

## Deepak Chopra e a Medicina Ayurvédica

Robert T. Carroll

Publicação original: The Skeptic's Dictionary

Tradução: Jan Duarte

Se você pode balançar seus dedos do pé com a simples centelha de uma intenção, porque você não pode zerar o seu relógio biológico? Se você pudesse viver em sintonia, você sentiria o sabor da eternidade, e quando você metabolizar a experiência da eternidade, seu corpo não envelhecerá. Ayurveda é a ciência da vida e obedece a um princípio muito simples e básico, ou seja, que somos parte do universo e que o universo é inteligente, e que o corpo humano é parte do corpo cósmico, e a mente humana é parte da mente cósmica, e que um átomo ou o universo são exatamente a mesma coisa, apenas com formas diferentes, e que quanto mais contato tivermos com essa profunda realidade, de onde tudo provém, mais seremos capazes de nos curar e, ao mesmo tempo, curar nosso planeta. (Deepak Chopra)

A Medicina Ayurvédica é uma prática médica “alternativa”, que alega ser a medicina tradicional da Índia. A palavra Ayurveda é formada de dois termos sânscritos: *ayu*, que significa “vida” e *veda*, significando “conhecimento” ou “ciência”. Uma vez que se diz que essa prática teria cerca de 5.000 anos, o que ela considera como conhecimento ou ciência pode não coincidir com as informações mais recentes disponíveis à medicina ocidental. De qualquer forma, a maior parte dos antigos tratamentos não eram registrados, e o que é chamado de medicina tradicional indiana é, na maior parte, algo desenvolvido nos anos 1980 pelo Maharishi Maneshi Yogi, que trouxe a Meditação Transcendental para o Ocidente.

Os tratamentos ayurvédicos são primariamente dietéticos e herbais. Os pacientes são classificados por tipo de corpo, ou *prakriti*, o que é determinado pelas proporções dos três *doshas*. Os *doshas*, alegadamente, regulam a harmonia entre corpo e mente. Enfermidades e doenças são consideradas como resultado do desequilíbrio dos *doshas*. O tratamento é direcionado para restabelecer a harmonia ou o equilíbrio do sistema mente-corpo. *Vata*, composto de ar e espaço, alegadamente governa todos os movimentos da mente e do corpo, e precisa ser mantido em bom equilíbrio. Excesso de *vata* causa “preocupações, insônia, câimbras e constipação... *Vata* controla o fluxo do sangue, as excreções, a respiração e o movimento dos pensamentos ao longo da mente”. *Vata* também controla os outros dois princípios, *Pitta* e *Kapha*. Diz-se que *Pitta* é

composto de fogo e água; alega-se que governe “todo calor, metabolismo e transformação na mente e no corpo. Ele controla como digerimos nossa comida e como metabolizamos nossas percepções sensoriais, e como distinguimos o certo do errado”. *Pitta* precisa ser equilibrado, também. “Em excesso pode provocar fúria, azedume, úlceras, brotoejas e queda de cabelos”. *Kapha* consiste de terra e água. “*Kapha* cimenta os elementos do corpo, fornecendo o material para a estrutura física. Este *dosha* mantém a resistência do corpo... *Kapha* lubrifica as juntas, umedece a pele, ajuda a curar feridas, preenche os espaços do corpo, dá força biológica, vigor e estabilidade; sustenta a retenção de memórias, dá energia pra o coração e os pulmões e mantém a imunidade... *Kapha* é responsável pelas emoções de ligação sentimental, ambição e inveja; ele também se expressa nas tendências a mansidão, clemência e amor”. *Kapha* demais leva à letargia e ganho de peso, bem como a congestões e alergias.

Baseado na fisiologia metafísica acima, o Ayurveda recomenda coisas como: para acalmar *Kapha*, coma comidas temperadas e evite alimentos doces, com exceção do mel, mas não o aqueça. Evite tomates e nozes. Peru é bom, mas evite coelho e faisão. Se você tem excesso de *Pitta*, então tente o seguinte: coma doces e evite temperos. Coma nozes. Para reduzir *Vata*: coma comidas doces, azedas e salgadas; evite comidas picantes. Nozes são boas, bem como laticínios.

