



X Congresso Português de Sociologia
*Na era da “pós-verdade”? Esfera pública,
cidadania e qualidade da democracia no
Portugal contemporâneo*
Covilhã, 10 a 12 de julho de 2018

Secção/Área temática: Sociologia da Saúde

A emergência da *mindfulness*: neurónios, capitalismo e o sujeito neoliberal

CARVALHO, António; Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra,
Praça Dom Dinis, 3000-104 Coimbra; amcarvalho@ces.uc.pt

Resumo

Ao longo das últimas três décadas, psicólogos, psiquiatras, neurocientistas, filósofos e educadores têm demonstrado um crescente interesse na *mindfulness*, uma prática que visa maximizar a experiência do momento presente através da consciência da respiração, sensações e pensamentos.

A *mindfulness* tem sido implementada em vários contextos médicos, nomeadamente na prevenção do stress e de doenças cardíacas e na gestão da dor. Os encontros entre cientistas e praticantes de meditação têm inundado a perceção pública da *mindfulness* com imagens do cérebro humano afetado por estas práticas contemplativas, testemunhos visuais da sua eficácia frequentemente recrutados para justificar a introdução destas técnicas nos mais diversos contextos: escolas, exército, empresas, universidades e hospitais.

Este artigo leva a cabo uma análise dos agenciamentos contemporâneos da *mindfulness*, explorando como esta prática estabelece interessantes ramificações entre a biopolítica, a medicalização da experiência quotidiana e formas de representar e gerir a subjetividade humana mediadas por diversas tecnologias.

Palavras-chave: *mindfulness*; neoliberalismo; subjetivação; medicalização

XAPS-47771

Este artigo leva a cabo uma crítica sociológica da disseminação contemporânea da *mindfulness*. Argumenta-se que a *mindfulness* é um exemplo particularmente interessante para explorar as ramificações atuais entre neoliberalismo, neurociências e tecnologias do sujeito, com implicações relevantes para a sociologia da saúde e para os debates contemporâneos sobre medicalização e ontologia.

A *mindfulness* consiste no desenvolvimento de atenção sobre a experiência do momento presente, incluindo sensações, emoções, pensamentos e movimentos. Inspirada por práticas de meditação budista, a *Mindfulness-Based-Stress-Reduction* (MBSR) foi desenvolvida por Jon Kabat-Zinn na universidade de Massachusetts no final dos anos 1970. Inicialmente o objetivo era aumentar a saúde e bem-estar de pacientes que sofriam de dores de cabeça, elevada pressão arterial, dores de costas, doenças cardíacas, cancro e HIV (Kabat-Zinn, 1991, p. 1), e a literatura indica que esta prática é útil no tratamento da depressão, abuso de substâncias, ansiedade e dor (Grossman *et al.*, 2004; Bowen *et al.*, 2006). A *mindfulness* gera mudanças significativas no cérebro humano que têm implicações clínicas, reduzindo o processamento afetivo automático, alterando a relação com a dor e levando ao cultivo da compaixão.

A *mindfulness* é considerada uma prioridade de implementação pelo National Institute for Clinical Excellence (NICE) do Reino Unido, e muitos departamentos de psicologia e neurociências estão a levar a cabo investigação sobre esta, registando-se também um crescente interesse por estas terapias que se manifesta na crescente oferta, ao nível do setor privado, de terapias e cursos baseados na *mindfulness*.

Esta apresentação é suportada por três campos teóricos. O trabalho recente nos estudos de ciência e tecnologia (STS) tem registado um crescente interesse em questões ontológicas, sugerindo que a prática científica é eminentemente performativa (Carvalho & Nunes, 2013; Nunes *et al.*, 2018). Esta viragem performativa sublinha a importância da relacionalidade, associações entre entidades heterogéneas que não existem antes destas associações, sublinhando o carácter político das mediações (Carvalho, 2014). Estas considerações têm implicações no estudo do afeto, no sentido em que as subjetividades – pensamentos, emoções, desejos – também são mediadas por associações, ambientes e tecnologias.

