

Inteligența emoțională în filosofia orientală

Nicolae Sfetcu

04.01.2020

Sfetcu, Nicolae, "Inteligența emoțională în filosofia orientală ", SetThings (4 ianuarie 2020),
URL = <https://www.setthings.com/ro/inteligența-emoțională-in-filosofia-orientală/>

Email: nicolae@sfetcu.com



Acest articol este licențiat sub Creative Commons Attribution-NoDerivatives 4.0 International. Pentru a vedea o copie a acestei licențe, vizitați <http://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/>.

Înțelepciunea în hinduism consideră cunoașterea de sine ca fiind adevărul, baza întregii Creații, a lui Shristi. Ar rezulta că înțeleaptă este o persoană cu conștiința de sine martoră a întregii creații în toate fațetele și formele sale. Nu există multe studii referitor la inteligența emoțională (IE) din perspectiva indiană, (Sharma 2012) deși IE se regăsește în fiecare text din literatura antică indiană (*Rig Veda, Yajur Veda, Ayurveda, etc.*). Tradiția filosofică indiană pune accent pe natura puternică a emoțiilor, care trebuie valorificate pentru o viață armonioasă. (Gayathri 2015) Patanjali, „părintele psihologiei indiene”, a studiat mintea umană cu mii de ani înaintea filosofilor occidentali. (Tattwamayananda 1994) Hinduismul este mai mult un mod de viață decât o religie, îmbinând principiile fundamentale ale vieții sociale, politice și economice. (Engardio și McGregor 2006)

Filosofia indiană se bazează pe trei credințe fundamentale: (Dasgupta 2009) „*Karma*”, „*Atma*” sau „Sufletul” care este indestructibil, și „*Mukti*” sau „Mântuirea”. „*Karma*” subliniază

responsabilitatea unei persoane în a-și decide fericirea prin acțiunile sale, care au puterea de a-i schimba destinul. Individul este influențat de societate să aleagă un stil de viață armonios. „Atma” („Sufletul”) este „Sinele” adevărat, diferit de sinele biologic. (Swarupananda 1996) „Sinele” are atâtea renașteri câte sunt necesare pentru a anula „Karma” acumulată înainte de a se contopi cu Ființa Supremă în pace și fericire veșnică. (Gayathri 2015)

Conceptul occidental a „Sinelui” a fost influențat de mai mulți filosofi și psihologi precum Descartes, Freud, Adler și Jung, diferențiind între „Eu” și „Sine”. (Spiro 1993) Față de filosofia occidentală care a făcut diferența între „Sinele ca cunoaștere” și „Sinele ca cunoscut”, în filozofia indiană există „*Kshetra*” (corpul, „câmpul”) și „*Kshetragna*” („cunoscătorul câmpului”). (Radhakrishnan 2010) Filosofia indiană vorbește despre „Sine” ca „*Brahman*”, forța atotputernică care este prezentă în fiecare individ, care nu are niciun început, niciun sfârșit, (Gayathri 2015) evidențiind necesitatea de a uni „Sinele ca cunoaștere” și „Sinele cunoscut”. (Ho 1995) „Omul, subiectul, ar trebui să capete măiestrie asupra omului obiectul”, (Ho 1995) obținându-se controlul asupra „Sinelui”, eliberând individul de durere și suferință și tinzând astfel spre fericirea veșnică. *Bhagavad-Gita* accentuează introspecția, o călătorie către înțelegerea „Sinelui interior”, „*Kshetragna*”, care ajută o persoană să atingă fericirea veșnică. (Gayathri 2015)

Când Mayer și Salovey vorbesc despre realizarea Sinelui, se referă la „Sinele” în raport cu lumea externă, cel influențat de forțele externe, și nu la „Sinele interior”, „Sinele ca Cunoscător”.