Como se sabe tais coisas, ou como alguém poderia submeter tais alegações a um teste, aparentemente não importa para os defensores da Ayurvédica.

## **Meditação e Física Quântica**

A cura quântica é a cura do corpo-mente a partir de um nível quântico. Ou seja, a partir de um nível que não se manifesta aos sentidos. Nossos corpos, no final das contas, são campos de informação, inteligência e energia. A cura quântica causa uma mudança nos campos de informação energética, de forma a trazer algo como uma correção numa idéia que deu errado. Dessa forma, a cura quântica envolve a cura de uma forma de consciência, mente, para causar mudanças em outra forma de consciência, corpo. (Deepak Chopra)

A meditação também é uma terapia substancial em Ayurveda. Com exceção dos benefícios do relaxamento e da meditação, não há nenhuma evidência científica para apoiar qualquer das espantosas alegações feitas a favor da medicina Ayurvédica.

Mesmo as alegações de importantes benefícios à saúde feitos pela Meditação Transcendental, têm sido grandemente exageradas e distorcidas.

Quais são algumas dessas alegações feitas pela Ayurveda? Para isso, nos voltaremos para Deepak Chopra, graduado na Escola de Medicina de Harvard e ex-líder do Programa de Meditação Transcendental de Maharishi Mahesh Yogi. Chopra afirma que a saúde perfeita é uma questão de escolha e que ele pode identificar os *dosha* e seus estados de equilíbrio e desequilíbrio simplesmente tomando seu pulso. Ele alega que as alergias são usualmente causadas por má-digestão. Afirma que você pode prevenir e reverter cataratas escovando seus dentes, raspando sua língua, cuspidando em um copo d'água e lavando seus olhos por alguns minutos com essa mistura. De acordo com Chopra, “ao contrário de nossas noções tradicionais de envelhecimento, podemos aprender a dirigir a forma como o nosso corpo metaboliza o tempo”. Chopra também incentiva a aromaterapia baseada na fisiologia metafísica Ayurvédica. Ele vende óleos e aromas especificamente destinados a acalmar *Vata*, *Pitta* ou *Kappa*.

Na verdade, o que Chopra e outros curadores "alternativos" vendem é esperança. Chopra dá esperança àqueles que estão morrendo de que não irão morrer, e esperança aos vivos de que poderão viver para sempre com perfeita saúde. Mas sua esperança parece ser falsa, baseada numa imaginação anti-científica permeada de misticismo e tagarelice jovial. A ciência é desnecessária para confirmar as alegações ayurvédicas, já que “os mestres da medicina Ayurvédica podem determinar as qualidades medicinais de uma erva simplesmente olhando para ela”.

O Dr. Chopra tem feito mais do que qualquer outra pessoa para popularizar a medicina Ayurvédica de Maharishi na América, incluindo alguns conceitos de energia *New-Age*, que ousada e falsamente expressam uma conexão entre física quântica e consciência. De acordo com Chopra, “cada um de nós é um campo localizado de energia e informação, com vínculos de retroalimentação cibernética a um campo não localizado de energia e informação”. Ele afirma que podemos utilizar “cura quântica” para evitar o envelhecimento. Chopra acredita que a mente cura pela harmonização ou equilíbrio do “corpo mecânico quântico” (seu termo para *prana* ou *chi*). Ele diz que “simplesmente por focalizar sua consciência em uma fonte de dor, você pode iniciar a cura, porque o corpo naturalmente envia energia curativa onde quer que sua atenção se fixe”. Ou, como ele às vezes diz, “se você tem pensamentos felizes, então você pode criar moléculas felizes”. Esse “misticismo quântico” não tem nenhuma base física e representa um ápice da imaginação metafísica.

A noção de que o antigo misticismo hindu é apenas física quântica embrulhada numa vestimenta metafísica parece ter se originado com Fritjof Capra, em seu livro *O Tao da Física* (1975). As duas primeiras partes do livro são excelentes exposições sobre religiões antigas e física moderna. A terceira parte, que tenta conectar as duas, é um fracasso abissal e, provavelmente, o maior amontoado de bobagens deste lado de Bombaim. Todavia, tem sido a terceira parte que tem influenciado numerosos defensores da medicina energética da Nova-Era, que alegam que a física quântica prova a realidade de qualquer coisa, desde o *chi* até o *prana* e a percepção extra-sensorial. A idéia que haja tal conexão é negada pela maioria dos físicos, mas livros como os de Capra são muito mais populares e eclipsam livros bem mais substanciais escritos por físicos.