As intervenções terapêuticas baseadas na *mindfulness* geram modos de existência relacionados com novas associações entre práticas de subjetividade, técnicas imagiológicas que visam revelar a “verdade” de estados de consciência, discursos médicos e psicológicos que enquadram a existência humana dentro de categorias específicas e dispositivos políticos de governar a população (Carvalho, 2017a).

A emergência de dispositivos médicos e científicos está associada à constituição de indivíduos que são produzidos e fazem sentido das suas experiências de formas específicas. Isto envolve formas de conhecimento, inscrições, performances, traduções, negociações e várias formas de estabilização. Os terapeutas e praticantes da *mindfulness* levam a cabo um número de transformações, sendo submetidos a agenciamentos – retiros, workshops, cursos para treino de professores – e sujeitos a um número de discursos, práticas e hermenêuticas do sujeito. Paralelamente, os estados de consciência são analisados e quantificados de acordo com discursos, práticas e tecnologias (como por exemplo ressonâncias magnéticas), o que ilustra a materialidade e relacionalidade destas práticas e o caráter situado das hermenêuticas meditativas.

Outro campo teórico relevante diz respeito às investigações de Michel Foucault sobre tecnologias do sujeito e governamentalidade. O trabalho tardio de Foucault centrou-se na análise de práticas de subjetividade mobilizadas para maximizar habilidades físicas, para incorporar certos quadros éticos e atingir estados de espírito particulares (Foucault, 1988). O seu trabalho sobre tecnologias do sujeito explorou as articulações entre a micropolítica da subjetividade e dimensões políticas mais vastas. Como escreveu Foucault: “não existe ponto de resistência ao poder político que não inclua a relação com o eu” (Foucault, 2006, p. 252).

A *mindfulness* gera uma nova hermenêutica do sujeito, permitindo aos praticantes interpretar as suas experiências de novas formas. Foucault argumentou que a modernidade foi acompanhada pela emergência de um tipo de poder designado como governamentalidade (Foucault, 1978), focado na gestão da própria população, entendida como um recurso que pode ser controlado, normalizado e melhorado através da biopolítica e da disciplina (Foucault, 1987).

A governamentalidade molda as formas neoliberais de subjetividade, e noções como felicidade, bem-estar e aperfeiçoamento pessoal transformam a individualidade contemporânea num processo que pode ser constantemente gerido, quantificado e

melhorado. Tem-se argumentado que a neuro-flexibilidade está intimamente associada ao neoliberalismo, na medida em que atribui aos cidadãos a responsabilidade de melhorarem o seu capital neurológico (Binkley, 2011). A *mindfulness* é uma boa ilustração da obsessão neoliberal com o aperfeiçoamento pessoal, consistindo numa série de tecnologias do sujeito suportadas por investigação no âmbito das neurociências que parte do pressuposto de que o cérebro é flexível, justificando a alteração do comportamento humano.

Isto leva-nos ao terceiro campo teórico, associado à comodificação ou mercantilização da meditação. Tem sido sugerido que as práticas contemporâneas de *mindfulness* perderam o seu significado ético, tornando-se meros instrumentos terapêuticos. Também se tem argumentado que a proliferação de práticas não ocidentais de subjetividade está associada à psicologização, medicalização e comodificação da religião - ao invés de serem dimensões centrais de percursos religiosos ou espirituais, as práticas meditativas são utilizadas para mero aperfeiçoamento pessoal numa cultura marcada pelo narcisismo.

A literatura que incide nas desigualdades Norte/Sul tem sublinhado que a apropriação de práticas, mercadorias e substâncias pelas economias do Norte Global promoveu processos de comodificação e biopirataria, no sentido em que as populações nativas/do Sul são alienadas dos seus conhecimentos, bens e práticas locais, e são frequentemente prejudicadas nas colaborações de investigação (Carvalho et al, 2018). As intervenções baseadas na *mindfulness* emergiram no seguimento da medicalização de práticas meditativas, o que levanta uma série de questões políticas e epistemológicas.