Există cercetări privind generalizabilitatea constructelor de inteligență emoțională în diferite culturi, inclusiv în cultura indiană. (Narayanan și Krishnan 2003) (Bamel, Rangnekar, și Rastogi 2011) Studii realizate de Mulla și Krishnan (Z. R. Mulla și Krishnan 2012) au examinat conceptul de „Karma Yoga”, ca în *Bhagavad-Gita*, ca fiind complementar inteligenței emoționale. Conform lui (Gayathri 2015), „Karma Yoga” propusă de Lordul Krishna este un concept universal

aplicabil, care poate fi înțeles de oameni din toate culturile, fiind prima lucrare care încearcă să identifice un construct universal pentru IE bazat pe „Nishkama Karma”.

Bhagavad-Gita (Cântecul divin), considerat a fi a cincea *Veda*, este îndrumarea morală a Domnului Krishna către Arjuna pe câmpul de luptă. Este considerat a fi esența celor patru vedete (*Rig, Yajur, Sama și Atharva*). (Robinson 2014) *Mahabharata* este saga epică a conflictului dintre Kauravas și Pandavas. La nivel superficial, este vorba despre confruntarea cu puterea. Dar, pe un plan mai profund, este vorba despre războiul dintre „*Dharma*” și „*Adharma*”, corect și greșit. Războiul de la Kurukshetra este astfel sinonim cu circumstanțele complexe cu care se confruntă individul în viață. Frica, anxietatea, înțelepciunea și disperarea individului sunt simbolizate de situația lui Arjuna. Pe măsură ce Arjuna se luptă cu tulburările sale emoționale, cititorul primește o perspectivă asupra luptei unei persoane tulburate emoțional pentru claritatea gândirii și a acțiunii. Îndrumările lui Krishna către Arjuna oferă o soluție practică pentru a ieși din această luptă. (Gayathri 2015) Se pot observa aici asemănări izbitoare între persoana stabilă din punct de vedere emoțional a lui Krishna (*Sthithapragnya*) și persoana inteligentă emoțională a lui Mayer și Salovey. Arjuna are ceea ce am putea numi calitățile calificate ale unei persoane inteligente emoțional, adică percepția și asimilarea emoțională. Krishna oferă o analiză sistematică a problemei disponibile și o soluție, identificând dorința și furia ca fiind cele două vicii care conduc un individ la decăderea sa :

”Gândirea la obiecte, atașamentul de ele se formează într-un bărbat. Din dorința atașamentului și din dorința crește mânia.

”Din furie vine amăgirea și din amăgirea pierderea memoriei. Din pierderea memoriei vine ruina discriminării, iar din ruina discriminării, el piere.” (Swarupananda 1996)

(*Bhagavad-Gita*, Ch. II, Slokas 62, 63)

Bhagavad-Gita se referă la persoana inteligentă emoțională ca „*Sthithapragnya*” (persoana stabilă din punct de vedere emoțional). Aijuna întreabă pe Krishna cine este un *sthithapragnya*, Krishna descrie în detaliu natura și calitățile unui *sthithapragnya*.

”Care este, O Kesava, descrierea unui om cu înțelepciune constantă, contopită în Samadhi? Cum vorbește (pe de altă parte) omul cu înțelepciune constantă, cum stă, cum merge?” (Swarupananda 1996)

(Bhagavad-Gita, Ch. II, Sloka 54)

Krishna îi răspunde :

”Cel a cărui minte nu este zguduită de adversitate, care nu se agită după fericire, care a devenit liber de afecțiune, frică și mânie, este într-adevăr Muni al înțelepciunii constante.

”Cel care este pretutindeni neatins, nu este mulțumit să primească binele și nici nu-și face rău de rău, înțelepciunea lui este hotărâtă.

Când, la fel ca țestoasa care-și atrage membrele, el poate retrage complet simțurile din obiectele lor, atunci înțelepciunea lui devine constantă.” (Swarupananda 1996)

(Bhagavad-Gita, Ch. II, Slokas 56, 57 și 58.)