Chopra e outros defensores da Ayurveda, adoram afirmar que a física moderna tem validado substancialmente a antiga metafísica hindu. De qualquer forma, o físico Heinz R. Pagels, autor de *O Código Cósmico*, rejeita veementemente a noção de que haja qualquer ligação entre as modernas descobertas da física e as alegações metafísicas da Ayurveda. “Nenhum físico qualificado que eu conheça afirmaria encontrar essa conexão sem estar deliberadamente cometendo fraude”, diz o Dr. Pagels.

A alegação de que os campos da física moderna tenham alguma coisa a ver com o “campo de consciência” é falsa. A noção de que aquilo que os físicos chamam de “estado de vácuo” tenha alguma coisa a ver com consciência é bobagem. A afirmação de que um grande número de pessoas meditando ajude a reduzir o crime e a guerra, por criar um campo unificado de consciência, é uma tolice de marca maior. A apresentação das idéias da física moderna lado a lado, e aparentemente em apoio, às idéias de Maharishi sobre *consciência pura*, podem apenas se destinar a enganar aqueles que não conseguem aprender nada de mais útil.

Ler esses materiais *autorizados* pelo Maharishi me dá agonia, pois sou uma pessoa que valoriza a verdade. Ver as belas e profundas idéias da física moderna, o trabalho de gerações de cientistas tão perversamente distorcido, me provoca um sentimento de compaixão por aqueles que podem ser enganados por essas distorções. Eu gostaria de ser generoso com o Maharishi e seu movimento, porque ele apóia a paz mundial e outros ideais elevados. Mas nenhum desses ideais tem possibilidade de ser alcançado através de uma filosofia que deliberadamente distorce a verdade. O que Chopra está espalhando é *nonsense* quântico.

## **Indução ao erro e expansão de mercado**

Como seria de esperar de um guru espalhando falsas esperanças, a confiabilidade de Chopra tem sido comprometida. Em 1991, quando era presidente da Associação Americana de Medicina Ayurvédica, Chopra apresentou um relatório ao Jornal da Associação Médica Americana, junto com Hari M. Sharma, professor de patologia da faculdade de medicina da Universidade de Ohio, e Brihaspati Dev Triguna, um praticante de Ayurvédica de Nova Delhi, na Índia. Chopra, Sharma e Triguna alegavam ser autoridades desinteressadas e não serem afiliados a qualquer associação que poderia lucrar com a publicação do artigo. Mas eles estavam intimamente envolvidos com a complexa rede de organizações que promovem e vendem os produtos e serviços sobre os quais eles escreveram. Eles adulteraram o Ayur-Veda de Maharishi, apresentando-o como um antigo sistema de cura da Índia, ao invés do que ele realmente é: uma linha registrada de produtos e serviços de "cura alternativa", vendida desde 1985 pelo Maharishi Manesh Yogi, o *swami* hindu que fundou a Meditação Transcendental.

Chopra gasta a maior parte do seu tempo escrevendo e dando palestras, a partir de sua base na Califórnia, onde ele não tem licença para praticar medicina. Ele cobra 25 mil dólares por palestra, nas quais ele declama algumas superficialidades e dá conselhos espirituais, enquanto adverte contra os efeitos maléficos do materialismo. Suas platéias aparentemente não se importam com o fato dele morar numa mansão de 2,5 milhões em La Jolla, Califórnia, onde ele estaciona seu Jaguar verde, coisas que podem ser facilmente compradas com os milhões de dólares que ele acumulou com a venda de seus livros, fitas, ervas, aparições, etc. Chopra é bem mais rico e famoso do que jamais seria como endocrinologia ou chefe de equipe do New England Memorial Hospital. Ele deixou a medicina tradicional em 1981, quando Triguna o convenceu que se ele não mudasse teria uma doença cardíaca. Logo depois ele se envolveu na Meditação Transcendental. Em 1984, Chopra encontrou o próprio Maharishi e, em 1985 tornou-se diretor do Centro Maharishi Ayurvédico de Saúde para Controle do Stress, em Lancaster, Massachusetts. Em pouco tempo, ele era um fornecedor internacional de ervas e comprimidos, através dos produtos ayurvédicos Maharishi.