A *mindfulness* é habitualmente apresentada como promovendo uma estabilização da subjetividade, permitindo aos praticantes testemunhar a experiência momento-a-momento de uma forma não reativa. No entanto, a meditação frequentemente gera episódios difíceis e por vezes indesejáveis (Carvalho, 2014, 2017b). Apesar de existir alguma investigação sobre os seus malefícios, a maior parte da literatura sobre a *mindfulness* está centrada em aspetos positivos, sugerindo que estamos perante uma forma normalizada de meditação, ajustada aos dispositivos biopolíticos.

Mindfulness e subjetividades neoliberais

A *mindfulness* convida os praticantes a constantemente monitorizarem os seus estados mentais e emocionais. Pensamentos, emoções, sensações, conversações e relacionamentos são submetidos a um dispositivo hermenêutico que suporta o estatuto contemplativo dos indivíduos e ajusta as suas respostas aos fenómenos do dia-a-dia. Poderíamos argumentar que a *mindfulness* opera através de uma permanente medicalização da existência dos indivíduos. Como Barker argumenta,

a *mindfulness* representa uma expansão significativa na definição de doença para além daquela avançada pela medicina convencional (...) o seu modelo etiológico intensifica a necessidade de vigilância e intervenção terapêutica (...) ela localiza permanentemente os indivíduos num ciclo de doença e terapia (Barker, 2014, p.168).

De acordo com Barker, a *mindfulness* é uma forma de medicalização momento-a-momento levada a cabo de forma voluntária. Ao invés de resgatar os praticantes dos tentáculos da biomedicina, ela reproduz, multiplica, expande o domínio da doença, enquadrando as respostas a eventos do dia-a-dia no seio de uma hermenêutica meditativa. Este olhar meditativo depende de novas autoridades psicológicas, pastorais, espirituais e médicas que apresentam a *mindfulness* como uma solução mágica para lidar com uma série de maleitas como stress, dor, ansiedade, depressão e uma variedade de manifestações que podem ser reduzidas aos seus correlatos psicossomáticos, e a que a *mindfulness* visa responder (Carvalho, 2017a). Se a *mindfulness* pode ser entendida enquanto uma “bala mágica”, o seu *modus operandi* consiste em transformar a existência dos indivíduos numa série de correlatos somáticos associados a uma determinada política anatómica. O treino meditativo consiste no desenvolvimento de formas de atenção sobre estes correlatos somáticos, permitindo um maior distanciamento em relação aos desafios do dia-a-dia.

A forma através da qual a *mindfulness* produz novas subjetividades está associada a noções como bem-estar, felicidade e qualidade de vida, aspetos que caracterizam o Budismo contemporâneo, o que levou Dawson & Turnbull (2006) a sugerir que a *mindfulness* se tornou no novo ópio do povo. A *mindfulness* parece suportar as estratégias de docilização das sociedades liberais contemporâneas e dos seus dispositivos biopolíticos, ligados a tecnologias do sujeito que requerem, segundo Nikolas Rose, “uma crescente ênfase na responsabilidade dos indivíduos em gerirem

os seus próprios problemas, a assegurarem a sua segurança individual com um olho prudente no futuro” (Rose, 2007, p. 4). A *mindfulness* ajuda os sujeitos neoliberais a lidarem com as suas vidas e com o stress, permitindo-lhes ajustarem-se com um maior bem-estar, tornando-os mais estáveis e dóceis, estabelecendo barreiras protetoras. De acordo com Zizek, a meditação é o perfeito suplemento ideológico do capitalismo:

A abordagem meditativa do Budismo ocidental é provavelmente a forma mais eficiente para nós participarmos totalmente na economia capitalista e ao mesmo tempo retendo a aparência de sanidade. Se Max Weber estivesse vivo hoje em dia, ele iria sem dúvida escrever um volume adicional à sua *Ética Protestante*, intitulado “A *Ética taoísta* e o Espírito do Capitalismo Global” (Zizek, 2005)

