



**UNIVERSIDADE CATÓLICA PORTUGUESA  
FACULDADE DE TEOLOGIA  
Instituto Universitário de Ciências Religiosas**

**MESTRADO EM CIÊNCIAS RELIGIOSAS  
Especialização: Ética Teológica**

**PAULO JORGE TORRES BORGES**

## **Cuidados de Saúde e Práticas Hindus**

**Dissertação Final**

**sob orientação de:**

**Prof. Doutor Peter Stilwell**

**Lisboa  
2012**

*“Não é mau cair, quando a mão encontra um diamante”.*

Provérbio hindu



Este símbolo é a sílaba sagrada, constituída por três caracteres sânscritos, correspondentes, no alfabeto ocidental, às letras A-U-M, que se pronuncia numa única emissão de som, como se tratasse de OM. Graficamente é um *yantra*, mas quando se pronuncia é um *mantra*. Este símbolo representa o som divino que antecede o próprio início de toda a criação. Também, simboliza a tríade hindu – Trimurti: o Princípio da Criação (Brahmâ), o Princípio da Conservação (Viçnu) e o Princípio da Renovação (Xiva). Esta triforma representa uma unidade onde está presente a essencialidade da existência, no sentido cíclico da criação, manutenção e transformação: terra, água e fogo. Nos estados meditativos corresponde à ligação dos três estados: corpo, mente e alma (Vários, Religiões, História, textos, tradições 2006, 38).

## Índice

<b>Introdução geral</b> .....	5
<b>Introdução ao hinduísmo</b> .....	6
1. As castas .....	11
2. Os Vedas .....	14
3. Os pilares da mentalidade hindu: <i>karman, sãsâra, dharma, yoga e moksha</i> .....	16
4. Os sacerdotes .....	19
5. Ritos de passagem ( <i>sãskãras</i> ) .....	20
6. Vida, saúde, doença, morte e luto .....	28
7. Sofrimento .....	32
8. Salvação – para além da vida terrena .....	32
<i>As principais divindades</i> .....	35
<i>A expressão da fé</i> .....	37
<i>O culto</i> .....	38
<i>As festas e celebrações</i> .....	39
9. Hindus em Portugal .....	40
10. Relacionamento da assistência espiritual e religiosa na prestação dos cuidados de saúde e seu enquadramento legal .....	40
<b>Abordagem temática por áreas da saúde</b> .....	45
1. O início da vida .....	45
a. Mãe e família .....	45
b. Cuidados e rituais durante a gravidez .....	47
c. Cuidados e rituais no pós-parto .....	47

d. A criança .....	48
e. Aborto .....	49
2. Doença ao longo da vida .....	50
a. Corpo e sua integridade: transfusões e transplantes .....	51
b. Alimentação .....	51
3. Acompanhamento religioso em ambiente hospitalar .....	52
<i>Devoção pessoal e objetos religiosos</i> .....	53
4. Acompanhamento do moribundo e rituais fúnebres .....	54
Morte numa família hindu, na Índia .....	56
O ritual <i>satî</i> .....	62
Rituais fúnebres de hindus, no Ocidente .....	63
5. Casos limite: eutanásia, distanásia, suicídio, autópsia .....	66
6. Conclusão .....	67
7. Glossário .....	68
8. Bibliografia .....	73

## **Introdução geral**

Esta dissertação tem como tema principal “*Cuidados de Saúde e Práticas Hindus*” e insere-se no contexto do Mestrado em Ciências Religiosas, especialização em Ética Teológica organizado pela Faculdade de Teologia da Universidade Católica Portuguesa, para assistentes espirituais do Serviço de Assistência Espiritual e Religiosa (SAER), tradicionalmente designados como capelães hospitalares do Serviço Nacional de Saúde (SNS).

Um dos principais objetivos deste trabalho é, conjuntamente com alguns colegas de mestrado que se debruçaram sobre outras tradições religiosas, elaborar um manual prático no sentido de dotar os profissionais de saúde, que lidam diretamente com os pacientes, de conhecimentos e competências espirituais e religiosas para que possam satisfazer algumas das necessidades humanas fundamentais, consagradas na Declaração Universal dos Direitos Humanos (Nações Unidas 1948, artº. 2, 3 e 29).

Neste sentido, tivemos como finalidade primordial abordar os assuntos que dizem respeito à pessoa e seus possíveis pontos de contato ao nível dos cuidados a ter em saúde, tais como crenças e rituais, comportamentos e fundamentos éticos, bem como convicções culturais, filosóficas, morais e religiosas sobre o início da vida e a maternidade, procuraremos elucidar as concepções que possuem ao nível da saúde, sofrimento, doença, morte, luto e seus respetivos rituais fúnebres.

Com isto, pretendemos propor linhas orientadoras que protejam essas convicções e, ao mesmo tempo, salvaguardar os princípios matriciais e fundadores da bioética como a autonomia, a beneficência, a não-maleficência, a justiça, a vulnerabilidade, favorecendo uma plataforma de comunicação autêntica e adequada entre profissionais de saúde e pacientes.

Apresentamos também, alguns dos casos limite para aclarar como essas condutas e crenças se cruzam com os procedimentos clínicos, assim como as questões éticas que se levantam nos casos de suicídio e na autópsia.

Quero aqui deixar expresso o meu profundo reconhecimento ao Professor Doutor Luís Filipe Thomaz pela amabilidade que me concedeu em consultar a sua vastíssima biblioteca pessoal e agradecer os seus preciosos contributos na correção dos termos em sânscritos usados neste trabalho, tal como nas indicações a respeito da história do hinduísmo.

## **Introdução ao hinduísmo**

Pretendo apresentar uma breve abordagem histórica do hinduísmo no sentido de termos uma visão abrangente dessa cultura ancestral. Assim sendo, não é primordial intenção deste trabalho esgotar exaustivamente esse específico assunto, mas fornecer dados essenciais que sirvam de pano de fundo aos temas desenvolvidos na segunda parte, sobre as áreas da saúde e da doença ao longo da vida.

Huston Smith afirma que *“a religião viva começa com a busca pelo sentido e valor das coisas para além do egocentrismo, chamando a pessoa à aventura mais importante da sua vida: viajar pelas selvas, picos e desertos do espírito humano”*. (Smith 2007, 41).

Com muita frequência compara-se o hinduísmo a um enorme guarda-chuva, onde abrigam-se as mais variadas tradições religiosas existentes no subcontinente indiano desde os primórdios da história.

Quando caracterizamos uma civilização, necessariamente estamos a falar do sedentarismo de um povo que se fixou por um longo período de tempo numa determinada região. Em relação às raízes da tradição hindu podemos identificá-las nas culturas da civilização do vale do Indo e na indo-europeia, onde cada uma delas contribuiu para o desenvolvimento das tradições religiosas que se transformaram no que hoje conhecemos por hinduísmo.

No vale do Indo, onde hoje se situa o Paquistão e parte do Afeganistão, foi descoberta uma civilização composta por várias cidades e cidadelas, sendo as duas principais Mohenjo Daro e Harapa, cidade esta que veio a dar o nome à civilização conhecida por harapiana, destruída por volta de 1900 a. C., cuja origem remonta ao período do neolítico, cerca de sete mil anos atrás.

Os vestígios arqueológicos dessa avançada civilização foram descobertos em variadíssimos lugares, cobrindo uma área que vai desde a parte superior do rio Ganges a leste, até à atual fronteira iraniana a oeste, e para sul até à costa do Guzerate. (Shattuck 2008, 18).

Essa civilização tinha cidades muito bem organizadas com sofisticados sistemas de abastecimento de água, bem como barreiras para a drenagem do degelo do Himalaia e

planeamento da estrutura dos edifícios em quadrados e retângulos. As casas possuíam esgotos e grandes poços que devem ter servido como zonas centrais de banho. Os enormes armazéns sugerem uma economia baseada no cultivo e comércio de cereais que estabeleciam com a Mesopotâmia. Dos variadíssimos artefatos arqueológicos podemos salientar numerosas estatuetas em terracota representando uma mulher de ancas largas, seios proeminentes e um complicado turbante. Os especialistas especulam que esta imagem possa ser a de uma deusa associada à fertilidade humana e agrícola. Também foram encontrados selos de barro com escrita pictográfica composta por mais de 400 símbolos, que ainda não foi decifrada. (Boivin 1996, 7-9).

Não se pode precisar bem a data de nascimento do hinduísmo, apenas sabemos que a palavra 'hinduísmo' só começa a ser usada em português, já com o sentido que hoje lhe atribuímos, no século XVI por Garcia de Orta, derivando em última análise do nome do rio Indo que em sânscrito se diz *Sindhu* e na língua persa se pronuncia *hindu*.

O rio Indo nasce no Tibet e recebe no seu trajeto vários afluentes que descem do Himalaia formando uma espécie de delta invertido. Outro importante rio é o Ganges, que corre ao longo do Himalaia, juntamente com o grande afluente Brahmaputra, que desce do Tibet, formando o delta de Bengala. Dentro da vasta planície indo-gangética, o clima é de tipo tropical-seco no vale do Indo, propiciando o cultivo dos cereais de sequeiro como a cevada e o trigo, ao passo que no vale do Ganges é de tipo tropical-húmido, predominando a cultura do arroz.

Para conhecermos como se formou a civilização indiana temos de ter em conta dois povos, a saber: os arianos e os drávidas. A civilização dravídica era matriarcal, ligada à terra, adorando divindades femininas, chegando mesmo a praticar a prostituição sagrada; a civilização do Vale do Indo, que floresce entre 2300 a. C. e cerca de 1750 a. C., parece ser essencialmente dravídica. A civilização ariana, que se desenvolvera entretanto no interior da Ásia para em seguida irromper na Índia, aparece originalmente como uma sociedade patriarcal e pastoril, com culto a divindades masculinas.

Os arianos conquistam violentamente o vale do Indo e passam para o vale do Ganges através de um longo processo de infiltração no *Madhyadeça* (região entre o Indo e o

Ganges) que constitui o quadro geográfico do poema épico *Mahâbhârata*, ao passo que a ocupação progressiva do vale do Ganges é o tema da outra epopeia heróica, chamada o *Râmâyana*.

Os árias baseavam a sua economia na criação e abundância de gado — onde, se podem talvez intuir as origens remotas do culto hindu da vaca — mas foram-se convertendo paulatinamente à agricultura. A sua alimentação era, essencialmente, leite e seus derivados, tal como a manteiga clarificada (*ghi*), acompanhada de legumes e nos dias festivos carne e vinho de palma (*sura*).

A sociedade ariana era patriarcal baseada na família extensa, coesa e sob a autoridade firme do pai-de-famílias. Um grupo de famílias formava uma linhagem (*viça*) e várias linhagens um clã; por sua vez vários clãs formam um pequeno reino tribal (*raçtra*). Esses vários clãs independentes tinham um chefe militar, sem caráter religioso, chamado de *râjâ* ou rei.

O declínio da civilização harapana deve-se a inúmeros fatores, tais como a quebra da produtividade agrícola devido à salinização dos terrenos pela dificuldade do escoamento das enchentes de água. A intensa exploração de madeira para lenha contribuiu também para a degradação dos terrenos. Tudo isto, adicionado a possíveis invasões, guerrilhas, saques, destruições, massacres, anarquia e agitação social, provocaram a diminuição do comércio interno e externo, espoletando o natural fim de uma civilização. (Thomaz 2009/2010, 4-12).

O quadro abaixo apresentará algumas notas desde os primórdios até ao período medieval que Cybelle Shattuck, Professora Assistente de Religiões Orientais na Western Michigan University, coligiu sobre o hinduísmo, com datações aproximadas. (Shattuck 2008, 8-9).

<b>Cronologia do hinduísmo</b>	
Civilização Pré-histórica e do Vale do Indo	
• 7000-6000 a. C.	Primeira agricultura na zona do vale do Indo.
• 2500 a. C.	Civilização urbana aparece ao longo do rio Indo.
• 2300-2000 a. C.	Ponto culminante da civilização do vale do rio Indo.

• 2000-1500 a. C.	Migrações indo-europeias para a Europa, Irão e Índia.
Período Védico	
• 1200-900 a. C. • 1000-800 a. C. • 900-600 a. C. • 600-300 a. C. • 563-483 a. C. • 527 a. C.	Composição dos <i>Ṛgveda</i> , <i>Yajurveda</i> , <i>Sâmaveda</i> e <i>Atharvaveda</i> . Composição dos <i>Brâhmaṇas</i> . Composição dos <i>Âraṇyakas</i> . Composição dos <i>Upaniṣadas</i> . Gautama Buda, fundador do Budismo. Morte de Vardhamâna Mahâvîra, último sábio do Jainismo.
Período Épico e Clássico	
• 400-300 a. C. • 324-185 a. C. • 200 a. C.-200 d. C.  • Século III • 320-500 d. C.  • 400-500 d. C.	Compilação do <i>Mahâbhârata</i> . Império Maurya. Compilação do <i>Râmâyana</i> e da <i>Manu Smṛti</i> . Composição dos 18 grandes Purâṇas. Dinastia Gupta, época clássica e área da Índia em todos os níveis. Chegou ao fim com a invasão dos hunos brancos, provenientes da Ásia Central. <i>Yogasûtras</i> de Patânjali, texto básico do sistema filosófico <i>yoga</i> .
Período Medieval	
• 700 d. C. • 788-820 d. C.  • 1211-1526 d. C.  • 1440-1518 d. C. • 1526-1857 d. C.	Primeiros <i>Tantras</i> . Shankara, fundador do Advaita Vedânta. Sultanato de Deli, domínio muçulmano no norte e episodicamente no sul da Índia. Kabir, poeta-santo. Império Mogol, domínio muçulmano sobre toda a Índia setentrional.
Período Moderno	
• 1830 d. C.  • 1858 d. C.  • 1947 d. C.	Dwarkanath Tagore e Ram Moham Roy concebem o Brahma Samaj, para reformar o vigente bramanismo. Passagem dos territórios indianos para o controlo da coroa britânica. Independência da dominação britânica.

O hinduísmo manifesta-se numa imensa variedade de formas entre os seus seguidores, do que resulta ser uma tarefa árdua e difícil descrever os conteúdos de cada uma delas. No entanto, esta minha apresentação tentará ser o mais abrangente possível com vista a revelar o maior número de “azulejos” deste grande mosaico cultural e religioso.

Apesar de no Ocidente ser sobretudo olhado como uma religião, considerada uma das grandes religiões do mundo, o hinduísmo constitui na realidade um modo de vida que implica a pessoa toda desde o nascimento até depois da morte. O termo que os próprios hindus denominam aquilo a que chamamos hinduísmo é *sanâtana dharma*, ou seja, a *lei eterna*. (Petrini 2007, 152).

O seu fio condutor passa pela noção de *puruṣārtha*, que designa os *fins do homem*, ou seja, os objetivos pretendidos pelas nossas ações, bem como as vantagens que cada um pode retirar das mesmas. Todos os seres vivos merecem a sua condição atual, sendo essa a contrapartida exata dos seus atos. O fim último do indivíduo é a sua libertação, entendida em diversos sentidos: dissolução, isolamento, extinção, integração num conjunto de divindades. (Vários, Atlas das Religiões 2000, 86).

Atualmente, existe mais de um bilião de indianos no mundo, constituindo os hindus perto de 80% da população da Índia. “O hindu é o habitante da Índia que não é muçulmano (11%, cerca 110 milhões), não é cristão (2,4%, vinte milhões), que não é judeu (número exato desconhecido), que não é sikh (2%), jainista (0,5%), nem budista (0,7%). Ainda assim, os hindus constituem ¼ da população da Índia”. (Küng, Religiões do mundo, em busca dos pontos comuns 2005, 56).

Podemos concluir, que a formação de um sacerdócio especializado e a sua lenta transformação em casta hereditária e fechada acarretou a bramanização da sociedade ariana. À separação entre o sacerdócio e a nobreza militar (*râjanyas*, mais tarde *kṣatrîyas*) e entre esta e o resto dos arianos (*vaiçyas*, lavradores, comerciantes e artesãos), comum a todos os povos arianos, juntou-se a oposição entre estes e a população nativa submetida, que desembocou no sistema das quatro classes clássicas (*varṇas*), a saber: brâmanes, cxatrias, vêixias e xudras. Encontramos uma tentativa de consagração religiosa desta estratificação social no mito do gigante primitivo dividido em quatro partes, saindo os brâmanes da cabeça, os cxatrias dos braços, os vêixias do ventre e os xudras dos pés (*Rigveda*, X, 90).

## 1. As castas

A singularidade da sociedade hindu assenta no sistema de castas, que são olhadas mais como a condição existencial que como a condição social em que se inscreve o ciclo evolutivo do indivíduo, ao longo das suas sucessivas re-encarnações.

Nesse sistema, existem dois termos que necessitam clarificação: *varṇa* e *jāti*. *Varṇa* significa em sânscrito “côr, aparência”, e daí “categoria, classe” ao passo que *jāti* significa etimologicamente “nascimento, geração” e daí “casta”. O termo *varṇa* aplica-se aos quatro grandes estamentos, já referidos, em que se dividia a sociedade ariana, e é hoje por vezes traduzido por “casta”, ao passo que *jāti*, que os nossos autores quinhentistas traduziram geralmente por “casta”, é hoje muitas vezes traduzido por “subcasta”, porque a cada classe ou estamento da Índia clássica correspondem desde a Idade Média inúmeras *jātis* ou subcastas.

*Varṇa*, como vimos, também significa “côr”; daí que, durante o período clássico se identificassem as castas com as cores: o branco eram os brâmanes, o vermelho os cxatrias, o amarelo pertencia aos vêixias e o negro aos xudras.

A ordem hierárquica das quatro castas é a seguinte:

- a) Brâmanes: são os sacerdotes, a elite instruída, os guardiães dos Vedas.
- b) Cxatrias: são os guerreiros nobres, os defensores do reino.
- c) Vêixias: são os comerciantes, os homens de negócios, os que emprestam dinheiro, e os agricultores,
- d) Xudras: a sua função principal é a de servir as necessidades das três castas superiores.

Os membros das castas superiores são conhecidos como “os que nascem duas vezes” (*dvijās*), porque os varões são, através de um rito de passagem, submetidos a uma iniciação que é na sua origem um rito de puberdade; este permitir-lhes-á ler e aprender os Vedas e participar em todas as cerimónias religiosas. A privação de direitos dos xudras é tal que não lhes é permitido essa iniciação, nem sequer a sua sombra deverá tocar na sombra de um brâmane (Monteiro 2007, 37).

As características fundamentais do sistema de castas são a hierarquia, a noção de contaminação (implicando uma purificação) e a especialização vocacional (Howarth e Leaman 2004, 91-94).

**a) Hierarquia:** a pessoa nasce numa determinada casta e nela permanece até à morte. A mudança de casta é muito rara, sobretudo de uma inferior para outra superior, o que pode acontecer através de um casamento, principalmente na diáspora. Pelo contrário, pode facilmente acontecer passar-se de uma casta superior para outra inferior por excomunhão ou expulsão da casta, em consequência de ações que conspiram a casta.

Dentro de cada *varṇa* ou casta existe também uma hierarquia organizada em torno de graus de pureza ou de contaminação, ligados aos princípios da endogamia (casamento entre membros da mesma *jāti* ou subcasta), da comensalidade e da especialização vocacional.

