias e, no fim das contas, chegamos à maturidade com um sabor amargo na boca por concluir que a existência passou sem que a maioria se desse conta disso.

Marco Aurélio ainda na esteira da discussão sobre a importância de promover certo “afastamento” do luxo chega a mencionar que as roupas utilizadas pelos nobres da época, no fundo, não passavam de um tecido comum com tintas misturadas, a fim de aparentarem certo requinte. Não possuindo grande valor. Resta refletir sobre se o grande imperador e Sêneca, o senador, vivenciaram com franqueza este tipo de desapego.

O estoicismo romano tentou praticar, o que se defendia na versão grega antiga desta filosofia, trazendo para o Império uma proposta que favorecesse algum equilíbrio na vida ocupada pelo poder e a fortuna. No entanto, é lamentável que tenham cedido à hipocrisia, afinal, imperadores e políticos romanos, até mesmo os que se afirmaram como estoicos, jamais resistiram ao que criticaram. Poder, influência, dinheiro e uma existência hedonista sempre os atraíram, irresistivelmente.

Talvez apenas duas pautas do estoicismo romano pareçam fazer um pouco mais de sentido por se mostrarem “aplicáveis” a qualquer classe social em qualquer tempo: a importância de modificar as crenças e comportamentos negativos (a terapia cognitivo-comportamental jamais assumiu que esta ideia foi emprestada) que tanto produzem sofrimento a muitas pessoas e a máxima de Marco Aurélio sobre estar preparado para lidar com os tolos, os mentirosos e os traidores que tanto se mostram presentes em nosso cotidiano. Fora disso, temos

apenas um estoicismo que nunca resolveu a questão do luxo e dos excessos em Roma.

Grande parte das pessoas têm acesso apenas ao estoicismo romano que emana das classes superiores e parece impraticável para quem se cercava por requinte e súditos. Daí a urgência de conhecer as origens, muito mais coerentes, do estoicismo grego, onde tudo começou com Zenão de Cítio no século III a.C. Sua proposta central consiste em exercer a *Ataraxia*: a ausência de mal-estar físico e mental, também chamada de imperturbabilidade.

Mas, o que isso significa? É aqui que os contemporâneos patinam ao tentarem seguir esta filosofia. Para ela, desapegar-se é deixar para trás família, posses e vaidade de qualquer natureza. Prova disso é que Zenão fundou a sua escola em um Pórtico chamado Stoa formada apenas por colunas que sustentavam um telhado para representar a simplicidade de sua vida e daqueles que frequentavam o lugar. Até mesmo as vestes eram humildes, no intuito de cobrir a nudez e nada além disso. As multidões também deveriam ser evitadas e a vida urbana desprezada como aquilo que fomenta a vaidade e a ambição humana. Nada de aplausos, palco ou soberba. O Estoicismo em sua origem, antes de ser corrompido por Roma, repudiava a vida pública (a política) e o acúmulo de posses.

Nem mesmo a versão original do estoicismo parece praticável em nossos dias. Exemplifico: esta proposta se dedicava à Amizade como virtude essencial para cultivar a prática da Filosofia. A paixão e o amor não tinham valor por tornarem os indivíduos escravos uns dos outros. Os estoicos ficaram populares por não utilizar jargões técnicos como Platão e Aristóteles. Contudo, há reservas sobre a possibilidade da grande maioria se mostrar disposta a praticar o afastamento do amar ou apaixonar-se. Especialmente em nosso país: tão “afetuoso”, “emotivo” e mergulhado nos prazeres.

Por isso, a massa prefere crer que ser estoico é doar sangue, fazer caridade ou comprar menos. É muito mais conveniente achar quer ser estoico é isso...Uma vez que pouquíssimos são os que se aproximam de um Zenão de Cítio: duro, árido, chocante em seu realismo. Preferimos continuar sub-repticiamente vivendo nossa boa vida sem jamais conseguir encarnar a vida boa

estoica. Não. O estoicismo é mais exigente. Ou você abandona tudo ou nada feito, sem subterfúgios. Os seguidores de Zenão deixavam casa, família e ofício para se dedicarem a uma vida modesta amparada pela ética e pela filosofia. Bem difícil exigir isso de um moderno...não é mesmo?

Desaguamos agora no cristianismo, para fechar o ciclo das crenças de vitrine. Em tempos de entrega completa da alma para o Instagram só resta perceber que nem mesmo os ensinamentos de Jesus Cristo escapam à falta de esforços das pessoas quanto a professar uma fé longe da tentação de parecer perfeito em tudo nas redes sociais.