A crítica levada a cabo por Zizek assemelha-se à posição de William Davies sobre a *mindfulness*. Segundo o autor, esta foi apropriada pelo capitalismo global, que concebe a felicidade como uma dimensão constitutiva das formações sociais contemporâneas, tentando reduzir a contestação popular através do discurso do bem-estar individual:

A felicidade, nas suas diferentes aceções, não é mais um mero suplemento ao importante processo de fazer dinheiro, ou uma preocupação do tipo *new age* para aqueles que têm tempo suficiente para fazer o seu pão. Como uma entidade mensurável, visível e potencialmente melhorável, ela já penetrou a cidadela da gestão económica global (...). O futuro e sucesso do capitalismo dependem da nossa habilidade em combater o stress, depressão e doença, colocando o relaxamento, felicidade e bem-estar no seu lugar. Técnicas, medidas e tecnologias estão agora disponíveis para alcançar este fim e já invadiram o local de trabalho, o centro da cidade, a casa e o corpo humano. (Davies, 2015, p. 8)

Quando Matthieu Ricard, um monge budista e doutorado em genética molecular, foi há alguns anos apresentado pelos media como a “pessoa mais feliz do mundo”, a imaginação pública da *mindfulness* atingiu um ponto de viragem, permitindo-lhe ser totalmente apropriada pelo neoliberalismo. A felicidade hoje em dia não é apenas concebida enquanto a realização do potencial humano, mas tornou-se numa entidade mensurável e sujeita a uma série de tecnologias que visam a sua maximização. A política anatómica da *mindfulness* foi eventualmente subjugada a um novo tipo de discurso que confunde o cérebro com a alma humana. Ao associar práticas contemplativas a um número de mudanças neurológicas, o sujeito quantitativo da

contemporaneidade é emulado enquanto a manifestação subjetiva do neoliberalismo, um sistema social que apresenta o mundo como um conjunto de empreendedores neurológicos permanentemente avaliando e melhorando os seus estados mentais. Se a frenologia era a tentativa, através do racismo científico, de medir, quantificar e comparar variações comportamentais através da análise do formato e ângulos do crânio, a versão neoliberal da *mindfulness* pretende maximizar o estatuto contemplativo e eudemónico dos indivíduos através de formas de permanente autocontrolo, promovendo uma nova economia moral do cérebro humano suportada por técnicas imagiológicas.

***Mindfulness* e metodologia: do silêncio a uma nova economia moral do cérebro**

Historicamente, os estudos sobre meditação recorreram a uma variedade de metodologias, incluindo o teste Rorschach, a experiência pessoal dos investigadores, a análise de textos budistas sobre meditação, métodos quantitativos, entrevistas semiestruturadas, histórias de vida, etc. Mais recentemente, estudos neurocientíficos e neurofenomenológicos “mediram” as ondas cerebrais de praticantes experientes através de ressonâncias magnéticas e de outros instrumentos, o que levou alguns neurocientistas a argumentar que a prática contínua meditação tem efeitos quantificáveis e “visíveis” no cérebro humano (Lutz *et al.*, 2004).

Varela & Shear (1999) defenderam a criação de metodologias com uma perspetiva mais global sobre a consciência onde “nem a experiência individual nem mecanismos externos têm a palavra final” (Varela & Shear, 1999, p. 2). Um bom exemplo desta abordagem metodológica é o cruzamento de relatórios escritos sobre experiências meditativas com os seus correlatos fisiológicos, avaliados em contextos laboratoriais (Shear & Jevning, 1999).