Os *brâmanes* estão no topo da hierarquia e detêm o poder espiritual. Os *cxatrias* são guerreiros, mas apesar de deterem o poder temporal, estão subordinados ao poder espiritual. Os *vêixias*, que constituíam outrora o grosso da sociedade ariana, são os que trabalham no comércio, agricultura e outros negócios.

Os *xudras*, que formam hoje o grosso da sociedade hindu, apresentam-se como a classe mais baixa, ainda que abaixo dela se tenha aos poucos gerado um grupo inferior, considerado poluente para os próprios *xudras*: os *cāṇḍālas* ou “intocáveis”, classe constituída pelos que lidam com desperdícios dos homens e animais, e se ocupam nomeadamente das atividades crematórias, consideradas as mais impuras de todas, devido ao contacto com os cadáveres; são hoje sobretudo conhecidos por *dalit* (do sânscrito *dalita*, “esmagado, desprezado”), a que Gandhi preferiu chamar *harijans*, ou seja, “filhos de Deus”.

Frequentemente, as castas e subcastas inferiores procuram elevar-se a um nível superior mediante a observância de tabus e cerimónias religiosas e assegurando que os seus membros vivam da melhor forma possível os rituais e os costumes das castas

superiores; mas esse processo é lento, e não impede que os brâmanes as continuem normalmente a reputar inferiores.

*b) Contaminação:* todos os comportamentos quotidianos, religiosos ou não, dos hindus só podem ser entendidos dentro do conceito de pureza ritual, que mina as situações de contaminação, que pode ou não ser anulada por ritos de purificação.

Para a cultura hindu existem três tipos de impureza:

1. *Impureza temporária:* a que permanece na pessoa ao acordar de manhã, antes de realizar as abluções matinais, depois de comer ou antes de rezar. Esses estados são facilmente ultrapassados através das ações apropriadas, como banhos, uso de roupas limpas, orações e rituais de limpeza ou purificação.
2. *Contaminação forte:* acontece quando há contacto físico com alguém de uma casta reputada impura e inferior ou quando são quebradas as regras básicas da comensalidade e da hospitalidade. Por exemplo, um brâmane encarregado das tarefas do templo, não aceitará a hospitalidade de um brâmane encarregado dos ritos funerários, pois é ritualmente superior a este.
3. *Contaminação permanente:* acontece num casamento com alguém de casta inferior, porque quebra o princípio da endogamia que garante a perpetuidade do sistema de castas. Por isso, é ainda normal que os casamentos sejam combinados e organizados pelos pais dos futuros esposos.

Todavia, em Portugal e na diáspora, o casamento entre castas diferentes não é geralmente contrariado. (Kendall 1997, 70).

*c) Especialização vocacional:* cada aldeia deveria teoricamente ser auto-suficiente, possuindo pessoas com aptidões e conhecimentos especializados para irem ao encontro de todas as necessidades da comunidade. Sabemos que nem sempre é possível empregar todos os membros da família ou da casta na sua ocupação hereditária; daí que com a crescente diversificação

de oportunidades se tenham formado novas subcastas, baseadas em novos desempenhos profissionais. O sistema de castas está a sofrer significativas modificações, porque começaram, por exemplo, a aparecer brâmanes no exército, no comércio, como empregados de mesa, cozinheiros e até hipnotizadores de serpentes, ou noutras ocupações mais modestas.

## 2. Os Vedas

Como toda religião evoluída, o hinduísmo rege-se por textos sagrados, chamados Vedas, que foram sendo compilados aproximadamente entre 1500 a 800 a. C.. De início eram transmitidos oralmente através de mnemónicas, visto que a escrita só apareceu no século VII a. C. Teoricamente são eles que sustentam a verdade que todos pretendem atingir e que fornecem as orientações fundamentais sobre o modo de vida que fiéis devem seguir, embora a maioria das regras práticas hoje em uso apenas apareça em comentários ou anexos aos textos védicos. O *brahmacarya* ou aprendizado bramânico implicava aprender os 4 Vedas de cor. Existem duas versões do texto védico: *sāhitā* (texto tal como se recita) e *pada* (texto com as palavras decompostas nos seus elementos, para facilitar a análise gramatical).

As quatro coleções dos Vedas são: o Rigveda, o Yajurveda, o Sâmaveda, e o Atharvaveda.

1. *Rigveda*: ou “Veda dos cânticos”, contém os textos mais antigos (1500 a 1000 a. C.), que se recitavam durante os sacrifícios; é composto por mil e vinte e oito hinos, dirigidos a diversas divindades, divididos em 10 livros.
2. *Sâmaveda*: são extratos do *Rigveda* com notações musicais arcaicas para uso dos cantores, durante os sacrifícios.
3. *Yajurveda*: composto por cinco coleções de preces e poesias para serem recitadas em voz baixa nos sacrifícios.
4. *Atharvaveda*: o último a ser compilado, contém 731 encantamentos em 20 livros, refletindo uma religião mágica e popular.

Só no século XVIII foram passados à forma escrita, até então foram sendo transmitidos oralmente. (Thomaz 2009/2010, 20-21) e (L. Renou 1980, 19-27).

A literatura para-védica (1000-50 a. C.) consiste em textos escritos em prosa, normalmente comentários dos Vedas, considerados *çrutî* (“audição” do som primordial e eterno, ou seja “revelação”), ao contrário dos textos posteriores, considerados apenas *smṛti*, “tradição”. Os três grupos de textos são:

1. *Brâhmaṇas*: comentários rituais, lendas, tradições históricas, narrações fabulosas, incluindo tentativas muito rudes de especulação filosófica.
2. *Âraṇyakas*: o que significa “tratados da floresta”, são escritos relacionados com o eremitismo e de cunho místico ou filosófico.
3. *Upaniṣadas*: designam as revelações privadas ou colóquios espirituais dos mestres a seus discípulos, de caráter esotérico e de tipo especulativo e místico.

Existem seis “ciências auxiliares” do estudo dos Vedas, chamadas *vedâṅgas* (“membros”, i. e., anexos dos Vedas), a saber: ritual, fonética, gramática, etimologia, métrica e astronomia. A compilação desses conhecimentos foi primeiramente realizada sob a forma de *sûtras*, ou seja, coleções de aforismos, destinados a serem facilmente decoradas. Os *Kalpasûtras* são os mais antigos e tratam dos rituais, que estão divididos entre *Çrautasûtras* (culto público) e *Gṛhyasûtras* (culto doméstico). Também aparecem as primeiras compilações de costumes jurídicos, os *dharmasûtras*, tratados de direito religioso, sendo o mais conhecido as *Leis de Gautama* (séc. V a. C.). Foi também sob a forma de *sûtras* que o grande gramático Pâṇini (séc. V ou IV a. C.) analisou profundamente a estrutura do sânscrito clássico e fixou definitivamente as suas regras. Mais tarde aparecem tratados em verso conhecidos por *çâstras*, de que o mais conhecido é o *Mânava dharmasâstra* ou “leis de Manu”, que data dos arredores da era cristã.

O *Mahâbhârata* é o maior poema do mundo (quase 100.000 estâncias, equivalente a sete vezes a Ilíada e a Odisseia juntas), atribuído ao mítico poeta Vyâsa, cujo tema central é a luta entre duas famílias: os Kauravas e os Pâṇḍavas pelo reino de Hastinâpura (perto da atual Delhi); na versão atual o tema principal constitui apenas 1/5

do poema, sendo os outros ¼ episódios, lendas, fábulas e discursos didáticos interpolados. Entre essas interpolações contam-se o poema de Nala e Damayanti, pequena epopeia muito antiga e de caráter popular, a *Bhagavad-gîtâ*, poema filosófico considerado o “Novo Testamento dos hindus”, uma versão da lenda de Râma, mais breve e aparentemente mais antiga que o *Râmâyana*, um tratado de política e filosofia, etc. O *Mahâbhârata* atual constitui assim uma espécie de enciclopédia popular do hinduísmo.

O *Râmâyana* é atribuído a Vâlmîki que também inventou o *çloka*, estrofe de 32 sílabas, métrica típica da epopeia sânscrita. O tema central é o desterro de Râma, príncipe herdeiro do Koçala, para a floresta, onde a sua esposa Sitâ é raptada e levada para Lañkâ (ilha de Ceilão ou Xri Lancá) e finalmente, recuperada por um exército de macacos. Dividido de início em 5 livros (do 2º ao 6º atuais), foram-lhe acrescentados mais dois (1º e 7º) de caráter bramânico contendo o 1º a história de Paraçurâma, um brâmane que exterminou todos os cxatrias, exceto Râma, que depois o venceu, mas por respeito aos brâmanes, lhe poupou a vida. O 7º livro consiste na revelação de Râma como encarnação de Vixnu, de modo a dar um caráter religioso ao poema.

Os principais *Purânas* são 18, formados a partir do séc. III; contêm epopeias secundárias com mitos, lendas cosmogónicas, genealogias de deuses, heróis e reis e falsas profecias. (Thomaz 2009/2010, 41-43).

### **3. Os conceitos-chaves da mentalidade hindu: *karman*, *sãsâra*, *dharma*, *yoga* e *mokça***

A sociedade e a cultura indianas são sustentadas por alguns conceitos basilares, tais como *karman*, *sãsâra*, *dharma*, *yoga* e *mokça*, sobre os quais nos debruçaremos a seguir. (Kendall 1997, 63-64).

- a) *Karman* (no nominativo *karma*) é a lei moral da causa e efeito, sustentando que tudo quanto um indivíduo é resulta das suas ações nas vidas passadas. O *karman* traz em si a ideia de reencarnação. Toda a matéria é como um mar de corpos que adquire vida pelas almas que vão reencarnando. Os indivíduos

transitam da morte para o renascimento através de um processo de tal forma doloroso, que os mais elevados ensinamentos e sacrifícios hindus têm por objetivo a fuga ou libertação desse mesmo processo contínuo, que se denominam *sãsâra*. O progresso espiritual dá-se quando um indivíduo vive de forma virtuosa, o contrário acontece quando se deixa dominar pela maldade. O comportamento e a personalidade são condicionados pela atitude que manteve na vida anterior. A mentalidade hindu vive nesse paradoxo: se por um lado, sustenta a responsabilidade pessoal e o livre arbítrio de cada ser humano, simultaneamente, admite a constante pressão do *karman* individual resultante das vidas passadas impondo um destino incontornável.

- b) *Dharma* significa “lei”, aproximando-se do conceito judaico de *Torah*. O *dharma* consiste nas normas, responsabilidades e deveres inerentes a cada casta e sexo, concretizados nas regras que são o seu aspeto mais prático. Para além dessas normas particulares existe um *dharma* universal, que inclui o perdão, o conhecimento espiritual, a ausência de raiva e ganância, a pureza e a capacidade de distinguir entre o bem e o mal. (Monteiro 2007, 31).
- c) *Yoga* significa “união” e pode entender-se em dois sentidos: um sentido por assim dizer psicológico, denotando a união das faculdades do indivíduo conducentes à sua unificação como pessoa, e um sentido teológico, denotando a união do espírito individual ao Espírito Universal, ou, se preferirmos, a união da alma a Deus. Em qualquer dos casos o seu objetivo é, de certo modo, melhorar o *karman* para que a pessoa consiga escapar ao *sãsâra*. O *yoga* clássico de Pantañjali visa a absoluta libertação das limitações do corpo e da mente, disciplinando a compostura e elasticidade físicas, bem como o desenvolvimento de uma mente e vontade dóceis. Consideram-se oito graus: 1º *yama* (“autocontrolo”), observando cinco regras morais: não-violência, verdade, não roubar, castidade e ausência de avidez; 2º *niyama* (“observância”), ou seja, pureza, temperança, austeridade, estudo védico e devoção a Deus; 3º *âsana* (“postura”); 4º *prâṇâyâma* (“controlo da respiração”); 5º *pratyâhâra* que é o treino dos órgãos sensoriais para não transmitirem as suas perceções; 6º *dhâraṇâ*, concentração num só objeto, que pode ser por exemplo a ideia de

Deus; 7º *dhyâna* (“meditação”); 8º *samâdhi* (“meditação profunda”), com



temporária dissolução da personalidade, conduzindo ao *kaivalya*, estado de isolamento e beatitude final do espírito. Na época medieval dá-se a divisão entre diversas escolas: o *yoga* clássico (*Râjayoga*), o *Mantrayoga* baseado na repetição

incessante de sílabas mágicas para dissociar a consciência, o *Hathayoga* (“yoga da força”) com predomínio para exercícios físicos e, por vezes, uniões sexuais como meio de salvação e o *Layayoga* semelhante a este. (Thomaz 2009/2010, 75-76).

Quando o praticante de *yoga* atingir o grau mais profundo da consciência, que é a ausência de qualquer representação, conseguirá o completo domínio de si próprio, a pureza espiritual e a libertação de qualquer dependência.

- d) Esta libertação ou fuga, chama-se *mokṣa*, “soltura”, e é o resultado da iluminação intelectual; isto é, depois de compreender a verdadeira natureza da realidade, o indivíduo deixaria de estar dependente da armadilha dos desejos, do *karman* e do *sâsâra*. Por outras palavras, o *mokṣa* é a morte da ilusão e dos desejos que escravizam e fazem o indivíduo sofrer por causa de uma existência condicionada.
- e) O *mokṣa* inclui uma dupla conotação: do ponto de vista da negação, significa o fim da ânsia, da ilusão e da morte; afirmativamente, representa o estado de consciência e felicidade pura, a participação na verdade imortal do *brahman*, “espírito primordial” ou “alma universal”.

Para o hinduísmo existem dois caminhos (*mârga*) ou modos de vida para alcançar o *mokṣa*: o primeiro é a renúncia, isolando-se da sociedade para meditar, jejuar e privar-se de todo o conforto físico (*nivṛttimârga*); o segundo modo é a humildade, o respeito pelos outros, principalmente os mais velhos, a pureza nas ações e pensamentos e a modéstia na vida mundana (*pravṛttimârga*). (Monteiro 2007, 36).

#### 4. Os sacerdotes

Aos sacerdotes compete celebrar os casamentos, cerimónias fúnebres e outros ritos que ritmam a existência dos fiéis, acolhê-los, abençoá-los, receber deles as suas ofertas de flores, frutos, leite, dinheiro, etc., enquanto recitam ou cantam *mantras* dos Vedas.

Na Antiguidade o culto centrava-se nos sacrifícios, que principiavam com uma cerimónia em que o sacerdote acendia por três vezes fogo sobre o altar e terminava com as mais das vezes com a manducação da vítima oferecida em sacrifício. Aparentemente devido à influência do pacifismo jaina e budista, o sacrifício foi desde há séculos substituído pela *pujâ*, “veneração”, que consiste no oferecimento de leite, flores, arroz, incenso, fruta, etc., à divindade. Como sinal de aceitação dos deuses, o celebrante durante a *pujâ* coloca na palma da mão dos ofertantes umas gotas de água ou leite, uma folha ou uma flor. (Kendall 1997, 71).

A *pujâ* é celebrada no templo pelo menos três vezes por dia. Esse ritual também é celebrado nos lares hindus. A família prepara um altar onde se coloca a imagem (*mūrti*) do deus da sua devoção e os utensílios necessários, a saber: uma campainha, um recetáculo para atear o fogo, leite, mel e manteiga derretida. Ao pé do altar doméstico as pessoas reúnem-se para recitar mantras e orar.

A adoração quotidiana, logo de manhã, seguida de outros ritos ao meio dia e à tarde, representa o cumprimento das cinco “dívidas” que todos os seres humanos possuem desde o seu nascimento: para com os deuses, para com os sábios, para com os seus mestres e pais, para com a humanidade em geral e finalmente, para com todos os seres vivos. Os deuses são aplacados com a adoração, os sábios com o estudo das escrituras, os professores e pais com as ofertas, a humanidade dando de comer aos hóspedes e os seres vivos são alimentados com os restos das refeições. Este dever para com todas as criaturas pode passar por alimentar uma vaca no caminho com pão duro, ofertas de flores (símbolo do amor), de frutos (símbolo de fadiga), queimar pauzinhos de incenso ou velas (símbolo de lealdade para com as divindades). (Petrini 2007, 158).

Os sacerdotes, que são normalmente brâmanes, orientam a vida religiosa do templo e ensinam os jovens na sua vida espiritual. O responsável pela formação dos brâmanes é o *guru* ou mestre. Os brâmanes são facilmente identificados por usarem um cordão de algodão a tiracolo, de nome *upavîta*, passando sobre o ombro esquerdo e depois por baixo do braço direito. O cordão é constituído por 3 fios entrelaçados enquanto é solteiro, e por 6 fios após o casamento, sendo substituído anualmente, num dia determinado pelo aparecimento da lua cheia.

### **5. Ritos de passagem (*sâskâras* - sacramentos)**

As informações aqui colhidas baseiam-se no estudo realizado por Pandurang Vaman Kane, advogado e vice-presidente da Sociedade Asiática de Bombaim, em 1941, que traçou em detalhe a história do *Dharmaśâstra* (leis sagradas do hinduísmo); Kane descreve pormenorizadamente os *sâskâras* ou sacramentos, no capítulo VI da primeira parte do segundo volume da sua vastíssima obra.

O Dr. P. V. Kane utilizou como base de orientação da sua investigação o estudo publicado em 1898 por Dr. Julius Jolly, em língua alemã, contendo a descrição das leis e dos costumes hindus.

A iniciação (*upanayana*) é um rito de puberdade, considerado o sacramento que as pessoas das classes superiores (hoje, praticamente, só os brâmanes) realizam como forma de nascer de novo (*dvijatva*). Eles têm a convicção de que pelo pecado o homem degenera, mas pela graça pode regenerar-se e assim ser conduzido (*nayana*) mais acima e mais perto (*upa*) do espírito. Durante essa cerimónia recita-se o *mantra* de nome *Gâyatrî* ao sol, símbolo ou forma visível de Deus, pedindo a iluminação e a sabedoria. O ritual *upanayana* pode ser realizado de várias formas, dependendo das pessoas em questão; pode, por exemplo, ser acompanhado pelo *brahmopadeśa* (instrução dos Vedas), bem como por um banho sagrado chamado *snātaka*, ou até mesmo pela tonsura. Apesar de todos os rituais exigidos, o mais importante para a eficácia do ato é a fé do crente.

O *upanayana* serve para integrar o jovem dentro do grupo dos adultos, abre as portas ao estudo dos Vedas e confere determinados privilégios e responsabilidades. Existem

outros sacramentos mais frequentes, de cariz mais popular, tais como o *nāmakaraṇa* (imposição do nome), o *annaprāśana* (oferta do primeiro alimento sólido) e o *niṣkramaṇa* (primeira saída à rua da criança); os sacramentos do *garbhādhāna* (concepção), *pumsavana* (rito para a criança seja do sexo masculino) e *sīmantonayana* (apartar do cabelo a uma mulher grávida) possuem um caráter mágico, ou pelo menos simbólico, mais acentuado, enquanto o casamento (*vivāha*) serve para propagar a espécie e dar continuidade à comunidade.

As leis de Manu [II. 27-28] afirmam que, no caso dos que nascem duas vezes (*dvijās*), os pecados da fecundação e da gestação são apagados com oblações de fogo (*homa*) durante a gravidez e parto. Quando a criança é masculina recitam-se os *mantras*, mas se for feminina a cerimónia realiza-se sem os *mantras*. (Manu [II. 66]).