Diferența dintre Krishna și susținătorii teoriei IE este că Krishna are o viziune mai cuprinzătoare a problemei. IE studiază cauza, discută efectul și oferă, de asemenea, mijloacele de a rezolva problema cu succes, calea „Nishkama Karma”: acțiune cu detașare de rezultatul acțiunii. Mulla și Krishnan (Z. Mulla 2007) au subliniat în cercetările lor că „Karma Yoga” și inteligența emoțională sunt puternic corelate. Modelul de abilitate al inteligenței emoționale poate fi aplicat eficient în contextul indian, (Thingujam 2002) ceea ce ar permite o aplicare universală a inteligenței emoționale.

Acest sloka analitic din *Bhagavad-Gita* (capitolul II, versetul 15) :

„Yam hi na vyathayanthyethe purusham purusharshabha Samadhukha sukham dheeram somruthathvaya kalpathe” [În sanscrită]

rezumă întregul concept de inteligență emoțională (IE, afirmând că o persoană care este calmă și rămâne neperturbată fie la durere, fie la plăcere, este cea care atinge nemurirea.

Filozofia orientală vede controlul minții ca un mod de a trăi și nu ca o gândire filosofică abstractă. Minte are potențialul de a contura destinul unui om, ajutându-l să atingă pacea interioară atunci când este conștientizată și controlată. IE se concentrează pe succesul unui om din punct de vedere materialist, în timp ce textele indiene au o abordare mai holistică. *Bhagavad-Gita* este considerată o autoritate nu numai în a identifica natura emoțiilor, ci și pentru a arăta o cale de a ieși din întunericul instabilității emoționale, sub forma unui dialog între tulburarea emoțională (Aijuna) și stăpânul universal (Krișna), și rămâne un răspuns irefutabil la multe dileme sau confuzii ale omului modern.

Potrivit lui *Bhagavad Gita*, serviciul dezinteresat pentru o cauză corectă și pentru alții, cu sentimentul și atitudinea potrivită, este o formă de cult și spiritualitate. (McDermott 1975) (Phillips 2009) Versetul 3.4 din *Bhagavad Gita* afirmă că evitarea muncii sau nemunca nu este calea de a deveni liber de robie. (Bhawuk 2011) Inacțiunea este ea însăși o formă de acțiune cu consecințe și impact karmic, potrivit versetului 3.5. (Bhawuk 2011) (Krishan 1997) Versetele 3.6 - 3.8 din *Bhagavad Gita* afirmă că acțiunea poate fi motivată de corp sau manipulată de influențe externe (robie), sau poate fi motivată de reflecția interioară și de sinele adevărat (libertate). (Z. R. Mulla și Krishnan 2014) (Bhawuk 2011) (Deutsch și Dalvi 2004) Cu cât este mai angajată „acțiunea dezinteresată”, cu atât mai mult se consideră că *dharma* (dimensiunea etică) se concentrează pe alte aspecte ale acțiunii, este mai eficientă, iar acest lucru duce la eliberare. (Ganeri 2007)

Calea către stabilitatea emoțională este de a rămâne neafectat de roadele acțiunii. Astfel se poate ajunge la „karma yogi”, care este primul pas spre a deveni un „*sthithapragnya*” - persoana stabilă din punct de vedere emoțional. Karma Yoga, numită și Karma Marga, este una dintre cele patru căi spirituale din hinduism, una bazată pe „yoga acțiunii”. (Raju 1954) Dintre căile spre eliberare spirituală în hinduism, karma yoga este calea acțiunii dezinteresate, (McDermott 1975)

(Coward 2012) fără a fi atașat de rezultatele acțiunilor personale. (McDermott 1975) Potrivit lui James Lochtefeld, Karma yoga este practica spirituală a „acțiunii dezinteresate efectuate în beneficiul altora”, (Lochtefeld 2001) (Brodd 2009) o cale de a ajunge la *moksha* (eliberare spirituală) prin muncă. (Z. R. Mulla și Krishnan 2014) Karma yoga, afirmă Bilimoria, nu înseamnă pierderea emoțiilor sau a dorințelor, ci acțiune condusă de „calm, echilibru”, cu „dezinteres”. (Hooft et al. 2013) Potrivit lui Phillips, Karma yoga se aplică „oricărei acțiuni în orice profesie sau activități familiale”, în contrast cu alte forme de yoga care se concentrează pe acțiuni izolate și introspecție meditativă. (Phillips 2009)

