

A ASCESE

CAPÍTULO I

O CAMINHO DA PURIFICAÇÃO

I

PURIFICAÇÃO DA MENTE

1. Os homens têm paixões mundanas que os levam somente às ilusões e sofrimentos. Há cinco maneiras com as quais eles podem se livrar dos grilhões destas paixões.

Primeira, devem ter idéias corretas das coisas, idéias estas baseadas em cuidadosa observação, devem compreender corretamente o significado das causas e efeitos. Como a causa do sofrimento se acha arraigada nos desejos e apegos da mente, e como estes são frutos das errôneas observações do ego que negligencia o significado da lei da causa e efeito, só poderá haver paz, se a mente puder fugir destas paixões mundanas.

Segunda, os homens podem evitar estas observações erradas que originam as paixões mundanas, através de um paciente controle da mente. Com o eficiente controle mental, pode-se evitar todos os desejos que surgem das sensações dos olhos, ouvidos, nariz, língua, tato e dos subsequentes processos mentais, sendo que se assim fizer, poder-se-á cortar as paixões mundanas em sua raiz.

Terceira, deve-se ter idéias corretas a respeito do adequado uso das coisas. Assim, com relação ao alimento e à roupa, não se deve pensar em termos de conforto e prazer, mas sim, em termos das necessidades do corpo. A roupa é necessária para proteger o corpo dos extremos do calor e do frio, tal como o alimento é necessário para a nutrição do corpo. Deste correto modo de pensar não brotarão as paixões mundanas.

Quarta, deve-se aprender a ser tolerante. Deve-se aprender a tolerar os desconfortos do calor e do frio, da fome e da sede; deve-se aprender a ser paciente quando se recebe abuso ou desprezo. É pela prática da tolerância que se debela o fogo das paixões mundanas que consomem o corpo.

Quinta, deve-se aprender a ver e evitar o perigo. Assim como o homem prudente evita os cavalos selvagens e os cães raivosos, não se deve ter como amigos os homens perversos, nem freqüentar lugares evitados pelos sensatos. Praticando-se a cautela e a prudência, poder-se-á extinguir o fogo das paixões mundanas.

2. No mundo existem cinco grupos de desejos. Referem-se e se originam dos cinco sentidos. Assim temos: desejos que surgem das formas que os olhos vêem; dos sons que os ouvidos escutam; das fragrâncias que o nariz sente; do paladar que a língua sente, e das coisas que são agradáveis ao tato. Destas cinco portas abertas ao desejo, nasce o amor pelo conforto do corpo.

Muitos homens, por alimentar o amor ao bem-estar do corpo, não percebem os males que seguem o conforto e são apanhados pelas maléficas ciladas, como um cervo é apanhado pela armadilha do caçador. Estes cinco desejos, que surgem das diferentes sensações, são as mais perigosas armadilhas. Sendo apanhados por elas, os homens se enredam nas paixões mundanas e sofrem. Devem aprender um meio pelo qual possam escapar dessas ciladas.

3. Não há nenhum meio pelo qual se possa escapar da cilada das paixões mundanas. Suponhamos que você tenha apanhado uma cobra, um crocodilo, um pássaro, um cão, uma raposa e um macaco, seis criaturas de naturezas muito diversas e que as tenha amarrado junto com uma corda e as tenha deixado ir. Cada uma delas tentará voltar às próprias tocas, por seus próprios meios: a cobra procurará abrigo na grama, o crocodilo buscará a água, o pássaro quererá voar, o cão procurará uma aldeia, a raposa procurará as solitárias orlas da floresta e o macaco procurará as árvores. Na tentativa de cada um buscar o caminho da fuga, haverá luta, mas, estando atados uns aos outros pela corda, o mais forte deles arrastará todo o resto.

Como as criaturas nesta parábola, o homem é tentado de diversas maneiras pelos desejos dos seus seis sentidos – olhos, ouvidos, nariz, língua, tato e mente – e é controlado pelo desejo predominante.

Se as seis criaturas forem atadas a um poste, elas tentarão fugir até se extenuarem. Assim, os homens deverão

treinar e controlar a mente, para que não tenham preocupações com outros cinco sentidos. Se a mente estiver sob controle, eles poderão ter felicidade não só agora, como também no futuro.