Se os *sāskāras* (exceto *upanayana*) não forem realizados na devida altura deve realizar-se o *vyāṭṛtihoma* em reparação e só depois o sacramento. Por cada *sāskāra* não realizado a penalização a efetuar é chamada de *pādakṛcchra*, mas se for a tonsura (*cauda* ou *caula*) o nome é *ardhakṛcchra*. Em todos os sacramentos, na ausência do pai ou esposo, o seu papel pode ser substituído por qualquer parente varão.

Hoje em dia, a maior parte das pessoas só celebra os rituais do *upanayana* (iniciação) e do *vivāha* (casamento).

Em forma de síntese, apresentarei a descrição dos 16 *sāskāras* da ancestral tradição hindu:

1. **Garbhabharman:** (“gestação”, de *garbha*, “embrião, feto”): ritual que é realizado antes do momento da concepção para garantir o nascimento de uma criança saudável.
2. **Niṣekakarman:** (rito da gravidez) deve ser celebrado quando são certos os sinais da gravidez. (Thomaz 2009/2010, Código de Vixnu, livro XXVII).
3. **Pūsavana:** para que nasça uma criança do sexo masculino, antes que o embrião comece a mexer. No dia mais auspicioso (segundo a astrologia) dos primeiros dez dias do terceiro mês a contar da concepção, a mulher depois de lavar a cabeça logo de manhã e ainda com o cabelo molhado, senta-se diante do fogo voltada para

orientes. O esposo fica por detrás dela, toca-lhe no umbigo com a sua mão direita e recita o mantra: “*Dois homens, Mitra e Varuṇa*”.

**4. *Sīmantonnayana*:** significa “separação dos cabelos” da mulher e é realizado entre o 6º e o 8º mês de gravidez, para que a gestação seja sem problemas e ela fique protegida contra os maus espíritos. Na quarta noite da lua crescente, o homem acende uma fogueira e a esposa senta-se numa pele de boi e segura com a mão direita o cabelo. O esposo faz oito oblações de manteiga clarificada enquanto recita os seguintes mantras: “*Que Dhātṛ, atenda o seu devoto*”; “*Invoco Rākā*” e “*Oh Prajāpati, não há outro como tu*”. Depois, ele separa o cabelo da esposa, da frente para trás, por três vezes, com um pente feito de ramos verdes de árvores de fruta, espinhos de porco-espinho e erva *kuśa*, recitando quatro vezes o mantra: *bhūr, bhuvah, svar, om*, “ó Terra, ó espíritos, ó céu, om!”. No final queimam um animal em sacrifício.

**5. *Viṣṇubali*:** esta cerimónia realiza-se no oitavo mês de gravidez, no segundo, sétimo ou décimo-segundo dia lunar (também chamado, ‘*tithi*’), quando a lua se situa-se na mansão de Śravaṇa, Rohiṇi ou Puṣā. Cozem arroz para ser oferecido a Viṣṇu, recitando com voz baixa o mantra: *namo nārāyaṇāya*, “saudação a Nârâyaṇa (epíteto de Vixnu)”, e depois comem separadamente duas bolas do mesmo arroz.

**6. *Yâtakarman*:** ritual muito antigo do nascimento da criança e é composto por seis partes:

1. Oferta aos deuses de manteiga clarificada e de coalhada acompanhada de mantras;
2. Repetir três vezes no ouvido direito do neo-nato a palavra *vāk* “linguagem” (esse termo poderá estar relacionado com Saraswati, deusa do conhecimento, música, artes e ciências). (Lochtefeld 2002, 316). Em vez da anterior, pode ser usada a palavra *vedoasiti*, significando “Veda é o teu nome confidencial”. ([www.hinduism.co.za/sacramen.htm](http://www.hinduism.co.za/sacramen.htm) s.d.).
3. Passar na língua do bebé com uma colher, manteiga clarificada, coalho e mel;
4. Dar à criança um nome que será o seu nome secreto;

5. Colocar o recém-nascido a mamar;
6. Dirigir à mãe mantras, ou seja, orações sagradas.
7. **Nāmadheya (ou Nāmakaraṇa)**: ritual da atribuição do nome, aos 11 dias após o nascimento, após o período da impureza causado pelo parto da mãe. Este ritual é importante e levado muito a sério pelos hindus, daí que o nome deve ser auspicioso, no caso de um brâmane; indicando poder, no caso de um xatria; riqueza para o vêixia e desprezo no caso de um xudra. Nas raparigas o nome deverá formar-se com um número ímpar de letras e terminar em *dā*, sendo a mãe a primeira pessoa a saber do nome.
8. **Ādityadarçana (ou Niṣkramaṇa)**: é um rito menor que consiste em mostrar à criança o sol, no 4º mês após o nascimento.
9. **Annaprāśana**: ritual realizado ao sexto mês, quando a criança sentada no colo da mãe, toma primeira vez, arroz cozido com mel e manteiga clarificada. O pai coloca diante do filho um instrumento de trabalho, uma arma e um texto sagrado e o que a criança escolher é considerado um indicador da sua futura ocupação como adulto.
10. **Chûḍākarana (caula - ou cūḍākarman)**: (tonsura) cerimónia que se realiza aos 3 anos de idade, cortando o cabelo da criança totalmente; pode também ser parcial, deixando-se apenas uma mecha ou tufo de cabelo no alto da cabeça. Note-se que para as meninas prevalecem os mesmos rituais, mas sem a recitação dos *mantras*.

A cerimónia deve ser realizada num dia auspicioso, segundo o calendário hindu. À entrada da casa põem um recipiente com fogo, e na direção dos seguintes pontos cardeais colocam:

- A sul, vinte e um molhos de erva *kuśa*, um vaso com água tépida, uma lâmina feita de madeira de *udumbara (Ficus glomerata)*, um espelho e um barbeiro de navalha na mão.
- A oriente, quatro vasos separados com arroz, cevada, sésamo e feijão para o barbeiro.

- A norte, cozinha-se sem cerimónia juntamente arroz, mostarda e excremento de vaca.
- A mãe cobre o corpo da criança com roupa lavada, senta-se na erva *kuśa*, olhando de este para oeste do fogo, com as mãos voltadas para norte.
- O pai preside ao ritual com as quatro oferendas ao fogo; depois pega na vasilha da água com a mão direita e molha os cabelos do filho, olhando para a navalha e para o espelho; enquanto faz isso, vai recitando os mantras próprios, terminando por sentar-se voltado para este. No fim, colocam o cabelo cortado no recipiente do excremento, que por sua vez o pai ou outro membro da família levará para a floresta para ser enterrado.

11. **Vivâhasâskāra**: ritual do casamento; só se deve celebrar com mantras. É curioso notar que segundo os antigos *dharmaçâstras* o número de possíveis esposas varia consoante a hierarquia das castas: assim o brâmane poderá ter 4 esposas, o cxatria, três, o vêixia, duas, e o xudra apenas uma. É duvidoso que esta bela simetria tenha alguma vez tido correspondência na prática.

12. **Upanayana**: A melhor forma de saber a importância que a iniciação ritual *upanayana* teve na sociedade indo-ariana é apresentar uma descrição do ritual.

Originalmente, era uma cerimónia muito simples: o adolescente abeirava-se do guru ou mestre (*âcārya*) com uma folha ou erva na mão (*samidh*, i. e., “lenha, combustível”) para oferecer ao fogo sagrado e perguntava ao mestre se podia tornar-se seu aluno (*brahmacārin*). Só mais tarde é que essa cerimónia se tornou muito mais elaborada, como veremos a seguir.

O tempo mais adequado para realizar essa cerimónia difere consoante a casta: preferencialmente, os brâmanes aos 8 anos, na primavera (*vasanta*); os cxatrias aos 11 anos, no verão (*grīṣma*); e os vêixias aos 12 anos, na estação do outono (*śarad*), sempre no dia mais auspicioso de acordo com o nome do menino e segundo o horóscopo astral.

O *brahmacārin* (aluno) de cabelo cortado, senta-se entre o guru e o fogo com o rosto virado para oriente, trajando duas peças de roupa próprias da sua casta: parte inferior chamada *vāsas* e para cobrir a parte superior *uttarīya*. Relativamente à veste inferior (*vāsas*) para o brâmane, cxatria e vêixia, deve ser de cânhamo, linho e pele de antílope, respetivamente. Alguns gurus admitem que essa peça de roupa possa ser de algodão, mas terá de ser tingida de laranja-amarelado, garança-vermelho ou açafraão-da-índia de acordo com a ordem das castas referidas acima. A veste superior (*uttarīya*) é feita de pele de antílope negro, tigre (ou coruja) e de cabra, também segundo a ordem das castas mencionadas.

O guru enche as suas mãos com água e passa-a para as mãos do discípulo pronunciando mantras próprios. Depois, com as duas mãos colocadas sobre ombros do menino, vira-o para a direita e toca-lhe no lugar do coração, acompanhando esses gestos sempre com orações. O iniciado acende uma tocha no fogo e recita um mantra a Agni. Em seguida, toca nas chamas por três vezes e passa as mãos pelo rosto para que o brilho do fogo ilumine a sua face e o deus Agni lhe conceda iluminação e prosperidade futura. O aluno de joelhos inclina-se até aos pés do professor. Já de pé, o guru toca-o com a sua mão no lugar do umbigo e depois no coração recitando também os mantras próprios.

O seu cinto (*mekhalā*) deve ser feito de *muñja* (espécie de junco), corda de arco e erva grossa *balbaja* (Eleusine indica) e os cordões sacrificiais de algodão, cânhamo e lã, respetivamente. Depois de atar o cinto ao aluno, o professor diz: “Este cinto faz acabar toda a blasfémia e é o protetor da verdade”. O discípulo pede que lhe ensine a *sāvitrī* (estância em honra de Savitr, deus do Sol), que será pronunciada, pacientemente, pelo *ācārya* frase por frase, estrofe por estrofe até ao último verso.

Aos iniciados é-lhes fornecido um bordão (*daṇḍa*) de madeira paláxa (*palâça*, i. e., *Butrea frondosa*), *khadira* (acacia catechu) e *uḍumbara*, da altura do cabelo, da testa e do nariz para cada uma das castas.

O *brahmacārin* suplica comida primeiro à sua mãe e depois a duas mulheres com que tenha alguma relação de afinidade ou às mulheres presentes em geral. Em

seguida, comunica ao mestre o que recebeu pela mendicância e termina ficando em silêncio o resto do dia.

Finalmente são transmitidas as responsabilidades ao aluno, tais como: estudar os vedas, acender a chama a Agni, cuidar dos deveres e assistir em tudo o que for necessário ao guru responsável por ele. A cerimônia termina com a confecção de uma refeição pelo aluno (*sāvitracarū*), que não deve comer alimentos picantes nem salgados durante três dias.

O *upanayana* termina com o ensino do mantra védico conhecido como o *gāyatrī*, dirigido a Sāvitrī (o sol), proferido pelo *ācārya*.

A partir dessa descrição pode-se concluir duas coisas fundamentais:

- a) A finalidade do *upanayana* é iniciar a pessoa no estudo dos Vedas que começa com o ensino dos mantras pelo guru ao discípulo.
- b) Com o passar do tempo foi-se atribuindo muita importância a certas indumentárias tidas como essenciais para a realização do ritual do *upanayana*, principalmente o cordão sacrificial (*yajñopavīta*).

Quem compara o ritual dos tempos antigos com a forma como é realizado atualmente, nota que o elemento principal dessa cerimônia se centra agora no uso desse cordão sacrificial. O cordão deve ser para o brâmane, cxatria e vêixia de algodão, cânhamo e lã, respetivamente, e constituído por três segmentos, que por sua vez, cada segmento terá nove fios bem entrelaçados. É colocado no pescoço do iniciado com os dois polegares e o seu tamanho não deve ultrapassar o umbigo nem deve estar acima do peito. Normalmente é usado a tiracolo, suspenso no ombro direito e descendo sobre o peito até ao lado oposto; chama-se *nivīta* se for usado suspenso ao pescoço.

Essa indumentária recebida na iniciação (veste, pele, cinto, cordão e bordão) deverá ser sempre usada quando celebrarem um ato religioso. Caso algumas dessas peças se estragar deverá ser substituído por uma nova consagrada com mantras próprios, atirando a outra à água.

Note-se que a cerimônia da iniciação não pode ser adiada para depois dos 16 anos no caso dos brâmanes; para os catrias dos 22 e os vêixias 24 anos. Na hipótese de algum desses jovens não fazer a iniciação, segundo a sua casta, são excluídos, desprezados pelos “nascidos duas vezes” (*dvijas*) e chamados *vrâtyas*, “vagabundos”.

**13. *Vedavratas*:** são diversos tipos de votos ou promessas que demoram um ano a cumprir. Esses votos prescrevem certas observâncias, tais como: corte do cabelo e dos pelos do rosto, não ter emoções agressivas nem relações sexuais, não se perfumar, não dançar nem cantar, não comer mel nem carne e andar descalço. Esses votos também podem passar por fazer outras coisas, como por exemplo: usar o cinto (*mekhalā*) do ritual de iniciação, mendigar comida, usar um bordão, banho diário, queimar um pau de incenso ou tocar nos pés do mestre pela manhã.

**14. *Keśanta ou godāna*:** é o sacramento que está ligado aos votos referidos anteriormente, mas implica rapar os pelos do corpo todo: cabeça, rosto, axilas e membros. Os brâmanes realizam este ritual aos 16 anos, os catrias aos 22 anos e os vêixias aos 14 anos.

**15. *Snāna ou samāvartana*:** consiste no banho cerimonial depois de terminar os estudos védicos. A pessoa que realiza esse ritual é chamada de *snātaka*, com três espécies:

- a) *Vidyāsnātaka*: o aluno que realiza o estudo dos Vedas, mas não conseguiu terminar os votos (*vratas*);
- b) *Vratasnātaka*: o aluno realiza os votos, mas não terminou o estudo dos Vedas;
- c) *Vidyāvratasnātaka*: é o mais pleno, o grau que se alcança quando conclui os dois.

Somente com a permissão do guru deve o banho cerimonial ser realizado.

**16. *Antyeṣṭi*:** realização dos rituais fúnebres, que explicaremos mais à frente.

Atualmente todas estas fases estão muito mais atenuadas, valorizando-se antes o conhecimento dos textos sagrados e a educação das crianças. A idade adulta centra-se na autonomia e compromisso familiar; finalmente, o indivíduo retira-se da vida

profissional e social entregando os negócios aos filhos, procurando a paz e a calma interior.

Somente os “nascidos duas vezes” estão habilitados a escutar as escrituras sagradas e participar nos rituais correspondentes. A recitação dos mantras é introduzida pela sílaba sagrada ‘OM’, símbolo do conhecimento e da força espiritual hinduísta. A mais célebre de todas as invocações, sussurrada aos ouvidos dos membros das castas superiores na sua iniciação, necessita ser rezada todos os dias de manhã: é o mantra dito *gāyatrī*, *vedamātri* ou *sāvitrī*, um dos versos mais sagrados do Rigveda (Livro III, hino 62, v. 10), dele existem várias traduções (Küng, *Religiões do mundo, em busca dos pontos comuns* 2005, 64):

*“OM, esta glória do deus Savitṛ, que supera todas as coisas!*

*O brilho da divindade, meditemos sobre ela, que ela nos inspire o conhecimento”.*

Podemos constatar que, antes da independência em 1947 quase metade da população da Índia não sabia ler nem escrever e metade das crianças em idade escolar não frequentava a escola. Daí que o que mais importava realizar eram os inúmeros ritos religiosos que acompanham toda a vida quotidiana, em casa ou no templo. (Küng, *Religiões do mundo, em busca dos pontos comuns* 2005, 66).

## **6. Vida, saúde, doença, morte e luto**

O hinduísmo sustenta que o ser humano não é só um corpo, mas algo mais: uma personalidade que pensa, que recorda, que tem inclinações devido à sua história, experiência e escolhas. No ser humano reside uma reserva de ser que não morre, nem tem fronteiras na consciência e na felicidade. Este centro infinito de todas as vidas, este “eu escondido”, ou *ātman*, não é mais do que a divindade *brahman*. Assim, o ser humano é corpo, personalidade e *ātman*. O problema reside nas distrações, falsas suposições e instintos egoístas que fazem parte do nosso ser superficial. Até um candeeiro totalmente coberto de pó pode obscurecer a luz que traz dentro de si, por isso, a pessoa humana tem necessidade de limpar as impurezas do ser, para que o seu centro infinito possa brilhar em todo o seu esplendor. (Smith 2007, 44-45).

A cultura religiosa hindu tem uma visão negativa da existência em que o mundo e a própria vida do homem são uma espécie de mal. A vida, concebida como intrinsecamente doente, encontra expressão na célebre oração das *upanişades*: “Do não ser faz-me ir até ao ser, das trevas faz-me ir até à luz, da morte faz-me ir até à imortalidade”.

O mal, em última análise, é a finitude, que encontra a sua mais evidente expressão no morrer, enquanto o bem, e com ele, a felicidade, podem ser acolhidas só no infinito. Por isso, sustentam que a dor é responsabilidade de cada um, nesta ou numa vida anterior. Não se vive uma vez só mas várias, até conquistar a libertação: privilégio só de alguns, porque a grande maioria das almas continuará a vaguear no *sãsâra*, isto é continuará a reincarnar, assumindo variados corpos do reino mineral, vegetal, animal e humano, de acordo com o *karman* acumulado no cumprimento das suas ações. Em consonância com isto a *Bhagavad-gîtâ* afirma que “como um homem, tirando as roupas usadas veste outras novas, assim a própria alma encarnada, despiendo os corpos usados, assume outros novos.” (Petrini 2007, 162).

A filosofia hindu oferece esta possibilidade de purificação, porque assenta em valores éticos e morais enraizados nos princípios orientadores do comportamento diário que abrangem a vida e a morte dentro dos ideais da justiça, da solidariedade, da humildade e do próximo. Assim os hábitos, as crenças e as orações traduzem a importância que a passagem neste mundo tem para se atingir a verdade absoluta, a perfeição da humanidade e a plenitude espiritual.

Todo o comportamento humano tem por objetivo a libertação espiritual, que para ser alcançada exige a realização de práticas rituais e sacrifícios, o cumprimento de determinadas obrigações, o respeito das leis e ensinamentos contidos nos *Vedas* e nas *Upanishades*. Cada pessoa deve comportar-se de acordo com as normas do seu *varņa* (casta), ou seja, de acordo com aquilo que nasceu para ser. A imortalidade da alma transmite ao indivíduo a noção de transcendência e da presença divina em si e em cada ser humano, onde todos e cada um são parte de Deus. (Monteiro 2007, 33).

O destino kármico credita, na vida do indivíduo, tudo o que ele precisa para cumprir a sua missão, de que a doença e o sofrimento fazem parte como formas de purificação

das reações acumuladas nas vidas anteriores ou como consequência de uma ação na vida presente (Brasil 1997).

A medicina *āyurveda* é “a ciência sacra da vida”: *āyus* significa “vida, vitalidade, longevidade, saúde” e isto implica que o terapeuta não se ocupa só da doença mas também de promover um excelente estado de saúde e de longevidade. Para isso, há que prestar especial atenção à vida toda da pessoa. A vida e a saúde do ser humano são condicionadas em parte pelo *karman*, mas também, pela conduta de vida e pela consciência da própria pessoa.