Talvez a grande ilusão da Ayurveda seja que ela se importa com a pessoa, não apenas com o corpo, como faz a medicina tradicional. Como diz Chopra, “a primeira pergunta que um médico ayurvédico faz não é *que doença meu paciente tem?*, mas *quem é meu paciente?*”. Essa pode ser a pergunta, mas não é uma pessoa que o médico

está curando. É o “corpo quântico” ou o “corpo-mental”; é o *dosha* que precisa ser equilibrado. Tomar o pulso de uma pessoa e dizer que seu *dosha* está desequilibrado e que ela precisa comer mais nozes ou menos comida picante, etc., dificilmente demonstra preocupação com o paciente como pessoa. Não colocar uma foto atual no seu *website* ou na contracapa de seu livro, que mostraria o quanto você está envelhecendo, é enganador, especialmente se você afirma saber como evitar o envelhecimento...

A auto-ilusão é desenfreada no palco da cura alternativa, e Chopra teve a sua parte. Em *O Retorno do Rishi* ele revela o que o atraiu na Meditação Transcendental: ela o ajudou a superar sua dependência de álcool, tabaco e café. O homem estava estressado por causa do seu trabalho, e seu estilo de vida contribuía para o seu stress. Logo, ele cometeu a falácia pragmática<sup>1</sup> e tornou-se um verdadeiro crente, porque agora estava feliz. Perfeito; mas então ele passou a tentar confirmar a MT e a Ayurveda com física quântica, escritos pseudo-científicos e seminários. Mesmo que seus pacientes morressem enquanto ele alegava ter lhes dado saúde perfeita, ele mantinha sua posição. E, quando a própria associação com a MT tornou-se por demais tensa, e um obstáculo para o seu sucesso, ele a deixou (Chopra ficou sabendo que Bill Moyers não o incluiria na sua série *Saúde e Mente* por causa de sua associação com um “culto”).

Chopra agora dirige o *Centro Chopra para o Bem-Estar*, em La Jolla, Califórnia, onde a missão é “curar, amar, transformar e servir”. Não é um centro médico, uma vez que Chopra não tem licença para clinicar na Califórnia, mas um centro espiritual, aonde você pode ir para “entender melhor o poder de seu corpo, mente e espírito, conectados tanto ao seu universo interior quanto exterior”. Já que muitos dos que vão a este Centro estão doentes, pode-se dizer que ele é um centro de cura pela fé. Pode-se dizer algumas outras coisas, também, mas corre-se o risco de acordar a equipe legal de Chopra, que adora processar os críticos de seu empregador.

Chopra também admitiu que o seu *Corpo Eterno, Mente Eterna: A Alternativa Quântica para Envelhecer* plagiou uma contribuição do Prof. Robert Sapolsky para *Endocrinologia do Comportamento*. Sapolsky é o autor do capítulo 10, "Neuroendocrinologia da Resposta ao Stress". Ele processou Chopra em 1997 por utilizar extensas citações de sua obra sem os créditos apropriados.

Obviamente, Chopra tem um site onde ele ficará honrado em receber seu dinheiro, em troca de um dos seus muitos livros, fitas ou seminários. Não devemos ser muito duros com nosso guru, de qualquer forma. É compreensível que ele tenha desistido de trabalhar com medicina para trabalhar com religião. Na medicina, você está