4. Os homens buscam o seu conforto egocêntrico, anseiam pela fama e pelo louvor. Mas a fama e o louvor são como o incenso que se consome e logo desaparece. Se os homens perseguirem honras e aclamações públicas e deixarem o caminho da verdade, correrão sério perigo e, muito em breve, terão motivos para se lamentarem.

O homem que busca a fama, a riqueza e casos amorosos é como uma criança que lambe mel na lâmina de uma faca. Ao lambe a doçura do mel, a criança corre o risco de ter a língua ferida. É como o tolo que carrega uma tocha contra um vento forte; correndo o risco de ter o rosto e as mãos queimadas.

Não se deve confiar na mente que está cheia de cobiça, ira e insensatez. Não se deve deixar a mente desenfreada, deve-se mantê-la sob rígido controle.

5. É muito difícil ter o perfeito controle mental. Aqueles que buscam a Iluminação devem livrar-se primeiro do fogo de todos os desejos. O desejo é como um fogo devastador, e aquele que está trilhando o caminho da Iluminação deve evitar o fogo do desejo, assim como o homem que carrega um fardo de feno evita as chamas.

É loucura um homem arrancar seus olhos, pelo temor de ser tentado pelas formas bonitas. A mente é o senhor e se ela estiver sob controle, os menores desejos desaparecerão.

É muito difícil seguir o caminho da Iluminação, mas será muito mais difícil, se os homens não tiverem a mente para procurar este caminho. Sem a Iluminação, haverá infinito sofrimento neste mundo da vida e da morte.

Um homem trilhando o caminho da Iluminação é como um boi que carrega uma pesada carga, através de um campo lamacento. Se o boi der o melhor de si, não prestando atenção em outras coisas, poderá vencer o lodaçal e repousar. Assim, se a mente estiver sob controle e mantida no caminho certo, não haverá nenhuma lama da cobiça que a obstrua, e todo seu sofrimento desaparecerá.

6. Aqueles que buscam o caminho da Iluminação devem remover todo orgulho egocêntrico e devem, humildemente, desejar aceitar a luz dos ensinamentos de Buda. Todos os tesouros do mundo – todo seu ouro, prata e honras – não se comparam à sabedoria e à virtude.

Para se ter boa saúde, para trazer a verdadeira felicidade na família, para trazer paz a todos, deve-se disciplinar e controlar a própria mente. Se um homem puder controlar a mente, poderá encontrar o caminho da Iluminação, e toda a sabedoria e virtude a ele virão com naturalidade.

Assim como as pedras preciosas são tiradas da terra, a virtude surge dos bons atos e a sabedoria nasce da mente pura e tranquila. Para se andar com segurança, nos labirintos da vida humana, é necessário que tenham como guias a luz da sabedoria e a virtude.

Bom é o ensinamento de Buda, que orienta os homens a eliminar a cobiça, a ira e insensatez. Aqueles que o seguem alcançam a felicidade de uma vida plena de boas realizações.

7. Os homens têm a tendência de se mover na direção de seus pensamentos. Se cultivam pensamentos de ganância, tornam-se mais gananciosos; se alimentam pensamentos de ódio, tornam-se mais odiosos; se nutrem pensamentos de vingança, tornam-se mais vingativos.

No tempo da colheita, os fazendeiros confinam seus rebanhos, a fim de que não rompam a cerca da seara e dêem motivos para muitas lamentações. Assim, os homens devem, de forma ferrenha, proteger suas mentes contra os embates da improbidade e do infortúnio. Devem eliminar pensamentos que estimulem a cobiça, o ódio e a insensatez; devem nutrir pensamentos que estimulem a caridade e a bondade.

Quando chega a primavera e os pastos estão verdejantes, com abundância de capim, os fazendeiros aí soltam seus gados, mantendo estreita vigilância sobre eles.

Assim, deve ser com a mente dos homens: mesmo sob as melhores condições, a mente deve ser vigiada.

8. Certa feita, Buda Sakyamuni se encontrava na cidade de Kausambi. Nela vivia um homem que o odiava e, levado por um ressentimento, induziu com subornos, uns malvados a que circulassem malévolos boatos a seu respeito. Em tais circunstâncias, foi muito difícil a seus discípulos mendigar suficiente alimento nesta cidade na qual havia muito abuso.