A saúde é uma condição dinâmica, não é um estado permanente. Nos textos tradicionais a definição de saúde é a seguinte: “Aquele que tem equilíbrio entre os fatores constitutivos do corpo, que controlam as atividades fisiológicas, os fatores responsáveis pelo metabolismo e pela digestão, os elementos dos tecidos, os produtos de recusa ou excreções, as atividades físicas e mentais juntamente com a felicidade da alma, dos sentidos e da mente, é considerado uma pessoa em perfeita saúde”. (Petrini 2007, 165-166).

A medicina tradicional hindu, entende que para uma pessoa estar de saúde tem que existir um equilíbrio numa tríplice dimensão: psique, corpo e espírito. Por exemplo, uma pessoa pode estar bem fisicamente, mas se está doente espiritual ou mentalmente não pode ser considerada uma pessoa com saúde. Uma mente feliz é capaz de produzir efeitos positivos sobre o corpo; ao contrário, uma mente infeliz ou em conflito, pode ser potencialmente fonte de doenças.

Julgo ser interessante aqui referir que em 1996 a Doutora Madel T. Luz elaborou um pioneiro estudo intitulado de *Racionalidades médicas e práticas de saúde*, no Instituto de Medicina Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), sobre medicinas não convencionais comparadas. Na primeira fase do seu projeto identificou quatro racionalidades médicas, a saber: biomedicina, homeopatia, medicina chinesa e *ayurveda*. Madel T. Luz sintetizou a sua pesquisa, de forma lógica e estruturada da seguinte forma:

Racionalidades médicas	Medicina Ocidental	Homeopatia	Medicina Chinesa	Ayurveda
Cosmologia	Física newtoniana clássica	Cosmologia ocidental tradicional (alquímica) e clássica	Cosmologia taoista (geração do microcosmo a partir do macrocosmo)	Cosmologia <i>sâmkhya</i> da criação ( <i>puruṣa</i> e <i>prakṛiti</i> )
Doutrina médica	Teoria da causalidade da doença e seu combate	Teoria da força vital e seu desequilíbrio nos indivíduos	Teoria do <i>yin/yang</i> , das cinco fases e do seu equilíbrio nos indivíduos	Teoria dos cinco elementos e dos <i>doṣas</i> nos indivíduos
Morfologia	Morfologia dos sistemas	Organismo material e força vital animadora	Teoria dos canais e colaterais, pontos de acupuntura, dos órgãos e vísceras ( <i>Zang Fu</i> )	Teoria dos <i>dhâtus</i> (tecidos) e malas (excreções)
Fisiologia ou dinâmica vital	Fisiologia e fisiopatologia	Fisiologia energética, fisiologia dos sistemas, fisiopatologia do medicamento e da doença.	Fisiologia do <i>Qi</i> , <i>Zang Fu</i> e da dinâmica <i>yin/yang</i>	Dinâmica dos três <i>doṣas</i> e sub- <i>doṣas</i> , teoria do <i>ojas</i> (essência vital) e dos <i>srotas</i> (canais)
Sistema de diagnóstico	Semiologia: anamnese, exame físico e exames complementares	Semiologia: anamnese do desequilíbrio individual. Diagnóstico e remédio da enfermidade individual	Semiologia: interrogatório, inspeção, auscultação, olfação e palpação	<i>Trividha parikṣa</i> (as três categorias da semiologia): inspeção, palpação e questionário
Sistema de intervenção terapêutica	Drogas, cirurgia e higiene	Medicamentos homeopáticos e higiene	Tui Na, Qi Gong, Tai Chi, Acupuntura, moxibustão, dieta, medicamentos de origem animal, vegetal e mineral	Massagem com óleos, sudação, dieta, rotina diária e sazonal, medicamentos de origem animal, vegetal e mineral e as

				5 terapias depuradoras.
--	--	--	--	-------------------------

Anotei este quadro sinótico que compara as racionalidades médicas atuais com as medicinas tradicionais não convencionais, apenas para realçar os contributos positivos que ambas poderão receber e oferecer mutuamente, tais como:

- Colocar a pessoa doente no centro do processo terapêutico.
- Estreitar a relação médico-paciente como elemento fundamental do cuidar.
- Olhar a pessoa como um todo e investir em métodos de diagnóstico mais simples e com o mesmo nível de eficácia dos outros.
- Favorecer todas as situações em que se acentue a autonomia da pessoa doente.
- Finalmente, ter como paradigma de agir sempre em prol da prevenção, num estilo de vida saudável que privilegie o exercício físico e a alimentação naturalmente adequada.

## 7. Sofrimento

Segundo a literatura filosófica indiana, a matéria conduz ao sofrimento pois as pessoas satisfazendo-se com os bens materiais não procuram melhorar, mas optam pelo conformismo. O objetivo da vida é o conhecimento como fonte de libertação e alcançar a proximidade de Deus. (Monteiro 2007, 26).

## 8. Salvação – para além da vida terrena

A *Bhagavad-gîtâ* faz uma ordenação de todas as vias de salvação e propõe a oferenda do fiel, mediante a realização do que a idade e o sexo impõem. Esquecendo as distinções de casta, propõe a possibilidade de o homem se converter num asceta, para poder participar nas obras divinas: “Arjuna, de uma coisa podes estar certo: nenhum dos que me pagam o seu tributo de lealdade e de amor se perderá. Porque quem faz

de mim o seu refúgio, por mais baixo que seja o seu nascimento, mulher, artesão ou até servo, percorrerá o caminho mais elevado” (*Bhagavad-gîtâ*, IX , 31-32).

Os valores morais que cada um vive têm a ver com o seu caráter e com o momento da vida em que se encontra (*âçrama*). A elevação espiritual e a aproximação ao Ser Supremo podem realizar-se através do conhecimento, do *karman* (correto agir) ou mediante a *bhakti* (devoção). (Castro 2004, 186-187).

O caminho da sabedoria considera o Todo-Poderoso como um conceito, sem forma ou sentimentos. A via da devoção (*bhakti*) concretiza-se na oração de petição (*prārthana*) e pela oferenda (*pujâ*), que pode ser material, mental ou espiritual, a Deus.

Indicaremos algumas condições que se devem observar antes de iniciar qualquer *pujâ* (Castro 2004, 211-214):

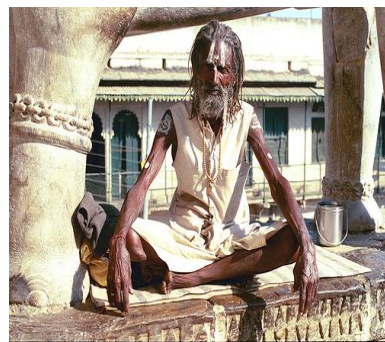
- *Lugar da oração*: deverá ser um local limpo e reservado. Na impossibilidade de se proporcionar esse lugar, marca-se o lugar com uma esteira ou lençol.
- *Higiene pessoal*: o banho permite ao fiel sentir-se limpo e leve. A limpeza atinge os 10 órgãos sensoriais (olhos, nariz, ouvido, língua, mente, umbigo, mãos, genitais, pernas e ânus). Se não for possível tomar banho, deve pelo menos humedecer as mãos, pernas, rosto e cabelo.
- *Vestuário*: todo o corpo deve estar coberto, sobretudo a cabeça e os ombros.
- *Purificação (pāvanāntara)*: a limpeza das imagens deve ser feita com um pano limpo e com água do Ganges, não havendo pode limpar-se com água de qualquer rio.
- *Sentar*: o fiel deverá sentar-se de pernas cruzadas, com a perna esquerda sobre a direita, podendo alterná-las, mas sempre sobre um tapete, uma esteira ou almofada. Os idosos que não sejam capazes poderão sentar-se numa cadeira baixa.
- *Tilaka, bindu e sindūra*: (Índia 2009)

a) *Tilaka* significa “marca” ou “sinal” em sânscrito. Existem diferentes formas e materiais de *tilaka*, com significados diversos. Ele é aplicado, com o dedo anelar da mão direita no centro da fronte, ponto onde acreditam situar-se o terceiro olho ou o olho espiritual. Posteriormente, é comum colocarem-se grãos de arroz. O *tilaka* pode ser de cinzas de madeira, de pasta de sândalo (*candana*), ou de sândalo-vermelho. Cada um com o seu significado específico:

- O sândalo: calma, tranquilidade e pureza.
- O sândalo-vermelho: poder, riqueza e estabilidade.
- As cinzas: devoção, dedicação e compromisso.

Os sinais pintados na fronte dos sacerdotes e *sadhus* não indicam astros, mas o deus da sua preferência. Assim, um vixnúta usa quase sempre riscos verticais com ou sem ponto, ou ainda um V ampliado, com linhas retas de outras cores no meio. Um xivaíta usa dois ou três riscos horizontais (*tripunḍra*, frequentemente com um ponto ou um sinal oval). Os devotos de Shakti (energia cósmica) costumam utilizar açafreão, sendo o sinal feito apenas uma linha vertical ou apenas um ponto vermelho (Küng, *Religiões do mundo, em busca dos pontos comuns* 2005, 80-81) e (Lévy 2008, 37) e (Cunha 2009, 10).

Podemos identificar essas diferenças nas seguintes ilustrações:



- b) *Bindu* é um ponto vermelho usado pelas mulheres casadas. Hoje em dia tem vários formatos e várias cores, e é utilizado por todas as mulheres como um adorno.
- c) *Sindūra* é um pó vermelho (feito de cinábrio) que só as mulheres casadas aplicam na divisão do cabelo. Este sinal significa o desejo de longevidade do marido e por isso é este que Iho aplica pela primeira vez, durante a cerimónia de casamento.
- *Sankalpa* (“desejo, intenção, decisão, convicção, propósito”): os gestos e oferendas são de grande simbolismo. Os devotos oferecem água e flores à divindade, depois colocam água e arroz na palma da mão e lançam ambos ao chão. Aplicam o *tilaka* à imagem da divindade; o gesto de unir uma mão com a outra, demonstra responsabilidade e união com Deus.
  - *Vratas*: são ritos votivos que são realizados para pedir ou agradecer um voto ou pedido à divindade. O hindu acredita que a oração não está completa se não for acompanhada por uma oferenda que pode passar por fazer jejum, pedir perdão, agradecer benefícios para a sua família.

O paraíso, o inferno e o mundo animal não são senão “terrenos de colheita” dos resultados do *karman*, enquanto o mundo humano (do qual a Índia constitui o centro) é a “terra do *karman*”. O *svarga* (“céu, paraíso”) pode ser adquirido pela prática do sacrifício ou até pela morte gloriosa num campo de batalha. (Vários, *Atlas das Religiões* 2000, 86).

### **As principais divindades**



O hinduísmo acredita que Deus pode encarnar em variadíssimas formas, entre as quais existem três principais: Bramá ou Brahmâ (criador), Vixnu (conservador) e Xiva (destruidor).

1. Bramá (Brahmâ) vem da raiz *brh* que denota a noção de “crescer”. Bramá é a personificação masculina do Absoluto, pai e origem de todas as coisas, criador do Universo. É representado com quatro rostos e quatro braços para indicar a sua onipotência. Está presente em todas as coisas e pode manifestar-se sob qualquer espécie humana, animal (vaca sagrada, elefante) ou mineral (rio Ganges).
2. Vixnu é a divindade solar que preside a toda as coisas criadas, conservando-as e fazendo-as prosperar. Laxmi (Lakṣmī), deusa da riqueza e da sorte, é sua companheira.
3. Xiva: é chamado o “destruidor”. A encarnação de suas energias “femininas”, sem as quais ele não teria poder, é sua parceira Pârvatî (também designada por Shakti, Durgâ e Kâlî). Xiva é, muitas vezes, representado apenas simbolicamente como *Linga* (falus) sob a forma natural ou como tronco de coluna: expressão geradora da força divina, a que toda a vida deve sua origem. O *linga* está associado à *yoni* (útero, vagina), sua contrapartida feminina, de modo que o seu conjunto é expressão de Xiva com sua consorte, mas também da complementaridade dos sexos.

Atualmente, constata-se que à medida que o culto ao deus Bramá se vai extinguindo (prova disso é que só existe um templo dedicado a ele em Pushkar, no Rajasthan), Vixnu e Xiva ocupam o centro da religião. Vixnu é também conhecido com *Bhagavant*, “o Bem-aventurado”, e Xiva como Senhor (*Îşvara*), e colocados acima de todos os deuses celestes (*devas*) dos Vedas (Küng, *Religiões do mundo, em busca dos pontos comuns* 2005, 74-75).

A conceção da divindade também pode ser vista como a conjugação das três formas seguintes (*trimūrti*):

- a) *Brahman*: Deus no seu aspeto impessoal, energia cósmica, luz divina.
- b) *Parātman*: Deus na sua vertente localizada dentro de todo o ser vivo.
- c) *Bhagavant*: Deus no seu aspeto pessoal supremo.

Para os hindus Deus é o universo e tudo o que está no universo representa Deus.

As inúmeras divindades hindus constituem singulares e individualizadas manifestações da Divindade Única: *Brahman*, o Absoluto. Para os seus seguidores o conceito de divindade é geralmente apresentado como uma entidade andrógina que abrange, ao mesmo tempo, o poder da vida e da morte. Algumas seitas hindus focalizaram a sua atenção na prática da sexualidade como sendo a melhor expressão simbólica, não hesitando em representar imagens de casais divinos no ato de cópula. Outras seitas defendiam um ascetismo ao extremo, a ponto dos membros destas seitas andarem vestidos de vento, ou seja, completamente nus. (Kendall 1997, 66-67).

### ***A expressão da fé***

O hinduísta devoto abre e acaba as suas orações com o *pronnama* (gesto que significa “veneração, exaltação” e consiste em levantar as mãos, juntando as palmas e tocando com elas o lado esquerdo do peito e a testa. As mãos representam as próprias ações, o lado esquerdo do tórax é o lado do coração e a testa representa os pensamentos. Assim, o indivíduo oferece intimamente todas as suas ações, o próprio amor (coração) e os seus pensamentos (cabeça). (Petrini 2007, 156).

A ética hinduísta baseia-se na crença na reencarnação das almas depois da morte segundo os méritos pessoais; a libertação do ciclo das reencarnações pode acontecer através de quatro caminhos:

1. Aspirar à virtude, mesmo em detrimento dos bens materiais.
2. A virtude é a prática da não-violência.
3. O sofrimento faz parte da purgação.
4. Libertar-se dos vícios, porque só conduzem a uma reencarnação inferior à atual.

A esperança hindu está em ser finalmente absorvido no seio de *Brahman*, através da verdade, por isso, a meditação tem um papel predominante na vida.

O hinduísmo ajuda os fiéis a adorarem Deus de três formas particulares: através da sílaba sagrada, o canto dos mantras e o uso do *maṇḍala* (“círculo”). Um *maṇḍala* é um sinal geométrico complexo, usado no culto, para englobar o universo inteiro. Para os ritos importantes é traçado um *maṇḍala* sobre a terra consagrada, usando pós coloridos, e imediatamente a seguir é apagado. Os espaços no *maṇḍala* simbolizam os deuses mais populares ou divindades privadas, com Vixnu ao centro. (Petrini 2007, 157).

### *O culto*

Para muitos onde realizam junto do



hindus o centro da vida religiosa é o lar, os cultos domésticos logo pela manhã *mandira*, pedindo uma bênção para aquele dia, para a pessoa que faz a oração e para todos. Frequentemente, colocam ao lado do *mandira* familiar fotografias de familiares falecidos, do casamento dos filhos, ou outras. Os

templos destinam-se às cerimónias mais solenes ou para as festividades, cabendo aos sacerdotes cuidar do templo, venerar os deuses, realizar as cerimónias e orientar os hindus nas orações e na interpretação dos textos sagrados (Monteiro 2007, 61).

### *As festas e celebrações*

É natural concluir que uma religião com tantas divindades tenha também muitas festas, mais de quarenta por ano, indicamos apenas as principais:

- *Mahâçivarâtri*: (“grande noite de Xiva”) ocorre na lua nova de fevereiro: homenageia-se Xiva e celebra-se a criação primordial com os fiéis ornamentando os templos e passando lá a noite em oração.
- *Holī, hūlī* ou *holâkâ*: a última festa do calendário hindu na maioria das regiões (em que o ano começa com o equinócio de Março), celebrado na lua cheia, encerrando as colheitas de inverno; é a festa da renovação da vida, com danças e procissões aos templos. Podemos afirmar que é o carnaval indiano que decorre durante cinco dias. (Barcelos 2005).

As pessoas, descontraidamente, atiram umas às outras água tingida de vermelho, com pó de açafreão, que acreditam possuir propriedades afrodisíacas, e vermelhão como símbolo da vida e do amor. Esta festividade mostra a face pouco conhecida de uma religião alegre, onde o encontro com Deus se realiza não no silêncio, na meditação e na interioridade, mas na orgástica alegria, com danças e barulho (Küng, *Religiões do mundo, em busca dos pontos comuns* 2005, 55).

- *Ganeçacaturthī*: celebração do nascimento de Ganexa, protetor na ultrapassagem de obstáculos.
- *Ano Novo*: em muitas regiões celebra-se o primeiro dia do ano no primeiro dia do mês de Kārttika, correspondente a Outubro – Novembro do calendário gregoriano, embora noutras se celebre o ano novo no dia da entrada do Sol no signo do Carneiro (21 de Março).
- *Durgâ-puṇya*: em honra de Durgâ (Durgâ, deusa da fecundidade, uma das formas da parceira de Xiva). Celebra-se em Outubro-Novembro, com dez dias de procissões e cerimónias nos templos.

- *Gopâṣṭamî*: festival anual celebrado no dia 8 (*aṣṭa*) da lua de Kârttika em honra do jovem Crixna vaqueiro (*gopa*), em que a vaca é honrada e adornada com flores e alimentada de uma forma especial em toda a Índia. (Cunha 2009, 6).

## **9. Hindus em Portugal**

Residem em Portugal cerca de 8000 hindus, na sua maioria provenientes de Moçambique e da Índia Portuguesa. Em 1982 constituíram a «Comunidade Hindu – Portugal», reconhecida juridicamente, com Assembleia Geral, Direção e Conselho Fiscal (Kendall 1997, 69). O principal idioma indiano em Portugal é o *Gujarati*, língua do estado do Guzerate (Gujarat), onde se insere Diu.

Dois anos mais tarde surgiu em Santo António dos Cavaleiros a Associação de Solidariedade Social Templo de Xiva, com o intuito de congregar a população hindu da freguesia e promover o desenvolvimento das suas atividades religiosas e sociais. A comunidade hindu aí residente cresceu substancialmente e tornou-se urgente a aquisição de um espaço próprio que permitisse o convívio e a congregação desta população.

Em 1991 a associação legalizou-se e deu início à construção de um templo hindu na freguesia. Dez anos depois deu-se finalmente, a cerimónia de bênção do terreno (Cerimónia de *Bhûmîpûjana*) onde foi construído um salão provisório para os membros e simpatizantes realizarem as cerimónias religiosas. O Templo de Xiva abrange ainda a comunidade da Portela (Sacavém) e de Chelas (Lisboa). (Xiva 2004).