De facto, o laboratório progressivamente transformou a prática de *mindfulness* numa manifestação do neoliberalismo contemporâneo, apresentando-a como responsável por mudanças significativas no cérebro humano. Se, atualmente, o cérebro é apresentado como uma fiel representação do “eu”, a investigação sobre *mindfulness* promove uma nova economia moral do cérebro humano. Como esta prática é promovida com vista a aumentar o bem-estar, concentração e autocontrolo, o cérebro,

enquanto reflexo das modificações operadas pela *mindfulness*, transforma-se na justificação moral para estes modos de existência

O que significa exatamente esta nova economia moral do cérebro? De acordo com Ricard, Lutz e Davidson (2014), os scans aos cérebros de praticantes avançados de meditação revelam um número de diferenças quando comparados com os de não-meditadores. Por exemplo, a prática de *mindfulness* leva a uma “diminuição da atividade em áreas relacionadas com a ansiedade, como o córtex insular e a amígdala” (Ricard, Lutz and Davidson, 2014, p. 41) e a meditação do tipo loving-kindness (que consiste em desenvolver sentimentos de amor, empatia e benevolência em relação a nós próprios e aos outros) aumenta a atividade de “regiões do cérebro que são despertadas quando nos colocamos no lugar dos outros – a junção temporal parietal por exemplo” (*ibid*, p. 41).

Através destes estudos, políticos, educadores, psicólogos e gestores têm acesso a dados científicos que justificam a implementação da *mindfulness* numa variedade de instituições e contextos, como é o caso das forças armadas americanas (Stanley & Jha, 2009). A conceção do cérebro como uma multitude de áreas associadas a determinadas funções comportamentais permite a visualização momento-a-momento da transformação da mente e comportamento humanos através da *mindfulness*. A flexibilidade do sujeito torna-se transparente através de novas tecnologias de vigilância interior e exterior, incluindo tecnologias do sujeito como a *mindfulness* e técnicas imagiológicas como as ressonâncias magnéticas.

Uma nova rede tecnológica tornou o antigo, colonial e quantificável crânio da frenologia – uma entidade imutável, estável e mensurável, recrutada para justificar diferenças raciais – no cérebro neoliberal contemporâneo, flexível e potencialmente submetido a um vasto conjunto de dispositivos para maximizar o estatuto contemplativo e eudemónico do cidadão nas mais diversas circunstâncias. A *hubris* dualista da subjetividade moderna é substituída por uma preocupação constante com os estados afetivos que se manifesta no recurso a uma série de estratégias de autorregulação, como a *mindfulness*. O discurso neoliberal do bem-estar e felicidade criaram novas formas de neuro-empendedorismo. Tecnologias específicas de autocontrolo têm o potencial de ajustar o nosso cérebro às economias morais propagadas por psicólogos e neurocientistas, reificando a perspetiva da imagiologia médica enquanto substrato hegemónico da autovigilância que permanentemente exercemos sobre a nossa existência.

Conclusão – para além da crítica

De acordo com Andrew Pickering (2014), a ciência moderna gera ilhas performativas de estabilidade, criando máquinas que capturam a agência não-humana de uma forma idealmente estável, contínua e eficiente. No entanto, desastres sociotécnicos – como a crise de Fukushima de 2011 – provam que a *hubris* da modernidade não é capaz de conter totalmente as forças naturais e maquínicas, colocando em causa visões modernas da ciência, tecnologia e ontologia (Carvalho, 2017b; Santos Pereira, Carvalho & Fonseca, 2016; Santos Pereira, Fonseca & Carvalho, 2018).

Paralelamente, podemos interpretar as versões neoliberais da *mindfulness* como uma tentativa de estabilizar formas de meditação focadas na exploração, autodescoberta, transcendência e até loucura. De facto, a tradição Vipassana de Mahasi Sayadaw inclui vários estádios de insight, chamados Dukkha Nanas, cuja experiência habitualmente gera medo e terror (Koster and Oosterhoff, 2004).

A domesticação da meditação e dos seus efeitos imprevisíveis é uma tentativa de limitar a *mindfulness* aos grilhões do neoliberalismo, enquadrando as práticas contemplativas no seio de categorias como felicidade, bem-estar e autocontrolo. A meditação, ao invés de gerar uma nova estética da existência (Foucault, 1984), novas formas de estar no mundo, é exclusivamente vocacionada para a maximização daquilo que Sloterdijk (2013) designa como o estatuto imunológico dos indivíduos no atual panorama biopolítico, restringindo o afeto meditativo a uma versão e medicalizada e redutora.