Emotivismul susține că afirmațiile etice servesc doar pentru a exprima emoțiile. Ayer (Ayer 2003) spune că afirmațiile etice sunt expresii de aprobare sau de dezaprobare, nu afirmații. Emotivismul este astfel o viziune metaetică susținând că sentințele etice nu sunt afirmații, ci atitudini emoționale. Teoria a fost promovată puternic de A. J. Ayer în cartea sa din 1936, *Language, Truth and Logic*, și dezvoltată ulterior de C. L. Stevenson. (Stevenson 1944) Emotivismul poate fi considerat astfel o formă de non-cognitivism sau expresivism. El a fost modificat în anii 1950 ca prescriptivism universal de R. M. Hare. (Hare 1952) Mentea este responsabilă pentru procesarea sentimentelor și a emoțiilor, rezultând atitudini și acțiuni. Există opinii divergente dacă emoțiile fac sau nu parte din minte. Deciziile morale sunt sensibile la emoții și, prin urmare, IE poate modera încadrarea în diferite atitudini morale. (Greene și Haidt 2002) IE presupune realizarea unui echilibru între emoție și rațiune în care niciuna dintre ele nu este complet controlată.

Bibliografie

- Ayer, A. J. 2003. *Critique of Ethics and Theology*.
Bamel, U K, Santosh Rangnekar, și Renu Rastogi. 2011. „Managerial Effectiveness in Indian Organisations: Reexamining an Instrument in an Indian Context”. ResearchGate. 2011.

- https://www.researchgate.net/publication/282819787_Managemental_effectiveness_in_India_n_organisations_Reexamining_an_instrument_in_an_Indian_context.
- Bhawuk, Dharm. 2011. *Spirituality and Indian Psychology: Lessons from the Bhagavad-Gita*. International and Cultural Psychology. New York: Springer-Verlag.
<https://doi.org/10.1007/978-1-4419-8110-3>.
- Brodd, Jeffrey. 2009. *World Religions: A Voyage of Discovery*. Saint Mary's Press.
- Coward, Harold G. 2012. *Perfectibility of Human Nature in Eastern and Western Thought*, The SUNY Press.
- Dasgupta. 2009. *A History of Indian Philosophy*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Deutsch, Eliot, și Rohit Dalvi. 2004. *The Essential Vedanta: A New Source Book of Advaita Vedanta*. World Wisdom.
- Engardio, P, și J McGregor. 2006. „Karma Capitalism”. Bloomberg.Com, 30 octombrie 2006.
<https://www.bloomberg.com/news/articles/2006-10-29/karma-capitalism>.
- Ganeri, Jonardon. 2007. *The Concealed Art of the Soul: Theories of Self and Practices of Truth in Indian Ethics and Epistemology*. Clarendon Press.
- Gayathri, Nelavoy. 2015. „Emotional Intelligence – Universal or Culture Specific? An Analysis with Reference to the Indian Philosophical Text, the Bhagavad-Gita”. ResearchGate. 2015. https://www.researchgate.net/publication/284392636_Emotional_Intelligence_-_Universal_or_Culture_Specific_An_Analysis_with_Reference_to_the_Indian_Philosophical_Text_the_Bhagavad-Gita.
- Greene, Joshua, și Jonathan Haidt. 2002. „How (and Where) Does Moral Judgment Work?” *Trends in Cognitive Sciences* 6 (12): 517–23. [https://doi.org/10.1016/s1364-6613\(02\)02011-9](https://doi.org/10.1016/s1364-6613(02)02011-9).
- Hare, R. M. 1952. *The Language of Morals*. Oxford Clarendon Press.
- Ho, David Y. F. 1995. „Selfhood and Identity in Confucianism, Taoism, Buddhism, and Hinduism: Contrasts With the West”. *Journal for the Theory of Social Behaviour* 25 (2): 115–39. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5914.1995.tb00269.x>.
- Hooft, S. van, N. Athanassoulis, J. Kawall, J. Oakley, și L. van Zyl. 2013. *The Handbook of Virtue Ethics*. Acumen Publishing.
- Krishan, Yuvraj. 1997. *The Doctrine of Karma: Its Origin and Development in Brāhmaṇical, Buddhist, and Jaina Traditions*. Bharatiya Vidya Bhavan.
- Lochtefeld, James. 2001. *The Illustrated Encyclopedia of Hinduism, Vol. 1: A-M*. New York: Rosen Pub Group.
- McDermott, Robert A. 1975. „Indian Spirituality in the West: A Bibliographical Mapping”. *Philosophy East and West* 25 (2): 213–239. <https://doi.org/10.2307/1397942>.
- Mulla, Zubin. 2007. „Karma-Yoga: Construct Validation Using Value Systems and Emotional Intelligence”. *South Asian Journal of Management*.
https://www.academia.edu/17927620/Karma-Yoga_Construct_validation_using_value_systems_and_emotional_intelligence.
- Mulla, Zubin R., și Venkat R. Krishnan. 2012. „Transformational Leadership and Karma-Yoga: Enhancing Followers' Duty-Orientedness and Indifference to Rewards*”: *Psychology and Developing Societies*, februarie. <https://doi.org/10.1177/097133361102400104>.
- . 2014. „Karma-Yoga: The Indian Model of Moral Development”. *Journal of Business Ethics* 123 (2): 339–51. <https://www.jstor.org/stable/42921495>.
- Narayanan, Jayanth, și Venkat R. Krishnan. 2003. „Impact of Sattva and Rajas Gunas on Transformational Leadership and Karma Yoga”. ResearchGate. 2003.