## **10. Relacionamento da assistência espiritual e religiosa na prestação dos cuidados de saúde e seu enquadramento legal**

O Estado Português, pelo Decreto-Lei 253/2009 de 23 de setembro, reconheceu o direito aos doentes internados em unidades do Serviço Nacional de Saúde (SNS), a serem assistidos espiritual e religiosamente pelas comunidades religiosas de pertença, representadas pelos seus legítimos ministros, pastores ou líderes espirituais. Passo a

citar um parágrafo da introdução do referido Decreto-Lei, muito pertinente neste trabalho: “A assistência espiritual e religiosa nas instituições do SNS permanece reconhecida como uma necessidade essencial, com efeitos relevantes na relação com o sofrimento e a doença, contribuindo para a qualidade dos cuidados prestados. Particular atenção deve ser dada aos doentes em situações paliativas, com doença de foro oncológico, com imunodeficiência adquirida ou com severidade similar”. (Assembleia da 23 de setembro de 2009).

O mesmo diploma legal, ao afirmar claramente o caráter *essencial* da assistência espiritual e religiosa às pessoas doentes, reconhece inequivocamente o valor terapêutico desta dimensão no contexto da prestação de cuidados de saúde.

Graças aos reconhecidos progressos das ciências da saúde em geral e dos novos paradigmas da medicina atual em particular, considera-se a pessoa humana na sua *globalidade* isto é, *holisticamente* e não apenas reduzida a um órgão a ser tratado em série, nem tampouco como uma manta de retalhos suturados, porque é uma exigência ética básica o respeito pelo outro no seu *todo*, sem amputá-lo de nenhuma das suas dimensões. Já Platão focou este aspeto fundamental quando clarificou a diferença entre os termos *pan* e *holon*. O conceito de *pan* entende o todo a partir das partes, o todo como soma dos seus elementos, e *holon*, compreende o todo antes das partes, o todo como totalidade, que é mais do que a soma das partes. (Borges 2004, 98).

No que ao ser humano diz respeito, não devemos vê-lo meramente como o somatório das suas mais variadas dimensões, porque seria ver o todo a partir das partes, ou seja, dentro do conceito de *pan*. A dimensão espiritual não se limita a ser apenas mais uma das suas dimensões, mas aquela que é capaz de tocar todas as outras e revelar a amplitude integral, não só do seu interior, mas da globalidade do ser humano. O conceito de *holon* impede que se reduza o homem ao seu aspeto mais rudimentar, ou seja, a uma máquina.

Assim sendo, não considerar a espiritualidade como parte integrante do ser humano é falhar eticamente, porque omite da pessoa uma das suas mais abrangentes dimensões. Entenda-se que a espiritualidade se relaciona com tudo o que está para além do material, o não objetivável, o transcendente.

Tendo em conta que o termo *espiritualidade* está revestido com as mais variadas roupagens, é minha intenção esclarecer que ela não é uma dimensão vazia de conteúdo nem algo que se compare a uma nebulosa indefinida e misteriosa, mas como uma dimensão real e inerente a todo e qualquer ser humano que busca a verdade com humildade e que se interroga pelo sentido profundo das coisas e da vida. Também tenho a consciência de que é impossível esgotar, neste ponto, uma temática tão complexa e abrangente como é a da espiritualidade; daí que o meu objetivo seja partir de uma visão holística da pessoa, ou seja da pessoa constituída por várias dimensões, física, intelectual, psíquica, social e espiritual, para evidenciar o papel da espiritualidade como parte integrante e importante no processo terapêutico do ser humano que perdeu a saúde.

Podemos constatar que as pessoas facilmente confundem *espiritualidade* com *religiosidade*, daí que penso ser necessário distinguir e definir bem estes dois conceitos:

- a) O termo *religião* reporta-nos para um conjunto de rituais, símbolos, orações, objetos de culto, crenças, estruturas materiais e temporais referidas a uma ordem superior que dá um significado concreto ao sentido da vida humana, caracterizando um ambiente comunitário específico; são pois sempre referidos a um tempo e espaço concretos. Cada religião expressa de forma particular a sua visão do mundo e da vida relacionada sempre à divindade em que acredita.
- b) A *espiritualidade* é uma das dimensões do ser humano que, não estando fora do que é razoável, desafia a lógica do puro raciocínio mecânico e possibilita o sentido holístico da nossa existência humana. Ela tem a ver com a experiência interior de cada um, com tudo o que não é objetivável, ou seja, com o transcendente, o que nos ultrapassa, os valores supremos ou eternos. Podemos entender a *espiritualidade* como uma dimensão distinta do que é biológico, revelando-se assim como uma experiência muito pessoal e íntima que pode, ou não, ser expressa dentro de uma religiosidade.

A doença desorganiza e condiciona as relações da pessoa nas esferas da vida familiar, social, laboral, emocional e espiritual onde ela interage, vive e se realiza. As reações à

doença, tanto pelo próprio como pela família, entre outras circunstâncias, dependem da pessoa afetada, das particulares circunstâncias culturais e sociais, da natureza dos laços afetivos e emocionais e, conseqüentemente, da sua relação com o Transcendente, como sentido próximo e último da sua vida, isto é, a espiritualidade.

No contexto dos cuidados de saúde, a espiritualidade deverá ocupar o seu devido lugar, tal como qualquer outra dimensão no processo terapêutico da pessoa, como por exemplo: integrar o processo de cuidar numa equipa interdisciplinar.

Quando refiro 'equipa interdisciplinar' entendo todas as pessoas que estão envolvidas no processo terapêutico, a saber: os profissionais de saúde, os auxiliares e família, mas principalmente o doente. Para que o processo seja verdadeiramente terapêutico será sempre mais adequado oferecer uma resposta proporcionada, integral e satisfatória à pessoa doente pela equipa que está empenhada em cuidar dela. Não podemos esquecer que este trabalho em equipa também é influenciado por razões de ordem económica, bem como por filosofias e políticas que regem os sistemas de saúde onde o prioritário é a eficácia técnica, a estatística, as medidas que visam fazer mais e melhor investindo menor esforço financeiro, sem perder de vista a eficácia e os índices de qualidade.

A par disto, constatamos que o vertiginoso desenvolvimento das técnicas terapêuticas acompanhado pela mais variada gama de medicamentos e instrumentos, cada vez mais sofisticados, se transformou no braço armado da medicina convencional, sendo também o sinal mais evidente de que a técnica afastou a doença, a dor e a morte para horizontes nunca antes imaginados. Simultaneamente, no cuidar em saúde, não basta o saber científico e técnico, é preciso mais para servir e cuidar a pessoa humana no seu *todo* (Conselho 1995). A pessoa é global, a saúde é global, conseqüentemente, a doença também é global, daí que a pessoa doente necessita de cuidados harmoniosos a todos os níveis.

No plano espiritual podemos verificar que as situações de doença e o sofrimento, frequentemente, colocam na pessoa necessidades, medos e interrogações que, em muito, ultrapassam as ciências da saúde biológica necessitando, por isso, de acompanhamento humano, espiritual e religioso. Compreende-se assim a importância

destas dimensões no cuidado integral da pessoa, nomeadamente em ambiente hospitalar, a nível do apoio, presença, acompanhamento, descodificação da simbólica espiritual ou religiosa e purificação da linguagem do sofrimento.

Exatamente aí, a espiritualidade e a sua expressão religiosa podem proporcionar à pessoa uma visão ampla da sua própria existência, contribuir para criar um estado de serenidade e de segurança que dá à pessoa a capacidade de enfrentar o seu sofrimento com outras condições e integrar a sua situação de vulnerabilidade dentro da totalidade da sua vida.

Para que a abordagem espiritual e religiosa tenha credibilidade e respeite parâmetros científicos, necessário é reger-se por padrões e modelos apoiados nas ciências humanas com vista a realizar um acompanhamento espiritual empático e eficaz, não ficando à partida hipotecado, devido à subjetividade ou mera boa vontade de um qualquer aventureiro.

Torna-se pertinente alertar para o perigo constante de utilizar a dimensão espiritual exclusivamente como ferramenta terapêutica, onde o milagrismo fácil se converte num desvio, com sequelas devastadoras para a pessoa. Não podemos escamotear o que a espiritualidade verdadeiramente é: a dimensão íntima e misteriosa de cada um que nos constitui como seres que transcendem o biológico e material. No entanto, existem sempre perigos à espreita, por isso há que saber orientar-se por uma espiritualidade e religiosidade saudáveis.

Além das razões supra mencionadas pelas quais os cuidados de saúde devem integrar a dimensões espiritual e religiosa, referirei mais alguns aspetos que ganham elevada pertinência neste nosso mundo globalizado pela cada vez maior circulação de ideias, bens e mobilidade de pessoas, nomeadamente das populações migrantes vindas de países materialmente mais pobres procurando melhores condições de vida, trabalho e bem-estar; de forma muito generalizada, refiro-me às pessoas provenientes do Oriente e do Hemisfério Sul; é daí que em geral provêm o hinduísmo e o islamismo dos que procuram estabelecer-se nos países ocidentais ditos desenvolvidos, maioritariamente localizados na área a norte do equador. Todo esse caudal populacional traz consigo o seu património cultural, social e espiritual, onde as referências religiosas e ao sagrado

estão bem presentes e por isso, devem ser tidas em linha de conta pelos países de acolhimento.

Este trabalho pretende ser um contributo positivo para todos os profissionais de saúde poderem ter acesso às informações que os habilitem a conhecer e respeitar a cultura, as crenças e respetivos rituais de todos os seus pacientes, desde que essas expressões espirituais e religiosas não colidam com a boa prática clínica, nem com o normal funcionamento dos cuidados terapêuticos necessários à recuperação do estado de saúde da pessoa em causa.

Por último, estes conhecimentos permitirão dotar os profissionais de saúde de competências culturais, sociais, religiosas e espirituais de forma a desempenharem o seu papel, no processo terapêutico, de maneira mais plena e eficaz em prol da pessoa vulnerável e doente.

## **Abordagem temática por áreas da saúde**

### **1. O início da vida**

#### **a. Mãe e família**

Uma das consequências da globalização do nosso mundo é a franca circulação de ideias, bens e pessoas; por isso, torna-se pertinente que os profissionais de saúde sejam culturalmente competentes, para que os cuidados que prestam tenham em consideração a cultura e as convicções filosóficas e religiosas das pessoas de que cuidam.

Consideremos que para um hindu o conceito de família é bastante abrangente, não se circunscrevendo aos laços consanguíneos, mas a todos aqueles com quem estabelecem uma significativa ligação afetiva. No lar todos assumem uma função específica: o chefe sustenta e dá o nome à família, a esposa é responsável por gerir a casa nas tarefas domésticas e educar os filhos, e pela participação nas atividades religiosas. Ela tem um papel fundamental na harmonia do lar. O sucesso e a designação de boa esposa

traduzem-se no êxito do marido e no bem-estar da família. Os avós cuidam dos netos e orientam os outros membros que contribuem para o orçamento familiar (Monteiro 2007, 46).

As jovens hindus usam um sinal vermelho na testa, acrescentando após o casamento uma mancha também encarnada, no cimo da cabeça. Quando ficam viúvas, retiram este segundo sinal. (Monteiro 2007, 73).

À semelhança de muitas outras tradições também o hinduísmo considera que as mulheres menstruadas estão numa situação imprópria de se aproximarem do *mandira* doméstico ou de ir ao templo.

A maternidade é vista pelas mulheres hindus como consequência natural da sua condição feminina. Os ensinamentos sobre os cuidados e preocupações da maternidade são transmitidos informalmente através dos conselhos e orientações das pessoas mais próximas, tais como a mãe, a sogra ou alguma cunhada.

A gravidez e a maternidade são valorizadas e consideradas bênçãos de Deus pela família. (Monteiro 2007, 13. 48). No entanto, o *dharma* é orientado para os homens, visto que nascer na forma física feminina é resultado de mau *karman*. Assim para conseguirem escapar ao *sãsâra* as mulheres deverão renascer como homens. Na mentalidade hindu o valor das mulheres passa por servirem e obedecerem docilmente aos maridos e sobretudo por darem à luz crianças do sexo masculino. (Kendall 1997, 64).

A preferência pelo nascimento de indivíduos do sexo masculino também se percebe por motivações sócio-económicas e religiosas, a saber: assegura a continuação do nome da família e a estabilidade financeira, por causa do dote que recebe da família da noiva quando casam. (Petrini 2007, 169). Atualmente, esta situação encontra-se muito mais atenuada, não se notando já predileções significativas entre um e outro sexo ao nascer.

O respeito e a veneração pelos mais velhos são tónicas dominantes na cultura hindu, por isso, a sogra é que comanda e orienta toda a casa, cabendo à mulher recém-casada respeitar, aprender e fazer tudo o que lhe pedem. Às mulheres compete assegurar a

perpetuação dos rituais domésticos, transmitidos oral ou na prática, que visam trazer a tranquilidade, a fortuna e o conforto. (Monteiro 2007, 50-51).

### **b. Cuidados e rituais durante a gravidez**

Segundo o estudo “Ser mãe hindu”, as mulheres hindus que vivem em Portugal afirmaram que em geral, durante a gestação, todas são acompanhadas pelo médico e seguem as suas orientações (Monteiro 2007, 174), não deixando de cumprir a maior parte dos conselhos tradicionais hindus, sobretudo na alimentação: dieta cuidada e equilibrada, sem condimentos muito picantes nem especiarias, gengibre, coco ou sésamo, nem bebidas gaseificadas. Investem muito no leite e derivados e em doces para dar força ao bebé. Por exemplo, a partir do sétimo mês a mulher antes de se ir deitar deverá beber um copo de leite com *ghi* (manteiga clarificada, sem sal), pois acreditam que ajuda o bebé a posicionar-se corretamente e assim facilitar o nascimento. (Monteiro 2007, 178).

O sétimo mês é muito importante, porque é considerado o momento no qual o espírito entra no corpo do feto. (Petrini 2007, 170). Sensivelmente, um mês e meio antes do parto a mulher ia para a casa dos pais, para obter maior descanso, mas hoje em dia, preferem ficar em casa e são as mães que as vêm ajudar. Quando se trata da primeira gravidez, a mãe vai buscar a filha grávida à casa da sogra, trá-la para sua casa, onde toma banho e é-lhe oferecido um vestido vermelho para dar sorte. Depois, regressa à casa dos sogros e entra descalça. À entrada são colocados no chão panos onde é lançado dinheiro que será recolhido pelos irmãos. Todos se juntam perto do *mandira* familiar e realizam a cerimónia em honra da deusa, onde simbolicamente a cunhada mais velha passa alimentos, tais como arroz e fruta, e pó de açafraão do seu colo para o da mulher grávida. (Monteiro 2007, 180-181).

### **c. Cuidados e rituais no pós-parto**

Atualmente, o papel e o poder das mulheres hindus expande-se e isso permite que utilizem as suas potencialidades para a realização pessoal fora do ambiente doméstico.

No entanto, as comunidades hindus residentes em países de acolhimento vivem numa tensão permanente: por um lado, são mais recetivas às transformações culturais e às mudanças e, por outro, receiam que essa influência modifique os ensinamentos e os princípios da sua cultura materna.

#### **d. A criança**

O nascimento possui uma importância determinante para as funções e para o papel que o indivíduo irá desempenhar na sociedade. O respeito e o acatamento do que já está determinado (*karman*) estabelecem as condições fundamentais para uma reencarnação melhor ou até para a libertação espiritual. O nascimento é visto como uma nova oportunidade de alcançar a libertação (*mokṣa*).

Tradicionalmente, os partos eram realizados em casa por uma parteira, sendo a importância do nascimento da criança determinada pelo horóscopo. Quando a mulher sentir as dores de parto deve andar e movimentar-se para acelerar o processo de parto. Antigamente não era bom *karman*, mas hoje em dia os esposos fazem questão de acompanhar a esposa durante o parto. (Monteiro 2007, 184-185). Logo que nasça o bebé deverá ser imediatamente lavado e amamentado, e em seguida traça-se sobre a sua língua e na testa a sílaba sacra, com uma pena molhada em mel (Petrini 2007, 170). Entre os hindus não existe nenhum ritual de circuncisão mas, depois de cortarem o cordão umbilical, encostam uma moeda de ouro ou prata no umbigo do bebé, para desejar boa saúde e longa vida (Genebra 2010, 5). No entanto, existem três cerimónias próprias desta fase (Monteiro 2007, 57-58):

1. O *ṣaṣṭhî*, “sexta” *i. e.* é “a cerimónia do sexto dia” de vida, tendo como principal objetivo a iniciação na vida espiritual. No quarto ou na sala cobre-se com um tecido de seda uma mesa ou cadeira, e coloca-se uma lamparina, um livro e uma caneta vermelha, para que durante a noite a deusa *Ṣaṣṭhî-devî* (“a deusa do sexto [dia]”) venha escrever o destino da criança. Em redor depositam-se pratos com oferendas de frutas, arroz e outros alimentos. A criança, enrolada num tecido de linho ou algodão

branco, é levada pela tia (irmã mais velha do pai) para perto deste altar e é oferecida sete vezes. Coloca-se na testa da criança o *tilaka* e atam-se nas mãos fios sagrados para protegê-la.

2. O *nâmadheya* ou *nâmakaraṇa*, celebrado no décimo primeiro dia após o nascimento, ou logo que passe o período de impureza da mãe causado pelo parto, é a cerimónia de atribuição do nome; tendo em conta as configurações do seu mapa astral, o sacerdote indica a primeira letra do nome que o pai atribuirá ao seu filho (Genebra 2010, 5). O respeito por esta regra tem a ver com a crença de que, se escolherem outro nome, a criança irá carregar um destino duplamente pesado, pois as tristezas e as infelicidades serão a dobrar.
3. O *Cûdâkaraṇa* consiste no corte do cabelo dos meninos; é frequente ter lugar aos três anos, mas poderá ser realizado após o primeiro e antes do sétimo ano de vida, numa cerimónia doméstica solene. O momento exato para se efetuar este rito (ou outros acontecimentos importantes, tais como escolha de um parceiro, a conclusão de um negócio, a construção de uma casa ou de um templo) é definido de acordo com a posição favorável dos astros (Küng, *Religiões do mundo, em busca dos pontos comuns 2005*, 80).

Em caso de doença é frequente as mães recorrerem às mulheres mais velhas em busca de algum conselho para se tratarem com remédios tradicionais ou serem elucidadas sobre um ritual. (Monteiro 2007, 59).

A procriação medicamente assistida (PMA) é aprovada, bem como o controlo da gravidez, realizado naturalmente, tendo em conta o período fértil feminino, ou artificialmente mediante o uso de anticoncetivos. Contudo, há quem defenda que a fecundação artificial é contrária à dignidade do homem, porque uma nova alma entra no embrião com o seu *karman*. (Petrini 2007, 185).

#### **e. Aborto**

A interrupção voluntária da gravidez (IVG) é liminarmente rejeitada, porque o aborto impede o nascimento de um ser e isso colide frontalmente com a lei kármica e com a ideia da reencarnação. (Genebra 2010, 5). Todavia, no caso de gravidez resultante de violação ou o aborto é protegido por leis milenares, o mesmo sucedendo se o feto possuir graves deformações. (Brasil 1997) e (Lévy 2008, 127).