Para contrariar esta versão neoliberal da *mindfulness* é necessário, de acordo com David Forbes (2012), “ocupar” a *mindfulness*, recorrendo à noção de interdependência para reinventar o estatuto da meditação no sistema capitalista atual. De facto, as conhecidas associações entre meditação, ecologia, e ativismo político (Carvalho, 2014), como é o caso do Budismo socialmente envolvido de Thich Nhat Hanh, permitem-nos contemplar o potencial transformador das práticas meditativas e a sua capacidade em resistir à marcha imperial do neoliberalismo, suportando um utopianismo capaz de oferecer uma resposta integrada à atual crise económica, ecológica e subjetiva (Carvalho, 2017b). Esta ambiguidade ontológica da *mindfulness* está associada à sua utilização num conjunto distinto de contextos, que envolvem não só os retiros de meditação mas também o exército, as escolas, hospitais e corporações. A proliferação

contemporânea da *mindfulness* e a sua aparente comodificação requerem o desenvolvimento de uma hermenêutica sociológica atenta não só à adaptação destas tecnologias do sujeito a um variado conjunto de dispositivos sociais – numa perspectiva instrumental - mas também à forma como determinadas versões de afeto meditativo são promovidas e quais as invisibilidades geradas pelas associações entre a meditação, psicologia e as neurociências, atentando nas dimensões ontológicas, substanciais e produtivas dessas ramificações.

Nota

Por decisão pessoal, o autor do texto escreve segundo o novo acordo ortográfico

Referências

- Barker, K. (2014). *Mindfulness* Meditation: Do–It–Yourself Medicalization of Every Moment. *Social Science & Medicine*, 106 (1), 168–176.
- Binkley, S. (2011). Happiness, Positive Psychology and the Program of Neoliberal Governmentality. *Subjectivity*, 4 (4), 371–394.
- Bowen, S., *et al.* (2006). *Mindfulness* Meditation and Substance Use in an Incarcerated Population. *Psychology of Addicted Behaviour*, 20 (3), 343–347.
- Carvalho, A. (2014). Subjectivity, Ecology and Meditation: Performing Interconnectedness. *Subjectivity*, 7(2), 131-150.
- Carvalho, A (2017a). Assembling *Mindfulness*: Technologies of the Self, Neurons and Neoliberal Subjectivities. In S. Crabu, P. Giardullo, F. Miele & M. Turrini (Eds.), *Sociotechnical Environments* (pp. 293-308). Milan: STS Italia.
- Carvalho, A. (2017b). Ecologies of the Self in Practice - meditation, affect and ecosophy. *Geografiska Annaler: Series B, Human Geography*, 99(2), 207-222.
- Carvalho, A.; IJsselmuiden, C.; Kaiser, K.; Hartz, Z. & Ferrinho, P. (2018). Towards equity in global health partnerships: adoption of the Research Fairness Initiative (RFI) by Portuguese-speaking countries. *BMJ Global Health*. DOI: 10.1136/bmjgh-2018-000978