sempre cercado de pessoas doentes e constantemente é lembrado de sua própria mortalidade. É um trabalho difícil, muitas vezes estressante e mal-remunerado. Como o próprio Chopra colocou, “é frustrante ver os pacientes repetidamente, e continuar receitando pílulas para dormir, tranquilizantes e antibióticos para sua hipertensão ou úlcera, quando você sabe que não está se livrando da doença”. Da mesma forma, enquanto cuida dos outros, o médico muitas vezes deixa de se cuidar, e acaba precisando de pílulas para dormir, tranquilizantes, algo pra abaixar a pressão e aliviar o stress. Na religião, por outro lado, você pode se cercar somente de bajuladores que querem ser iludidos e enganados, porque isso os faz sentirem-se saudáveis e felizes. Ao nos voltarmos para a metafísica ao invés da biologia, evitamos o risco de provarem que estamos errados. É muito mais fácil espalhar esperança sem fundamento para pessoas miseráveis do que aceitar a dura e, por vezes, brutal realidade, e ao mesmo tempo manter a saúde, o otimismo e a felicidade. É muito mais fácil para algumas pessoas encararem a vida enganando-se com o pensamento de que apenas elas decidem o que é real e o que é verdadeiro. É muito mais fácil encontrar evidências que confirmem uma visão de mundo do que o é mesmo para a pesquisa mais básica. É certamente muito mais agradável conversar com Oprah Winfrey e confraternizar com os ricos e famosos do que assistir outro paciente de câncer morrer.

### **Por que Chopra e a Ayurveda são tão populares?**

A popularidade de Chopra e da Ayurveda é um testemunho da incapacidade da vida moderna e da medicina moderna em atender antigas aspirações de simplicidade, confiança, ambiente limpo e saudável, algo para combater a fragmentação, alienação e isolamento que muitas pessoas sentem. A esperança é um narcótico poderoso. Representando paz e amor, atenção e respeito, bem como conhecimento esotérico para as massas, terapias “alternativas” sempre serão populares. E a verdade é que tais *alternativas* muitas vezes levam pessoas como Chopra para um caminho muito mais “saudável” do que aquele que estavam antes de se envolverem com Ayurveda, *qigong*, Dinâmica da Energia Quântica do Reflexo Polar (pode ser que isso ainda não exista, mas basta esperar um pouco), etc.

A maior parte das pessoas estaria bem melhor se seguisse algumas das recomendações concretas das "terapias alternativas": comer menos e não se entupir de doces e gorduras com valor nutricional insignificante, relaxar, não fumar ou beber ou

usar outras drogas para se sentir melhor, não levar as coisas tão a sério, tratar os outros com gentileza e respeito, passar mais tempo com os amigos e com a família, preocupar-se menos em ser rico e famoso, preocupar-se com o que entra em nossos corpos e com o que estamos colocando no ar e na água. A filosofia satisfaz esses interesses. Mas a maioria das pessoas também quer algum tipo de garantia que isso não é tudo que existe, que Isso NÃO é Isso. Elas querem acreditar na imortalidade e “alternativas” como a Ayurveda satisfazem essa necessidade. A hipocrisia de um materialista proclamando que o materialismo é a raiz de todos os males passa facilmente despercebida. Mas eu perguntaria: se a Ayurveda é tão maravilhosa e tem sido praticada na Índia por milhares de anos, porque o Dr. Chopra não volta a viver na Índia? Da mesma forma, por que todos que louvam as maravilhas da medicina tradicional chinesa não voltam para a China?

A resposta parece óbvia: as maravilhas da Ayurveda e da medicina tradicional chinesa têm sido enormemente exageradas. A China e a Índia são dois dos maiores países do mundo, mas não está havendo nenhuma corrida de ocidentais para imigrarem para lá. Por quê? Porque as chances de se viver uma vida mais saudável são maiores na América do que na Índia ou na China. Nenhum dos dois países pode ser considerado um paradigma da saúde pública. Segundo o ranking da Organização Mundial de Saúde, a China ocupa o 81º lugar, a Índia ocupa o 134º, enquanto os Estados Unidos ocupa o 24º. A expectativa média de vida é bem maior na América do que na China ou na Índia. Será que Deepak Chopra realmente acredita que a deficiência nutricional é um problema maior na América do que na Índia? Será que ele realmente acredita que as pessoas têm vidas mais longas, saudáveis e felizes lá do que aqui? Se ele acredita, por que ele fica aqui? Será que ele pode dizer com honestidade: “eu vim da terra prometida para este deserto estéril e vou continuar aqui para guiá-los até a saúde perfeita no meu novo Jaguar”?

**Nota:**

<sup>1</sup> "Falácia pragmática" é um termo lógico para definir um tipo de argumentação onde se sustenta que algo é verdadeiro porque funciona (N. do T.).