## **2. Doença ao longo da vida**

A doença não é considerada como um mal absoluto, pois tal como o nascimento e a morte, faz parte da existência. Apesar de o hindu saber que o sofrimento e a dor inerentes à doença são consequências inevitáveis de ações realizadas numa vida anterior, não deixa de alimentar o sentido da esperança, tal como a esperança da cura, a esperança que a terapia seja eficaz, a esperança que Deus oiça as suas orações. A noção de *karman* traz também consigo a ideia de que o bom comportamento, a pureza das ações, os rituais e o cumprimento das obrigações religiosas influenciam favoravelmente as decisões divinas. O sofrimento é dos meios mais seguros para chegar ao íntimo contacto com Deus. (Petrini 2007, 167-168).

Algumas das maiores dificuldades com que as comunidades migrantes se confrontam nos países de acolhimento residem nas alterações do estado de saúde causadas pelas mudanças de clima, de estilos de vida, de comidas e de hábitos a somarem-se muitas vezes a baixos rendimentos e ao afastamento das suas referências familiares e afetivas. Normalmente, as comunidades migrantes pertencem a estratos sociais mais desfavorecidos, a grupos profissionais discriminados; por vezes possuem problemas de comunicação devido à falta de domínio da língua local. Estas dificuldades e o elevado custo dos medicamentos fazem com que haja pouca adesão da população migrante ao Serviço Nacional de Saúde, a não ser em casos pontuais ou de extrema gravidade. Os profissionais de saúde precisam de ter uma perspetiva holística quando se trata de cuidar da pessoa doente como um todo. Nesta ótica, o profissional de saúde não trata só de doenças, mas de pessoas que se encontram doentes. (Monteiro 2007, 84).

### **a. Corpo e sua integridade: transfusões e transplantes**

A filosofia religiosa hindu defende que cada ser possui 'quatro corpos': o *corpo etéreo* que transmite a energia vital ao *corpo físico*, o *corpo astral*, onde habitam os desejos e emoções, e o *corpo mental*, que é motor dos pensamentos e da alma (Genebra 2010, 6). Frequentemente o corpo é comparado a um barco que atravessa o oceano da transmigração. A filosofia hindu acredita que tudo o que faz parte deste mundo constitui a representação da divindade suprema e, por isso, tem de ser respeitado, estimado, admirado e amado (Monteiro 2007, 30).

Na tradição hindu as transfusões e os transplantes de órgãos (receber e doar) são decisões do foro individual. Estas situações são mais bem aceites entre pessoas da mesma casta e com mentalidade moderna e ocidentalizada, respeitando sempre o primado ético da autonomia das pessoas em causa. (Brasil 1997). Contudo, a filosofia hindu reprovava a mutilação do corpo, porque existe a convicção de que só um corpo intacto se pode oferecer às divindades nas melhores condições. (Lévy 2008, 226).

### **b. Alimentação**

A alimentação dos hindus é predominantemente vegetariana, devido ao preceito de não matar (Kendall 1997, 72). O princípio em que se baseia denomina-se *ahimsa*, e consiste na abstenção de magoar física, mental ou emocionalmente qualquer criatura viva. Daí que a alimentação mais comum entre muitos hindus seja a lacto-vegetariana. Todavia, alguns consomem peixe e carne de aves, mas jamais carne de vaca. (Lévy 2008, 105-107) e (Cunha 2009, 8). No Guzerate, de onde provém a maioria dos hindus imigrados em Portugal, mais de metade da população é vegetariana, certamente por influência dos jainas, numerosos na região; mas por exemplo em Goa e no Kêrala os vegetarianos são apenas 6 % da população; segundo crê o professor Luís Thomaz, no conjunto da Índia 30 %, no máximo, serão vegetarianos. A maioria dos brâmanes de Goa e do Mahârastra, os chamados brâmanes sarasvates, comem peixe e aves.

Os hindus consideram que o vegetarianismo é a forma de viver que provoca o mínimo de dor aos outros seres; mas o hinduísmo como religião não impõe nada, apenas dá a

sabedoria para a pessoa escolher o que vai colocar no seu corpo. Por exemplo, os sacerdotes e mestres religiosos são vegetarianos para manterem um elevado nível de pureza e consciência espiritual. Em contrapartida, os soldados e os agentes da lei, geralmente não são vegetarianos, porque têm que manter viva a sua força agressiva para executarem o seu trabalho.

Constata-se que muitos suamis hindus aconselham os seus seguidores a adotarem uma alimentação vegetariana antes de serem iniciados e a continuarem vegetarianos depois. É evidente que existem bons hindus que comem carne e hindus não muito bons que são vegetarianos.

Os antigos escritos sagrados hindus recomendam uma alimentação vegetariana. No entanto, cada pessoa poderá escolher livremente a sua dieta, de acordo com os hábitos alimentares da casta a que pertence.

No regime alimentar hindu é frequente encontrar especiarias picantes, leite e derivados, bem como doces, café e chá. É interessante notar que os hindus não se servem geralmente de talheres, comendo com os dedos da mão direita, pois a mão esquerda, que serve para a limpeza das partes baixas, é considerada impura. (Cunha 2009). No processo de cuidar, penso que será muito benéfico para todos que o profissional de saúde crie a oportunidade de conversar com a pessoa doente acerca das ementas que o serviço colocará à sua disposição para que ele possa escolher. Este momento poderá converter-se num excelente espaço de diálogo, conhecimento, encontro, exercício dos valores éticos da autonomia e beneficência e respeito pelas convicções filosóficas, culturais, religiosas e espirituais do paciente.

### **3. Acompanhamento religioso em ambiente hospitalar**

Em geral, os hindus são muito próximos dos seus familiares e em situação de doença todos se prontificam para o que for necessário. As decisões médicas são partilhadas com os parentes do paciente e não deve ser vedada ao hindu enfermo se ele assim o desejar, a visita do seu guru para que possa ser acompanhado espiritualmente.

Na cultura hindu é hábito as pessoas retirarem os sapatos antes de entrarem em casa, no quarto do doente ou nos locais de adoração. Por isso, é normal os visitantes do hospital deixarem os sapatos à entrada do quarto do doente, em sinal de limpeza e de respeito. Tendo em conta esta prática, pode-se evitar qualquer risco de infeção às visitas — ou que elas sirvam de veículo a microrganismos nocivos — sem provocar contrariedade aos profissionais de saúde nos serviços de internamento, se forem providenciadas meias plásticas esterilizadas próprias para esses ambientes.

Se o paciente for mais novo do que a pessoa que o visita, deverá receber instruções para não fazer esforços desnecessários de se levantar, em sinal de boa educação e respeito para com os mais velhos, sobretudo se o visitante for ascendente familiar do doente.

Os hindus, homens e mulheres, têm um elevadíssimo sentido do pudor, que é necessário ter em conta no decurso dos processos clínicos. As pacientes preferem ter contato com profissionais mulheres, especialmente nas questões relacionadas com problemas ginecológicos e de obstetrícia. Contactos físicos entre homens e mulheres, mesmo o aperto de mão, são geralmente condenados: só são admitidos entre pessoas do mesmo sexo. Olhar nos olhos o paciente durante uma conversa é considerado como falta de respeito. Quando se fala com um casal (marido e mulher), o homem deve ser considerado o interlocutor. As decisões sobre o grau de informação a fornecer ao paciente, sobre o diagnóstico, sobre a terapia e sobre o consentimento informado, devem ser concordadas com o parente mais velho ou com o cuidador principal do paciente. Pode acontecer uma paciente estar relutante em exprimir o consentimento à terapia sem ter primeiro consultado o marido ou o pai. Os hindus de grau social mais elevado podem aceitar uma comunicação mais aberta (Petrini 2007, 188).

#### *Devoção pessoal e objetos religiosos*

O hindu devoto terá consigo ou à cabeceira uma pequena imagem ou estampa da sua divindade preferida, o que deverá ser respeitado, desde que não perturbe a normal prestação de cuidados



necessários à pessoa doente internada. Possuirá também provavelmente uma *mâlâ* ou *akṣamâlâ* (rosário, em regra de 108 contas, separados às dezenas por pequenos anéis de metal ou prata) para meditar ou recitar os mantras, geralmente, voltado para norte ou oriente. (Lévy 2008, 51).

#### **4. Acompanhamento do moribundo e rituais fúnebres**

Abordar o tema da morte provoca um certo desconforto, porque nos defrontamos com a inevitável certeza de que a vida um dia chegará ao fim. É claro que a concepção da morte depende muito da herança cultural que se possui, daí a importância dos rituais fúnebres na elaboração do luto. Estas celebrações além de possibilitarem contatos afetivos e de conforto entre parentes, apresentam simbologias que tentam reordenar as relações sociais. A morte é um grande desorganizador cultural, por isso a cultura tenta encontrar respostas para ela por meio de rituais que unem as pessoas, proporcionando expressão de afetos e ajuda no processo da construção do significado da vida. ([www.molhoshoyu.blogspot.com/2007/06/morte-nas-sociedades-antigas.html](http://www.molhoshoyu.blogspot.com/2007/06/morte-nas-sociedades-antigas.html) 2007).

Os hindus acreditam que a vida presente é apenas uma entre várias existências. A transmigração das almas é uma pressuposição baseada na teoria kármica da natureza retributiva da ação. A acumulação de méritos assegura um estatuto superior na encarnação finita e temporária seguinte, neste ou noutros mundos superiores e, reciprocamente, o demérito garante um destino inferior. Não é exagero constatar que manter o estado de pureza ritual se pode transformar em obsessão, principalmente para os brâmanes que se consideram ortodoxos. As regras de conduta social codificadas na literatura dos *dharmaśāstras* (como por exemplo as *Leis de Manu*) correspondem a indicações preventivas que certificam uma passagem segura para os hindus “nascidos duas vezes”.

A morte é o fim do corpo, determinando a separação, do “corpo subtil” do corpo físico e, por isso é considerada extremamente contaminante. (Petrini 2007, 173). O medo da morte surge muito mais como uma ansiedade em relação àquilo que é espiritualmente

poluente e à possibilidade de poder ser possuído e assombrado por espíritos, do que como o terror face ao abismo da extinção ou de uma eternidade de castigos no inferno.

O hinduísmo sustenta que o corpo é formado por cinco elementos: fogo, água, ar, terra e éter. Quando uma pessoa morre, por se ter apagado um dos referidos elementos, Agni, deus do fogo, virá purificar o cadáver e libertar a alma, que assim poderá seguir o seu caminho.

Os rituais fúnebres (*antyeṣṭi*) expressam os ideais culturais próprios de cada casta, traduzindo-os em ritos de passagem. Estes rituais de transição entre estados permitem que o espírito do defunto avance, servindo de antídoto para a contaminação pela morte daqueles que estão envolvidos nas suas circunstâncias. Representam a restauração simbólica das relações sociais normais suspendidas no caso dos familiares (comensais) do defunto que permanecem ritualmente impuros durante dez (ou mais) dias após a morte. Qualquer contacto com a morte confere uma impureza ritual aos brâmanes, que ficam proibidos de recitar as escrituras védicas no espaço de um a três dias.

A cremação é o modo mais usual de tratamento do corpo dos defuntos. No entanto, os cadáveres daqueles que renunciaram ao mundo quotidiano das interações sociais, cuja iniciação cerimonial nesse estilo de vida incluiu um funeral antecipado exprimindo a sua exclusão voluntária do mundo normal, são enterrados na vertical, em túmulos especiais, ou colocados em rios, preferencialmente sagrados.

O ritual fúnebre exige pelo menos três sacerdotes, devidamente recompensados pelos seus serviços, para dedicarem as oferendas aos antepassados.

O cadáver é totalmente lavado, rapado (no caso dos homens) e ungido por uma pasta de madeira de sândalo; depois o corpo é envolto numa mortalha e carregado para o local da cremação pelos familiares masculinos. A caveira é perfurada para que a alma possa “escapar” do corpo. As cinzas são enterradas ou lançadas a um rio. Após o funeral, os familiares permanecem num estado de contaminação ritual, cujo grau depende da proximidade consanguínea com o defunto. A purificação faz-se através dos últimos rituais que incluem a oferta de bolas de arroz aos antepassados e ao defunto,

para lhe conferirem, simbolicamente, um corpo no mundo dos espíritos dos mortos. As oferendas diurnas continuam durante dez dias, representando os dez meses lunares da gestação embrionária. Depois de ter sido formado o “corpo imaterial”, este desloca-se para o domínio dos antepassados masculinos, em virtude do rito realizado treze dias ou um ano após a morte.

O deus da morte, designado por Yama nos escritos mais antigos do *Rigveda*, apresentava-se como uma figura benigna, que fornecia comida e abrigo aos mortos em circunstâncias agradáveis; por isso, os familiares fazem-lhe súplicas pelos seus defuntos, pedindo uma longa vida e a libertação da morte repetida. Com a evolução da mitologia, Yama foi adquirindo características mais sinistras e tornou-se no senhor dos infernos. Na literatura purânica, Yama é uma figura ambígua: por um lado, inflige torturas aos malditos em múltiplos infernos e, por outro lado, distribui bênçãos aos humanos. Enquanto personificação do tempo, Yama determina a duração da vida dos mortais.

A *Bhagavad-gîtâ*, texto muito influente nos tempos modernos entre os hindus, justifica em parte a legitimidade de se matar ou morrer numa guerra justa, porque só o corpo é morto, e não a alma que é essencial e imortal (Howarth e Leaman 2004, 260-262).

### **Morte numa família hindu, na Índia**

Apesar dos costumes variarem imensamente de uma região para outra, vamos utilizar como referência o testemunho presencial de Pittu Laungani, psicólogo inglês, na sua passagem por Bombaim, a meados da década de noventa, sobre a morte natural de um brâmane de idade avançada. (Parkes 2003, 69-90).

Os filhos são os primeiros a notar que o estado de saúde do pai é cada vez mais débil e que terá pouco tempo de vida. Paradoxalmente, a esposa pensa que ele irá recuperar, por isso, dedica-se a fazer orações e jejuns rigorosos aos deuses no intuito do marido ganhar de novo a saúde. Convoca vários astrólogos, adivinhos ou *yogis* para alimentarem as suas esperanças, passando largas horas junto do altar familiar, cantando e recitando *mantras* dos Vedas e *çlokas* (versos) dos textos sagrados,

incluindo a *Bhagavad-gîtâ*. Apesar de saber que será bem cuidada pelos filhos, muito provavelmente terá desejado “morrer nos braços do marido”, porque a viuvez da mulher hindu implica a perda de estatuto na hierarquia familiar e social. Durante esse tempo, permanece um clima de muita tristeza no lar, pela perda daquele que era o cabeça da família.

O filho mais velho com a perspectiva de tornar-se o novo chefe da família, começa a tomar as providências a nível das provisões necessárias para os vários dias de exéquias que se avizinham, tais como: farinha, óleo vegetal, arroz, legumes e outros bens essenciais. Os familiares que vivem longe são prontamente informados sobre a situação para poderem estar presentes no funeral.

O moribundo nunca é deixado sozinho no hospital, pois costuma receber muitas visitas durante o dia e fora do horário das visitas estão os filhos e familiares próximos que durante a noite dormem num colchão no chão, se não houver espaço para colocar uma cama, ou nos bancos ao longo do corredor.

O agonizante, no momento da morte, encontra-se rodeado dos familiares e amigos, inclusivamente crianças. Nestes momentos tensos são trocadas poucas palavras, pois todos ficam à espera que o filho mais velho assuma o papel de novo chefe de família e decida o que fazer.

Só depois de saldarem as contas do hospital requerem a certidão de óbito, para o corpo do falecido ser levado para casa, onde é mantido em blocos de gelo, até à hora do funeral a combinar com o sacerdote familiar.

Em casa, dá-se uma inversão de papéis, as mulheres tomam conta dos arranjos domésticos, após realizarem as respetivas abluções purificadoras, os enlutados vestem o traje fúnebre de cor branca: para as senhoras saris e para os homens *kurtas* (espécie de camisa ou casaco redingote) e *dhotis* (panos que se enrolam à cinta, por vezes passando entre as pernas). As vestes de luto são usadas por todos os familiares até se completar o primeiro aniversário do falecimento; à viúva são retirados os adornos, quebradas as braceletes e retirado o *sindûra* vermelho (marca do casamento) usado na zona central da testa, indicando a mudança do seu estatuto.

Os hindus, mesmo os que não são totalmente vegetarianos, cumprem nesses dias uma dieta vegetariana rigorosa; por isso, toda a carne já confeccionada, bem como os ovos existentes na casa, são oferecidos a terceiros ou deitados fora.

Os colchões das camas são colocados no chão, onde todos dormem durante os doze dias das exéquias, excetuando os doentes e idosos que não puderem.

O quarto do falecido, depois de limpo e preparado, receberá o cadáver que é colocado no chão sobre um lençol, resguardado por outro lençol em cima do corpo, mas com o rosto descoberto, conforme os costumes antigos, até ao dia do funeral. Quem tem posses, contrata uma equipa de cozinha e outra de limpeza a tempo inteiro durante doze dias, para cuidar dos familiares e convidados que irão ficar instalados na casa.

A cerimónia religiosa de doze dias implica o revezamento de vários sacerdotes que irão ler textos sagrados, recitar versos santos da *Bhagavad-gîtâ* e entoar canções de devoção acompanhadas com música. O sacerdote que está ligado ao templo local também assiste a família em todas as necessidades religiosas, desde nascimentos, distribuição de horóscopos, noivados, casamentos e mortes. Os encontros de oração, em que se espera que todos participem em estado de pureza física e espiritual, são realizados duas vezes por dia, ao amanhecer e ao anoitecer.

As afinidades que existem entre hinduísmo e sikhismo permitem às famílias hindus contratarem por vezes também sacerdotes *sikhs* (caracterizados pelo uso do turbante laranja), que leem o seu texto sagrado, o *Granth Sâhib*; recitam-se poemas de textos religiosos hindus, fazem-se sermões baseados nos *purâñas*, entoam-se cânticos de devoção.

Uma cerimónia destas dimensões implica despesas avultadas, mas é considerada um ato de suprema piedade que assegura o repouso da alma que partiu. Por isso, quando a família não tem possibilidades é auxiliada pelos membros da sua casta ou poderá contrair empréstimos para realizar este rito exequial.

Antes do amanhecer do dia seguinte, os filhos e netos do falecido esperam o barbeiro em tronco nu, apenas com o cordão bramânico diagonalmente suspenso entre o peito

e os ombros, para raparem a cabeça como oferta à alma que partiu, deixando apenas um penacho no topo.

O pátio é transformado numa grande cozinha, onde serão posteriormente realizadas as refeições: acendem-se fogareiros a carvão, limpam-se os vegetais, coze-se arroz, couve-flor, batatas e lentilhas em caldeirões, fritam-se cebolas e mistura-se farinha com água e sal para fazer uma espécie de crepes ou pães ázimos cozidos na chapa, *chappatis* e *parathas*. A refeição termina com algum tipo de sobremesa doce. À noite, nesse mesmo espaço será o dormitório para a maioria dos membros masculinos participantes nas exéquias.