- Carvalho, A. & Nunes, J. A. (2013). Technology, Methodology and Intervention: performing nanoethics in Portugal, *NanoEthics*, 7(2), 149-160.
- Carvalho, A. & Nunes, J. A. (2018). Assembling Upstream Engagement: the Case of the Portuguese Deliberative Forum on Nanotechnologies, *NanoEthics*, 12(2), 99-113.
- Davies, W. (2015). *The Happiness Industry: How the Government & Big Business Sold Us Wellbeing*. London: Verso.
- Dawson, G. & Turnbull, L. (2006). Is *Mindfulness* the New Opiate Of the Masses? Critical Reflections from a Buddhist Perspective. *Psychotherapy in Australia*, 12 (4), 60–64.
- Forbes, D. 2012. Occupy *Mindfulness*. Retrieved from: <http://beamsandstruts.com/articles/item/982-occupy-mindfulness>.
- Foucault, M. (1978). La gouvernementalité. In D. Defert & F. Ewald (Eds), *Dits et Écrits II, 1976–1988* (pp. 635-657). Paris: Gallimard.
- Foucault, M. (1984) *On the Genealogy of Ethics: An Overview of Work in Progress*. In P. Rabinow (Ed.), *The Foucault Reader* (pp. 340-72). New York: Pantheon Books.
- Foucault, M. (1987). *The History of Sexuality – Volume One, An Introduction*. New York: Random House.
- Foucault, M. (1988). Technologies of the Self. In L. H. Martin; H. Gutman & P. H. Hutton (Eds), *Technologies of the Self, a Seminar with Michel Foucault* (16-49). Amherst: The University of Massachusetts Press.
- Foucault, M. (2006). *The Hermeneutics of the Subject – Lectures at the Collège de France 1981–1982*. New York: Picador.
- Grossman, P., Niemann, L., Schmidt, S. & Walach, H. (2004). *Mindfulness– Based Stress Reduction and Health Benefits – A Meta–Analysis*. *Journal of Psychosomatic Research*, 57 (1), 35–43.
- Kabat–Zinn, J. (1991). *Full Catastrophe Living*. New York: Delta Trade Paperbacks.

- Koster, F. & Oosterhoff, M. (2004). *Liberating Insight: Introduction to Buddhist Psychology and Insight Meditation*. Chiang Mai: Silkworm Books.
- Lutz, A., Greischar, L.L., Rawlings, N.B., Ricard, M. & Davidson, R.J. (2004), Long-term Meditators Self-induce High-amplitude Gamma Synchrony during Mental Practice. *Proceedings of the National Academy of Science USA*, 101 (46), 16369–16373.
- Nunes, J. A.; Neves, D.; Carvalho, A. & Matos, A. R. (2018). A emergência do sujeito participativo: interseções entre ciência, política e ontologia. *Sociologias*, 20(48), 162-187.
- Pickering, A. (2014). Islands of Stability: Engaging Emergence from Cellular Automata to the Occupy Movement. *Zeitschrift für Medien- und Kulturforschung*, 1, 121–134.
- Ricard, M., Lutz, A. & Davidson, R. (2014). Mind of the Meditator. *Scientific American*, 311 (5), 38–45.
- Rose, N. (2007). *The Politics of Life Itself: Biomedicine, Power and Subjectivity in the Twenty-First Century*. Princeton: Princeton University Press.
- Santos, B. S. (2014). *Epistemologies of the South. Justice against Epistemicide*. London: Paradigm Publishers.
- Santos Pereira, T.; Carvalho, A. & Fonseca, P. F.C. (2016). Imaginaries of nuclear energy in the Portuguese parliament: Between promise, risk, and democracy, *Public Understanding of Science*, 26(3), 289-306.
- Santos Pereira, T; Fonseca, Paulo F. C.; Carvalho, António (2018). Carnation Atoms? A History of Nuclear Energy in Portugal, *Minerva*. DOI: 10.1007/s11024-018-9354-4
- Shear, J. & Jevning, R. (1999). Pure Consciousness: Scientific Exploration of Meditation Techniques. In F Varela, & J. Shear (eds), *The View From Within: First-person Approaches to the Study of Consciousness* (pp. 189-209). Bowling Green: Imprint Academic.
- Sloterdijk, P. (2013) *You must change your life*. Cambridge: Polity Press.

Stanley, E.A. & Jha, A.P. (2009). Mind Fitness: Improving Operational Effectiveness and Building Warrior Resilience. *Joint Force Quarterly*, 55 (4), 144–151.

Varela, F. & Shear, J. (1999) First Person Accounts: Why, What, and How. In F. Varela & J. Shear (Eds.), *The View From Within: First–person Approaches to the Study of Consciousness* (1-14). Bowling Green: Imprint Academic.

Zizek, S. (2005, May 21). Revenge of Global Finance. In *These times*. Retrieved from: http://inthesetimes.com/article/2122/revenge_of_global_finance