- https://www.researchgate.net/publication/237442376_Impact_of_Sattva_and_Rajas_Gunas_on_Transformational_Leadership_and_Karma_Yoga.
- Phillips, Stephen H. 2009. *Yoga, Karma, and Rebirth: A Brief History and Philosophy*. Columbia University Press.
- Radhakrishnan, S. 2010. *The Bhagavadgita*. New Delhi: Harper Collins Publishers India.
- Raju, P. T. 1954. „The Concept of the Spiritual in Indian Thought”. *Philosophy East and West* 4 (3): 195–213. <https://doi.org/10.2307/1397554>.
- Robinson, C.A. 2014. „Interpretations of the Bhagavad-Gītā and Images of the Hindu Tradition: The Song of the Lord”. ResearchGate. 2014. https://www.researchgate.net/publication/290917029_Interpretations_of_the_Bhagavad-Gita_and_images_of_the_hindu_tradition_The_song_of_the_Lord.
- Sharma, Radha. 2012. „Measuring social and emotional intelligence competencies in the Indian context”. *Cross Cultural Management* 19 (1): 30–47. <https://doi.org/10.1108/13527601211195619>.
- Spiro, Melford E. 1993. „Is the Western Conception of the Self «Peculiar» within the Context of the World Cultures?” *Ethos* 21 (2): 107–53. <https://www.jstor.org/stable/640371>.
- Stevenson, C. L. 1944. *Ethics and language*. Ethics and language. New Haven, CT, US: Yale University Press.
- Swarupananda, Swami. 1996. *Srimad Bhagavad Gita*.
- Tattwamayananda, Swami. 1994. „Mental Diseases in Modern Times - a Spiritual Outlook”. ResearchGate. 1994. https://www.researchgate.net/publication/224897905_Mental_diseases_in_modern_times_-_a_spiritual_outlook.
- Thingujam, Nutankumar. 2002. „Emotional Intelligence: What Is the Evidence?” ResearchGate. 2002. https://www.researchgate.net/publication/259051853_Emotional_Intelligence_What_is_the_Evidence.