Durante esses dias, os recém-chegados apresentam as condolências à família e vão visitar o falecido: sentam-se no chão junto ao corpo, de pernas cruzadas e com as palmas das mãos unidas, em oração silenciosa. Sob um calor abrasador os visitantes abanam-se com leques ou jornais, uns afugentam as moscas do rosto do defunto, outros choram desoladamente e ainda outros murmuram preces ou recitam *ślokas*, mas todos fitam o corpo inerte com intenso pesar. Todo este ambiente é partilhado também pelas crianças sem nenhum tipo de restrição ou constrangimento.

Curioso é referir que ao saírem do local onde está o morto, os homens e as mulheres se separam para lugares diferentes da casa.

A viúva é dispensada de todas as suas responsabilidades e decisões em detrimento da esposa do filho mais velho que passará a ser guardiã das chaves da casa familiar, o símbolo da autoridade no lar.

No dia seguinte, os membros masculinos começam a reunir o material necessário para a construção do féretro: esteiras de juta e cordas de cairo (fibra de coco), vários metros de musselina branca e vermelha, varas de bambu grosso e cordas para segurar o corpo quando for colocado no caixão.

O sacerdote da família traz consigo os ingredientes exigidos para as orações: *ghi*, algodão, cânfora, creme de vermelhão, coco, arroz, incenso, noz-moscada, pau de canela e outros. Toda a casa possui uma enorme fragrância devido às grinaldas de

flores sazonais, rosas, jasmims e malmequeres, bem como um intenso cheiro a incenso queimado junto do *mandira*, normalmente situado na sala.

O cadáver é lavado, ungido com óleo e envolvido em musselina antes de ser colocado no féretro e, posteriormente, segurado com cordas e grinaldas de flores. Enquanto cantam em hindi *Ram Ram Satya hai, sat naam Satya hai*, ou seja, “Rama é a verdade, em Rama está a verdade”, levam o esquife para o pátio onde aguardam a viúva e todos os presentes que choram e gritam sem moderação, para o último *daršana*, ou seja, o último olhar ao defunto.

Começa o cortejo fúnebre com o sacerdote à frente balançando um pote de barro que contém a chama sagrada, continuando a cantar *Ram Ram Satya hai, sat naam Satya hai*. Todos estão ansiosos para transportar o caixão, por ser um gesto de grande piedade. Na mentalidade hindu, ver passar um cortejo fúnebre é um bom presságio, e assim sendo, todos os transeuntes unem as palmas das mãos em sinal de oração silenciosa.

Ao chegarem ao crematório, no lado de fora, o sacerdote ordena que coloquem o caixão no chão, canta alguns mantras, invoca os deuses, oferece preces aos quatro cantos da Terra solicitando bênçãos para o repouso tranquilo da alma que parte.

O corpo é levado para dentro e o filho mais velho exhibe a certidão de óbito do pai ao empregado do crematório, evitando qualquer tipo de contacto físico com ele, visto ser um intocável, oriundo de uma casta muito baixa.

Os filhos untam o corpo todo do pai com *ghi* e depositam-no sobre uma pira de metro e meio de troncos, colocando mais alguns troncos de sândalo sobre o cadáver. O sacerdote faz sinal aos filhos para se aproximarem e depois de recitar uma série de *ślokas* entrega ao mais velho uma tocha acesa, para acender a pira do pai, pois faz parte do seu *dharma*; repetindo as palavras do sacerdote, o filho, curvado passa a tocha acesa junto ao cadáver, sendo o mesmo gesto repetido pelos presentes.

O ritual da cremação só fica concluído quando se escutar o som do crânio a rachar, pois existe uma crença hindu muito antiga que afirma que quando o crânio estala a alma da pessoa morta é libertada. Aí os presentes dirigem ao filho mais velho as condolências e

pedem licença para se irem embora, só ficando os familiares mais próximos, à espera de as cinzas serem recolhidas numa urna que será devidamente rotulada e conservada nos próximos dez a doze dias, até ao ritual final no rio Ganges assegurando a salvação espiritual do falecido.

As pessoas enlutadas, ao chegarem do crematório encontram-se em estado de impureza ritual, daí que, para poderem receber as condolências públicas de toda a comunidade à hora marcada e anunciada, tenham de realizar abluções purificadoras, tais como tomar banho, mudar de roupa e fazer orações antes das refeições. Os membros masculinos da família apresentam-se devidamente trajados e de turbante branco cobrindo a cabeça, ficando de pé e em silêncio. Cada pessoa aproxima-se deles, faz uma vénia, sussurra as condolências, mostra as palmas das mãos com os dedos apontados para a terra e depois afasta-se. Este gesto simbólico significa que viemos para este mundo de mãos vazias e de mãos vazias partimos dele, ou seja, indica o despojamento total.

Nesses doze dias os homens raramente saem de casa, não se barbeiam e evitam quaisquer tipos de adorno ou prazer físico. A meio da tarde, todas as mulheres se juntam numa sala da casa para se lamentarem, chorarem e baterem no peito. Este encontro revela-se profundamente terapêutico e produz efeitos práticos no bem-estar mental da família enlutada, devido à presença e suporte das pessoas mais próximas.

É normal que os filhos convoquem o sacerdote familiar para ajudar a cumprir as últimas vontades do falecido.

Finalmente, o filho mais velho senta-se num lençol estendido no chão, ao pé do rio Ganges, de frente para o sacerdote, e todos rezam e cantam pelo repouso das almas que partiram. Depois despe-se, mergulha no rio, quebra o selo da urna e lança as cinzas e pedaços de osso carbonizado nas águas. Em seguida, veste roupas brancas, enquanto o sacerdote acende um fogo e oferece ao deus Ganexa orações pronunciadas em sânscrito, extraídos de uma colectânea de textos religiosos para as exéquias, durante cerca de uma hora.

O mérito desta narrativa está no facto de articular um conjunto de princípios fundamentais relacionados com a morte, manuseamento de corpos, com os rituais associados à morte e ao luto entre os hindus.

### **O ritual Sati**

É neste contexto, que aparece o ritual conhecido no Ocidente por *satî*, muito antigo, que passarei a descrever. *Satî* (forma feminina do particípio *sant*, “ente, existente, presente” e daí “real, autêntico, verdadeiro”) usa-se em sânscrito antonomásia para designar a “esposa virtuosa”, com particular referência ao ritual de auto-imolação voluntária de uma viúva sobre a pira funerária do marido; traduz o desejo de se reunir ao esposo num estado divino, permitindo-lhe alcançar mérito espiritual para si e para a sua família. Apesar de ser um ato supostamente voluntário, a viúva era muitas vezes induzida a morrer por parentes desejosos do prestígio de possuírem uma *satî* na família, cobiçosos da sua propriedade, ou simplesmente interessados em livrar-se do fardo de assegurarem a sua subsistência. (Hermann Heirich Ploss 1937, 312-319).

O ritual da *satî* não tem qualquer sanção por parte das escrituras hindus; nomeadamente o texto normativo *Mânavadharmasâstra* declara que:

“Uma esposa virtuosa que deseje juntar-se ao esposo no mundo após a morte não deverá fazer nada que lhe desagrade, esteja ele vivo ou morto. Quando o seu esposo falece, ela deverá jejuar se assim lhe aprouver, comendo flores puras, raízes e frutos, mas não deverá mencionar o nome de outro homem. Obediente até morrer, paciente, comedida, casta, com todo o seu intento no supremo dever de uma mulher para com o seu esposo... uma esposa virtuosa que permanece casta após a morte do seu esposo vai para o Céu tal como vão os homens castos, mesmo que não tenham filhos varões. (Livro 5: 156-60)”. (Howarth e Leaman 2004, 452-453). Lembremos que entre as castas superiores havia na Índia antiga poligamia, mas as segundas núpcias de viúvas eram proibidas.

Apesar de ser um ritual muito antigo, o *satî*, já proibido nas possessões portuguesas pelo vice-rei D. Constantino de Bragança (1559-63) foi, a 4 de dezembro de 1829, proibido em toda a Índia pelo governador-geral britânico Lorde William Bentinck. (Geiger 2002, 312-319).

### **Rituais fúnebres de hindus, no Ocidente**

Os hindus sabem muito bem adaptar-se aos países para onde emigram e respeitam as regras de convivência social de onde habitam, devido à consciência kármica que têm da sua existência. É óbvio que as águas do rio Ganges não passam em todo o mundo, nem é na Europa permitido fazer um cortejo fúnebre de caixão aberto, bem como acender piras funerárias na praça pública, ou permitir que um homem falte doze dias ao emprego para cumprir as obrigações para com o seu falecido pai. Daí que a maioria dos hindus ocidentais admita que as autoridades hospitalares e públicas decidam como devem ser tratados os funerais. Contudo, existe sempre a alternativa de transportar de avião o corpo para a Índia e assim cumprir todas as disposições tradicionais. No entanto, isto só é possível a muito poucos e realizado por menos ainda.

Na Índia, quando a pessoa está prestes a morrer é retirada da cama e colocada no chão. A crença entre os hindus é que se torna mais fácil a alma abandonar o corpo quando este é colocado no solo, pelo simbolismo universal de que “terra regressa para a terra”. Os parentes juntam-se em redor da pessoa moribunda, mergulham uma ou duas folhas de manjerição num recipiente com água sagrada do rio Ganges e colocam-nas nos lábios do doente, à medida que vão cantando hinos sagrados. (Küng, *Religiões do mundo, em busca dos pontos comuns* 2005, 58).

Sabemos que a maioria das pessoas no Ocidente morre nos hospitais e que nenhuma instituição de saúde autoriza que uma pessoa moribunda seja colocada no chão. Penso que seria uma boa sugestão que as capelarias estivessem munidas de algum recipiente selado com água do Ganges, que se pode facilmente adquirir em lojas indianas para a proporcionarem aos doentes. Porém, lembremos que os hindus se identificam com a

sua casta e a defendam, daí que eles próprios providenciam normalmente para si e para todos os seus esses preparativos.

Os hindus preferem expirar em casa a morrer no hospital. Todavia, na cultura e mentalidade ocidentais, quando a pessoa morre no hospital, o corpo não é levado para casa, mas para a casa-mortuária. Daí que os rituais do banho, da unção e da ornamentação do corpo, normalmente não são realizados pelos familiares, como é da praxe hindu, mas por profissionais de saúde e cangalheiros, que provavelmente desconhecem os seus costumes. É meu entender que, tanto quanto possível, essas práticas rituais devem ser respeitadas porque contribuem para a recuperação da dor da perda e para o bem-estar emocional, psicológico e inclusive espiritual daqueles que perderam o seu familiar.

É de referir que a lamentação excessiva e o apego exagerado ao morto não são vistos como bons, porque acredita-se que dificulta à alma abandonar o corpo e o plano terrestre, além de causar maior sofrimento a todos. No momento da agonia o moribundo deverá receber daqueles que o rodeiam atitudes, palavras e pensamentos de felicidade, uma vez que a alma recebe estas vibrações (Brasil 1997).

Acredito ser pertinente consultar a família e o doente para se envolverem a tempo nas decisões, e assim ser respeitado o princípio ético da autonomia em relação àquilo que preferem fazer. Isto permitirá à família e ao próprio doente decidir se quer morrer ou não em casa. É uma excelente oportunidade para a família assumir o controlo da situação, seguir os costumes tradicionais, acordar quais os cuidados de saúde a prestar ao doente e providenciar um lugar onde a família possa estar reunida. Também deverá ser permitido aos familiares enlutados participarem nos preparativos do corpo e, caso desejem, levá-lo para casa.

No momento da morte a alma deixa o corpo e renasce noutra pessoa, num animal ou vegetal, dependendo das ações que foram praticadas nas vidas passadas. (Monteiro 2007, 57). Antigamente, rezavam ou cantavam ao defunto, o texto sagrado védico: “Rasteja para a terra, tua mãe! E possa ela salvar-te do nada!” (*Rigveda* X, 18, 10). A terra era considerada como mãe e protetora, como a *Tellus Mater*, dos Romanos. No

entanto, a literatura upanixádica e a pregação de Buda fizeram obliterar esse princípio (Eliade, *Tratado de História das Religiões 2004*, 27).

O corpo é levado para o crematório numa padiola, carregado pelos familiares enlutados com vestes brancas. Este gesto não deve ser-lhes negado por o consideram de uma piedade suprema para com aquele que veem partir. Se não é permitido transportar um caixão aberto, poder-se-ia viabilizar um féretro com tampa parcial ou totalmente de vidro e num formato semelhante aos tradicionais hindus. (Lévy 2008, 206-208). As crianças antes dos dois anos são consideradas puras e portanto, não são cremadas, nem os que vivem uma vida santa na floresta. (Petrini 2007, 173) e (Genebra 2010, 5).

O dia e a hora do funeral são combinados com os crematórios pelos agentes funerários e não pelo sacerdote da família. O funeral deverá respeitar os horários do crematório para não colidir com o funeral seguinte. Assim, a espontaneidade e flexibilidade características dos funerais hindus são sacrificadas em prol da precisão e do funcionalismo público ocidental.

Na perspetiva hindu, no Ocidente a cremação existe para esconder os funerais, em vez de lhe dar maior expressão, porque o incinerador está escondido e nem é permitido às pessoas enlutadas acenderem a chama. Nada veem, nada ouvem, nada sentem, apenas o deslizar do caixão num tapete rolante até desaparecer num buraco disfarçado por uma porta. O sacerdote, em vez de cantar os mantras próprios das cerimónias fúnebres, limita-se a fazer um sermão; e até expressar a tristeza com choros, gemidos e bater no peito, comum num oriental nestas ocasiões, é considerado impróprio, pois para o ocidental na contenção está a dignidade.

As viúvas hindus de castas mais elevadas deverão rapar a cabeça logo após a morte do marido. (Howarth e Leaman 2004, 515).

Para que estas e outras situações semelhantes possam ser contornadas e ultrapassadas, as populações emigrantes deverão constituir-se em associações e criar condições para poderem realizar as praxes com as quais se identificam cultural e religiosamente.

No nosso país, os corpos dos hindus falecidos são, após os ritos e cerimónias fúnebres, cremados no cemitério do Alto da S. João, em Lisboa. Uma parte das cinzas é depois atirada ao rio Tejo, acompanhadas de flores e orações, bem como da execução de danças e peças dramáticas tradicionais, muitas delas baseadas em obras de antigos santos e poetas. Registam-se casos em que as cinzas são transportadas para a Índia e lançadas no Ganges. (Kendall 1997, 70-71).

### **5. Casos limites: eutanásia, distanásia, suicídio, autópsia.**

O hinduísmo orienta-se pela não-violência (*ahimsa*), daí que reprove liminarmente qualquer princípio tanásico ativo que provoque a morte da pessoa, porque esse comportamento choca diretamente com o *karman* da pessoa e, conseqüente reencarnação. É natural concluir daqui que a mesma orientação se aplique ao suicídio, como refere Isabelle Lévy no seu livro *Soins, cultures et croyances* (Lévy 2008, 218). Podemos constatar esses mesmos pensamentos no manual *Pratiques Religieuses em milieu hospitalier*, elaborado pelo Serviço de Assistência Interreligiosa do Hospital Cantonal de Genebra – Suíça (Genebra 2010, 7) e (Petrini 2007, 185-186).

Relativamente ao prolongamento artificial da vida ou distanásia, os hindus opõem-se veementemente, porque preferem deixar que a vida siga o seu curso natural. Ademais, se se der a falência de algum órgão vital, que não permita à pessoa voltar à sua vida normal, minimamente saudável e autónoma, ou no caso da comprovação clínica da morte cerebral, entende-se que a alma abandonou o corpo (Brasil 1997).

A respeito da autópsia não existem quaisquer impedimentos; apenas sucede os hindus tradicionalistas reivindicarem a devolução do corpo no espaço de vinte e quatro horas, para realizarem os respetivos ritos fúnebres (Genebra 2010) por considerarem, os exames *post-mortem* uma falta de respeito para com o defunto (Petrini 2007, 187).

## 6. Conclusão

Graças ao desenvolvimento e aplicação das novas políticas de saúde, assim como aos processos de acreditação hospitalares com a exigência de qualidade dos procedimentos clínicos em níveis cada vez mais elevados, a pessoa doente é valorizada, reconhecendo-se-lhe o inalienável exercício do princípio ético da autonomia na tomada de decisões sobre a sua vida e o seu corpo; para isso contribui também o incremento da consciência individual da saúde como conceito holístico, onde a espiritualidade se insere no processo do cuidar da pessoa.

Olhar o ser humano é hoje, ou deve ser, ter em conta quer a sua unicidade quer a sua complexidade dentro de uma cultura e de uma história. Podemos concluir notando que se a dor é total, ou seja, atinge o ser humano na sua totalidade, também a atitude terapêutica o deve ser. Pois ter saúde não é só “estar em forma”, ou tudo investir na mítica cultura do “corpo belo e perfeito”, mas procurar a harmonia e o equilíbrio entre todas as dimensões do ser humano, a saber: física, social, psíquica, emocional, intelectual e espiritual, dentro da sua vida e da sua história.

Em contexto de saúde, temos a convicção de que os limites do cuidar são muito mais amplos do que os do curar. É sempre possível cuidar de uma pessoa com doença, mas nem sempre se pode curar a doença daquela pessoa. Nesse sentido, todos estamos em lista de espera.

Finalmente e tendo em conta tudo o que foi referido anteriormente, penso que ficou patente a importância da espiritualidade no processo terapêutico integral da pessoa, com especial relevância quando se encontra numa condição vulnerável ou em fase terminal. Isto acontece porque uma espiritualidade saudável oferece maior qualidade de vida interior e uma ampla visão dos objetivos e projetos a nível de realização pessoal; e ajuda a encontrar o sentido profundo da vida, integrando inclusivamente as suas fragilidades e estabelecendo comunhão consigo, com a vida e com os outros.

Quero terminar este trabalho com um pensamento de Henri Nouwen, do seu livro *O curador ferido*, que em meu entender sintetiza de forma genial o acompanhamento espiritual que todos os profissionais de saúde deveriam poder oferecer às pessoas

doentes: “Acompanhar com compaixão é difícil porque requer a disposição de ir com os outros, onde se sentem mais débeis, vulneráveis, sós e feridos. O nosso maior dom é a habilidade de penetrar com compaixão na dor daqueles que sofrem”.

## 7. GLOSSÁRIO

*Ācārya* – mestre espiritual, guru.

*Ahimsā* – inocência ou não-violência física, mental ou emocional.

*Antyeṣṭi* – rituais fúnebres.

*Āsana* – postura.

*Āṣrama* – fase ou etapa da vida (solteira, casada ou eremítica), em particular a fase em que a pessoa se despede da vida familiar e social para se encontrar consigo, vivendo só na floresta.

*Āyurveda* – ciência da longa vida, designação da medicina tradicional hindu.

*Bhāgavata* – bem-aventurado, santo, sagrado e, em particular, referente ao deus Vixnu, cujo epíteto é *Bhagavant*, “o Bem-aventurado”

*Bhagavad-gîtā* – poema filosófico incluído no *Mahābhārata* e considerado “o Novo Testamento dos hindus”.

*Bhakti* – devoção à divindade.

*Bindu* – marca ou ponto vermelho usado pelas mulheres casadas ou como adorno.

*Brahmacārin* – aluno ou discípulo, aprendiz de sacerdote, estudante bramânico.

*Brāhmācarya* – aprendizado bramânico.

*Brahmopadeśa* – instrução dos Vedas.