Aqui me limitarei a refletir sobre dois pilares cristãos. A salvação e a humildade (que deveria conduzir a ela). Os soberbos se exaltam a todo o tempo e insistem em discutir “humildade”. Desprezam os outros por se considerarem justos. Não passam de adúlteros que por jejuarem ou pagarem o dízimo se consideram dignos de estarem ao lado de Deus.

Ofendem suas mulheres com violência psicológica (e, muitas vezes, até física) como se fossem posse sua e, por isso, tendo cada um de seus passos vigiados. Dirigem a elas palavras que as diminuem, impedindo-as de expressar sua visão de mundo. Apenas eles parecem dignos da razão, sempre certos, perspicazes, coerentes. Forjam uma existência digna de exemplo, mas nos bastidores afundam nos vícios e na violência.

A vitrine do Instagram monta uma história invejável. “Bons livros”, viagens, vida social agitada, as melhores marcas, carros, condomínios, academia, “caridade”, filhos nas escolas da moda, família orgulhosa de seus laços, amigos para toda a vida, casamentos distantes das turbulências. E a vida real? Como anda...

Até mesmo ter depressão virou uma moeda bastante preciosa nas redes. Fica a indagação... Como um deprimido (que deveria estar preso a uma cama contando seus últimos dias) vive se mostrando na internet, conduzindo o público a assistir ao seu “choro e sofrimento”? Quanta estupidez! Alguém que padece das doenças da alma está em condições psicológicas de se exhibir diante das câmeras? Muitos deles se exercitam, exibem suas roupas luxuosas e entoam

discursos para transformar a depressão em uma espécie de masturbação na frente das telas. Pessoas assim não convencem nem a si mesmas.

Alguém poderia neste momento me acusar de cruel, sem compaixão ou piedade. Tudo bem. O problema é que quem de fato sofre não mostra em demasia uma dor que parece um troféu erguido. Quem sangra de verdade vive no mundo real tentando equilibrar seu sofrimento legítimo com as responsabilidades cotidianas. Vivemos tempos nos quais muitos são os que exibem seus diagnósticos como se fossem conquistas ou desculpas para se isentarem de certos esforços e sacrifícios que a vida exige. Até mesmo a doença mental virou exibição e pretexto para que não se façam exigências. Onde está mesmo aqui a humildade e a resignação cristã?

“Ó Deus, tende piedade de mim, que sou pecador!”. Esta é a verdadeira bússola para se pensar as virtudes cristãs que parecem cada vez mais impraticáveis no mundo moderno. Na vitrine do Instagram todos têm seus deuses. Mas, quem pratica (no mundo de pedra como o nosso) o amor ao outro, a famigerada humildade, a benevolência ou a paciência? Quem afinal, é minimamente digno da salvação? O que realiza os rituais cristãos ou quem parece destinado à perdição? Vaidade das vaidades! De um lado quem acredita piamente cuidar dia após dia da sua salvação (boa parte faz marketing disso no nosso irresistível Insta...). Do outro lado o que parece perdido por não atirar na cara das pessoas sua “intimidade” com Deus...

Façam suas apostas: dos dois casos quem agradaria mais a Deus? Vivemos o tempo da proibição da tristeza. Quem se deprime é convidado a comparecer frente ao público para justificar o tempo todo a sua melancolia. É exigido dele fazer uma propaganda convincente da sua dor. Até Cristo se entristeceu na cruz e sofreu com a morte de seu amigo Lázaro! Ainda assim, a tristeza nos parece vetada, proibida. Viva, então, o mundo do sucesso e da vitória em que todos vencem e os deprimidos nas redes parecem uma caricatura em uma sociedade que precisa brilhar sempre.

Um dia, quem sabe, nas portas do céu ou no abismo do inferno poderemos, finalmente, responder pela hipocrisia na qual sustentamos toda uma vida...Quem curte Buda ou Shiva poderia esperar também pela Salvação?

Talvez a iluminação e o discernimento já bastem... Pouco importa, em um ponto somos unânimes: não interessa se há ou não um depois da Terra. Crenças sólidas é que se mostram cada vez mais raras. Então, sejam bem-vindos ao mundo do luxo e da vida feliz no Instagram nosso de cada dia. E mesmo para os que dizem repudiar as redes temos um recado: exaltem seus deuses, vivenciem seu estoicismo de Tiktok. Só não me venham com papo de Salvação. Esta é dura, o caminho é íngreme e você não a obterá só porque acha que seu “sofrimento” neste mundo deve ser reconhecido. Por favor, seja menos covarde...