*Caṇḍāla* – literalmente “cruel” (nome que se dava outrora aos indivíduos considerados impuros, modernamente alcunhados de “intocáveis”).

*Çloka* – verso sânscrito formado de dois hemistíquios de 16 sílabas, frequente nos textos sagrados.

*Çrutî* – audição, ouvido e daí revelação.

*Dalita* – desprezado, oprimido (designação atribuída aos membros das castas mais baixas, reputadas impuras, outrora designados por *caṇḍâlas*).

*Daṇḍa* – bastão, varapau, bordão, e daí, castigo, punição.

*Darçana* – visão, olhar, em especial de um ídolo ou de uma pessoa moribunda.

*Dhamaśâstra* – tratado, geralmente em verso, sobre as leis sagradas do hinduísmo.

*Dhâraṇâ* – concentração num só objeto.

*Dhyâna* – meditação.

*Deva* – deus, divindade, ser celeste.

*Dvijas* – nascido duas vezes, designação das castas superiores.

*Garbhabharman*: gestação, formação do feto (*garbha*)

*Ghi* – manteiga clarificada sem sal.

*Grīṣma* – época do calor, estação quente, verão.

*Harijan* – “filho de Hari (epíteto de Vixnu), filho de Deus”, designação que Gandhi criou para os “intocáveis”.

*Homa* – oblação a Agni, deus do fogo, sacrifício.

*Içvâra* – Senhor (epíteto de Xiva).

*Kaivalya* – estado de isolamento e beatitude final do espírito.

*Karman* – lei moral da causa e efeito.

*Jâti* – nascimento, geração e daí casta ou sub-casta.

*Jyotiṣa* – astronomia, astrologia, horóscopo.

*Madhyadeça* – região entre o Indo e o Ganges.

*Mahâbhârata* – uma das duas grandes epopeias da Índia, que na sua forma atual constitui uma espécie de enciclopédia popular do hinduísmo.

*Maṅḍala* – disco, circunferência, círculo, e daí diagrama formado por círculos concêntricos usado na meditação para concentrar o espírito.

*Mandira* – residência, mansão, templo, palácio, pequeno altar familiar.

*Mantra* – fórmula mágica, oração, em geral extraída dos Vedas.

*Mekhalā* – cinto, cinturão

*Mokṣa* – libertação, fuga ao ciclo das reencarnações.

*Mūrti* – corpo sólido, forma visível, em especial estátua de uma divindade.

*Niyama* – continência, restrição, abstinência, temperança, observância conducente à pureza.

*Nivṛtti-mārga* – via da abstinência, caminho da renúncia, abstenção de conforto físico.

*Niṣekakarman*: aspersão, nome de um rito da gravidez.

*Pada* – pé, e daí texto com as palavras decompostas nos seus elementos.

*Pāvanāntara* – “outra purificação”, nome de um rito.

*Prâṇâyâma* – controlo da respiração.

*Prārthana* – pedido, súplica, oração de petição.

*Pratyâhâra* – treino dos órgãos sensoriais para não transmitirem as suas preceções.

*Pravṛtti-mārga* – “via do progresso [espiritual]”, consistindo na pureza nas ações e pensamentos, e na modéstia na vida mundana.

*Pronnama* – “elevação”, gesto com que se começam e terminam as orações, juntando as mãos e tocando com elas no peito e na testa.

*Pujâ (Puṇya)* – cerimônia, oração ou oferenda a Deus, que pode ser material, mental ou espiritual.

*Pūsavana*: rito para que nasça uma criança do sexo masculino.

*Puruṣārtha* – os fins do homem.

*Râmâyana* – uma das duas grandes epopeias da Índia, narrando os feitos de Râma.

*Râṣṭra* – reino, império, monarquia.

*Sāhita* – sequência, recitação, texto tal como se recita.

*Samādhi* – perfeição, plenitude, completamento, união total, nome técnico da meditação profunda.

*sāsāra* – impermanência, eterna mutação, processo contínuo de reencarnações.

*Sāskāras* – sacramentos, rituais de passagem.

*Sanātana dharma* – lei eterna (designação tradicional do que modernamente se designa por hinduísmo).

*Śarad* – outono.

*Sāvitracarū* – “oblação ao Sol”, nome da refeição confeccionada pelo aluno no fim do ritual da iniciação ou *upanayana*.

*Śāstra* – tratado, texto religioso, formulário litúrgico.

*Śraddhā* – “fé, confiança”, nome que se dá aos últimos rituais de purificação fúnebre.

*Śimantonnayana*: “levantamento dos limites”, nome que se dá ao rito da separação dos cabelos.

*Sindūra* – marca vermelha usada pelas mulheres na divisão central do cabelo, para indicar casamento.

*Snātaka* – banho sagrado.

*Smṛti* – “recordação, lembrança”, nome dado aos textos considerados como tradição.

*Sûtra* – “corda, fio, cordão” e daí “norma, regra”, nome dado às fórmula breve, aforismos ou axiomas.

*Svarga* – céu, paraíso, mundo celeste, em particular nome dado ao "céu transitório" destinado às almas que fizeram boas ações mas que ainda não se tornaram merecedoras de *mokṣa*.

*Tilaka* – marca ou sinal, em especial sinal pintado na fronte.

*Trimūrti* – Trindade formada pelas três divindades supremas dos hindus: Bramá, Vixnu e Xiva.

*Upanayana* – ritual de iniciação, que dá acesso ao estudo dos Vedas

*Varṇa* – “côr, classe, estamento”, nome das quatro grandes classes hereditárias em que se dividia a antiga sociedade da Índia, que depois se fragmentaram em numerosas castas.

*Vasanta* – primavera.

*Viṣṇubali* – “oferenda a Vixnu”, nome da cerimônia de cozer arroz para ser oferecido a Vixnu, por causa do bebê que vai nascer.

*Vivāha* – casamento.

*Yajñopavīta* – cordão sacrificial usado pelos brâmanes.

*Yama* – retenção, autocontrole, em especial observância de cinco regras morais, a saber: não-violência, verdade, não roubar, castidade e ausência de avidez. Este vocábulo é homônimo do nome do deus da morte.

*Yātakarma* – “preparação do caminho, construção da via”, nome dado ao ritual do parto.

*Yoga* – “união”, em especial união das faculdades do indivíduo e união da alma a Deus; nome de um conjunto de práticas ascéticas muito antigas e populares na Índia e de um dos seis sistemas filosóficos hindus.

*Yoni* – “útero, mãe, matriz”, nome de uma representação simbólica do sexo feminino.

## 8. Bibliografia

- Ariés, Philippe. *O homem perante a morte*. Lisboa: Publicações Europa-América, 2ª ed., 2000.
- Arokiasamy, Soosai S. J. *Hindu and Christian, According to Roberto de Nobili, Analysis of its meaning and its use in Hinduism and Christianity*. Roma: Editrice Pontificia Università Gregoriana, 1986.
- Assembleia da República. “Decreto-lei 253/2009 - Regularmento Assistência Espiritual e Religiosa.” *Diário da República*, 23 de setembro de 2009: 1.ª série — N.º 185.
- Auboyer, Jeannine. *Vida Quotidiana na Índia Antiga, desde o séc. II a. C. até ao séc. VII d. C.* Lisboa: Livros do Brasil, 1960.
- Aurobindo, Shri. *La Bhagavad-Gîtâ*. Paris: Éditions Albin Michel, 1942.
- . *Trois Upanishads - Isha, Kena, Mundaka*. Paris: Éditions Albin Michel, 1972.
- Barcelos, Agrupamentos de Escolas Vale d'Este. [www.religioes.home.sapo.pt/hinduismo.htm](http://www.religioes.home.sapo.pt/hinduismo.htm). 29 de junho de 2005. (acedido em 14 de fevereiro de 2011).
- Basham, A. L. *A Cultural History of India*. New Delhi: Oxford University Press, 1975.
- . *The Wonder That was India*. Fontana . Collins, 1967.
- Bermejo, José Carlos. *La muerte enseña a vivir. Vivir sanamente el duelo*. Madrid: San Pablo, 2003.
- . *Sufrimiento y exclusión desde la fe. Espiritualidad y acompañamiento*. Madrid: Sal Terrae, 2005.
- Bhagavad-gîtâ: A mensagem do Mestre*. São Paulo: Editora Pensamento, 2006.
- Bioética, Revista Portuguesa, e Jean Vanier. ““O sentido profundo do ser humano” e “Dimensão integral do ser humano: contributo da espiritualidade”.” *Revista Portuguesa de Bioética*, setembro de 2008: n.º 5.
- Borau, José Luís Vázquez. *As religiões tradicionais: Animismo, Hinduísmo, Budismo, Tauismo...* Lisboa: Paulus Editora, 2008.
- Borges, Anselmo. *Religião, opressão ou libertação*. Porto: Campo das Letras, 2004.
- Brasil, Sociedade Internacional Gita do. [www.gitabrasil.org](http://www.gitabrasil.org). 1997. (acedido em 23 de julho de 2009).
- Breton, David Le. *Compreender a dor. Um estudo sobre a relação do Homem com a dor física em diversos tempos e me diversas culturas*. Lisboa: Estrela Polar, 2007.

- Brito, José Henrique Silveira de. *O fim da vida*. Braga: Publicações da Faculdade de Filosofia, UCP, 2007.
- Castro, Jorge Morales de. *Religiões do mundo, cultos e crenças*. Lisboa: Editorial Estampa, 2004.
- Challaye, Félicien. *Les Philosophes de L'Inde*. Paris: Presses Universitaires de France, 1956.
- Chaudhuri, Nirad C. *Hinduism - A Religion to Live By*. Oxford: Oxford University Press, 1977.
- Chirade, Gérard, Dominique Delbecq, Christian Gilioli, e Isabelle Lévey. *Rites et Religions, Guide pratique pour accueillir les malades à l'hôpital selon les impératifs de la vie hospitalière en tenant compte des pratiques religieuses*. Paris: Editions Estem, 1998.
- Conio, Catarina. *O hinduísmo*. Lisboa: Círculo de Leitores, 1986.
- Conselho, Pontifício para a Pastoral da Saúde. *Carta aos profissionais de Saúde*. Lisboa: Paulinas, 1995.
- Coomaraswamy, Anada K., Nivedita, Irmã. *Mitos hindus e budistas*. S. Paulo: Landy Editora, 2002.
- Cunha, Gustavo. Trad. *yogavaidika.blogspot.com*. 2009. Dez questões à cerca do Hinduísmo (acedido em 11 de março de 2011).
- Dalgado, Sebastião Rodolfo. *Glossário Luso-Asiático. Volumes I e II*. Asian Educational Services: New Delhi, 1988.
- Dumont, Louis. *homo hierarchicus. le système des castes et ses implications*. Paris: Éditions Gallimard, 1966.
- Eliade, Mircea. *História de las creencias y de las ideas religiosas I, de la prehistoria a los misterios eleusis*. Madrid: Ediciones Cristiandad, 1978.
- . *Imagens e Símbolos, ensaio sobre o simbolismo mágico-religioso*. S. Paulo: Martins Fortes Editora, 2002.
- . *O Sagrado e o Profano: A essência das Religiões*. Lisboa: Edição "Livros do Brasil", 2006.
- . *Tratado de História das Religiões*. Porto: Asa Editores, 5ª ed., 2004.
- Esnoul, Anne-Marrie. *Ramanuja et la mystique vishnouite*. Paris: Éditions du Seuil, 1973.
- Frédéric, Louis. *Dictionnaire dDe La Civilisation Indienne*. Great Britain: Éditions Robert Laffont, 1987.
- Genebra, Capelães do Hospital Cantonal. [www.chuv.ch/religions/aum\\_home/aum\\_intro.htm](http://www.chuv.ch/religions/aum_home/aum_intro.htm). 29 de junho de 2010. Plataforma Interreligiosa do Hospital de Cantonal - Suíça (acedido em 11 de março de 2011).
- Gonda, Jan. *Les Religions de l'Inde - 1 Védisme et Hindouisme Ancien*. Paris: Paythèque, 1979.

González, Rafael Lora. *Cuidados paliativos, su dimensión espiritual. Manual para a sua abordagem clínico*. Madrid: Ediciones Toromítico, 2007.

Grün, Anselm, Dufner, Meinrad. *A saúde como tarefa espiritual*. Petrópolis: Editora Vozes, 2008.

Herbert, Jean. *Spiritualité hindoue*. Paris: Éditions Albin Michel, 1972.

Howarth, Glennys, e Oliver Leaman. *Enciclopédia da Morte e da Arte de Morrer*. Mem Martins: Círculo de Leitores, 2004.

Hulin, Michel. *Comment la philosophie indienne s'est-elle développée? La querelle brahmanes-bouddhistes*. Paris: Éditiones du Panama, 2088.

Índia, Encantos da. [jueboskie.blogspot.com/2009/04/tilak-sindoor-e-bindi-o-que-significa](http://jueboskie.blogspot.com/2009/04/tilak-sindoor-e-bindi-o-que-significa). 2009. (acedido em 15 de março de 2011).

Kane, Pandurang Vaman. *Hindu Customs and Modern Law*. Bombay: University of Bamba, 1950.

—. *History Of Dharmasāstra (Ancient and Mediaeval Religious and Civil Law). Vol. II Part. I*. Poona: Bhandarkar Oriental Reserch Institute, 1941.

Kendall, Margaret. *Religiões em diálogo*. S. Paulo, 1997.

Kübler-Ross, Elisabeth, *Acolher a morte, Estrela Polar, Lisboa, 2008. Acolher a morte*. Lisboa: Estrela Polar, 2008.

Küng, Hans. *O Princípio de todas coisas. Ciências naturais e Religião*. Petrópolis: Editora Vozes, 2007.

—. *Projeto para uma ética mundial*. Lisboa: Instituto Piaget, 1996.

—. *Religiões do mundo, em busca dos pontos comuns*. Lisboa: Editora Versus, 2005.

Lemaître, Solange. *Hindouisme ou Sanâtana Dharma*. Paris: Librairie Arthème Fayard, 1957.

—. *Ramakrishna, et la vitalité de l'hindouisme*. Bourges - France: Éditions du Seuil, 1959.

Lévy, Isabelle. *Soins, Cultures et Croyances - Guide pratique des rites, cultures et religions à l'usage des personnels de santé e des actures sociaux*. Paris: Éditions Estem, 2008.

Lochtefeld, G. James. *The Illustrated Encyclopedia of Hinduism*. New York: The Rosen Publishing Group, Inc., 2002.

Loth, Anne-Marie. *Védisme et Hindouisme, Du Divine et Des Dieux*. France: LE BAS Père et Fils Éditeurs, 1981.

Lourenço, Isabel. *A espiritualidade no processo terapêutico*. Coimbra: Quarteto, 2004.

Lucas, Juan de Sahagún. *Fenomenologia y filosofia de la religión*. Madrid: BAC, 1999.

- Monteiro, Ivete. *Práticas e rituais relativos à maternidade e aos cuidados à criança na cultura hindu em contexto de imigração*. Lisboa: Editorial do Ministério da Educação, novembro 2007.
- Morais, Tem. Cor. A. Faria de. *A Índia e as Castas*. Lisboa: Agências Geral das Colónias, 1944.
- Muller, F. Max edited (and translated by G. Buller). Vol. 25. *The Sacred Books of The East - The Laws of Manu*. Delhi: Motilal Banarsidass Publishers, 1962.
- N. Stchoupak, L. Nitti et L. Renou. *Dictionnaire Sanskrit-Français*. Paris: Librairie D'Amérique et D'Orient, 1959.
- Nações Unidas, Organização das. [www.mtss.gov.pt](http://www.mtss.gov.pt). 10 de dezembro de 1948. <http://www.mtss.gov.pt/docs/DeclaracaoUniversaldosDireitosHumanos.pdf> (acedido em 14 de dezembro de 2011).
- Nouwen, Henri J. M. *O curador ferido*. Lisboa: Paulinas, 2001.
- Ohlig, Karl-Heinz. *Religião: tudo o que é preciso saber*. Lisboa: Casas das Letras, 2007.
- Parkes, Colin Murray, Laungani Pittu, Young, Bill, (Coord.). *Morte e luto através das culturas*. Lisboa: Climepsi Editores, 2003.
- Petrini, Massimo. *Il dialogo religioso al letto del paziente*. Gardolo - Itália: Edizioni Erickson, Collana Il Sole Mezzanotte, 2007.
- Ploss, Hermann Heinrich, Max Bartels e Paul Bartels *Woman, an Historical Gynaecological and Antropological Compendium, vol. III*. St Louis: C. V. Mosby Company, 1937.
- Radhakrishnan. *The Principal Upanishads*. London: George Allen & Unwin Ltd, 1968.
- Renou, Louis et Jean Filliozat. *L'Inde Classique, Manuel Des Études Indiennes - Tome I*. Paris: Librairie d'Amérique et Orient, 1985.
- . *L'Inde Classique, Manuel Des Études Indiennes - Tome II*. Paris: École Française d'Extrême-Orient, 1985.
- Renou, Louis. *Hinduísmo*. Lisboa: Editorial Verbo, 1980.
- Saúde, Grupo de Trabalho Religiões. *Manual da Assistência Espiritual e Religiosa Hospitalar*. Lisboa: Comissão Nacional da Pastoral da Saúde, 2010.
- Shattuck, Cybelle. *Hinduísmo*. Lisboa: Edições 70, 2008.
- Xiva, Associação de Solidariedade Social Templo de. [www.Xiva-pt.org](http://www.Xiva-pt.org). 2004. (acedido em 2 de março de 2011).
- Singh, Patwant. *The Sikhs*. New York: Random House, 1999.
- Smith, Huston. *A essência das religiões. A sabedoria das grandes tradições religiosas*. Porto: Asa Editores, novembro 2007.
- Stevenson, Margaret Sinclair. *Les Rites des deux-fois-nés*. Paris: Le Soleil Noir, 1982.

Stobbaerts, Georges. *Reflexão sobre Yoga, Comentário aos “yoga-sutra” de Patanjali, Tomo I - “Samâghi-Pâda”*. Estoril: Artes Gráficas, Lda, junho de 2008.

Thomaz, Luís Filipe Ferreira Reis. *História, Cultura e Civilização da Índia*. Lisboa: Sebenta do Instituto de Estudos Orientais - Faculdade de Ciências Humanas - UCP, 2009/2010.

Vários. *Atlas das Religiões*. Lisboa: Página Editora, 2000.

—. *O papel da religião no mundo contemporâneo, V Conferência da Fundação Marquês de Pombal*. Lisboa, 2002.

—. *Religiões, História, textos, tradições*. Lisboa: Paulinas, 2006.

Vivekânanda, Swâmi. *Râja Yoga, ou Conquista da Natureza Íntima (Conferências)*. Lisboa, 1925.

Walker, Benjamin. *An Encyclopedic Survey of Hinduism. Vol. I e II*. Londres: George Allen & Unwin Ltd, 1968.

[www.ayurveda.com.br](http://www.ayurveda.com.br). (acedido em fevereiro de 2009).

[www.chuv.ch/religions](http://www.chuv.ch/religions). (acedido em fevereiro de 2009).

[www.molhoshoyu.blogspot.com/2007/06/morte-nas-sociedades-antigas.html](http://www.molhoshoyu.blogspot.com/2007/06/morte-nas-sociedades-antigas.html). 2007. (acedido em 20 de fevereiro de 2011).