Ananda disse a Sakyamuni: “Seria melhor não ficarmos nesta cidade; há outras e melhores cidades para onde podemos ir; saiamos daqui.”

O Abençoado replicou: “Suponhamos que a outra cidade seja como esta. O que faremos então?”

- “Então iremos para outra” – Disse Ananda.

O Abençoado retrucou: “Não, Ananda, assim, nunca conseguiremos nosso intento. É melhor que permaneçamos aqui e suportemos pacientemente o abuso, até que se termine, e então iremos para outro lugar.”

“Há lucro e perda, difamação e honra, louvor e abuso, sofrimento e prazer neste mundo e o Abençoado não é controlado pelas coisas externas, pois estas desaparecem tão rapidamente quanto surgem.”

II

A BOA CONDUTA

1. Aqueles que buscam a Iluminação devem sempre se lembrar da necessidade de manter constantemente puros o corpo, a fala e a mente. Para se manter o corpo puro, não se deve matar qualquer criatura vivente, não se deve roubar ou cometer adultério. Para se manter a fala pura, não se deve mentir, abusar, ludibriar ou se perder em vãs conversas. Para se manter pura a mente, deve-se remover toda a cobiça, ira e o falso julgamento.

À mente impura seguem atos impuros e estes trarão sofrimentos. Assim é de suma importância que se conservem puros tanto a mente como o corpo.

2. Era uma vez, uma rica viúva que gozava da reputação de ser bondosa, modesta, cortês e que tinha uma criada sábia e diligente. Um dia, a criada pensou: “Minha ama tem muito boa reputação e gostaria de saber se ela é boa por natureza ou se é boa por causa de seu ambiente. Vou verificar.”

Propositadamente, na manhã seguinte, a criada não apareceu até antes do meio-dia. A ama, zangada, ralhou com ela impacientemente. A criada lhe respondeu: “Se, por um ou dois dias, fui preguiçosa, a senhora não deveria se impacientar-se.” Com esta observação, a ama se encolerizou.

No dia seguinte, a criada se levantou tarde novamente. Isto fez com que a ama se irasse mais e batesse na serva com uma vara. Este incidente tornou-se largamente conhecido e a rica viúva perdeu toda sua boa reputação.

3. Muitos homens são como esta mulher. Enquanto seus ambientes são satisfatórios, eles são bondosos, modestos e tranquilos, mas é duvidoso se continuarão a se comportar da mesma maneira, quando as condições mudarem e se tornarem insatisfatórias.

Somente podemos considerar boa uma pessoa, se ela mantiver a mente pura, serena, e continuar a agir com bondade, mesmo quando ouvir palavras desagradáveis, quando os outros lhe mostrarem má vontade ou quando estiver privada de suficiente alimento, roupas e abrigo.

Portanto, aqueles que agem bem e mantêm a mente tranquila somente quando seus ambientes são satisfatórios, não são boas pessoas. Somente aqueles que tiverem recebido os ensinamentos de Buda e tiverem treinado suas mentes e corpos com estes ensinamentos é que poderão, verdadeiramente, ser chamados de pessoas boas, modestas e tranquilas.

4. Quanto à conveniência ou não das circunstâncias, as palavras se dividem em cinco partes de antônimos, a saber: palavras que são apropriadas a certas ocasiões e inconveniente para outras; palavras que se ajustam a certos fatos e não a outros; palavras que soam agradavelmente e outras que soam

asperamente; palavras que são benéficas e reconfortantes e palavras que são destrutivas e nocivas; palavras que são simpáticas e outras que são desprezíveis.

Devemos escolher cuidadosamente as palavras que falarmos, pois as pessoas que as ouvirem poderão por elas ser influenciadas para o bem ou para o mal. Se tivermos a mente de simpatia e compaixão, ela não se abaterá diante das más palavras que ouvirmos. Não devemos nunca pronunciar palavras agressivas, a fim de que não se suscitem sentimentos de ódio e aversão. As palavras que falarmos deverão ser sempre palavras de simpatia e sabedoria.

Suponhamos um homem que quer remover toda a sujeira do chão. É-lhe uma tarefa impossível, pois usa uma pá e uma peneira, com a qual vai espalhando a sujeira, ao invés de removê-la. Como este tolo, não podemos ter a esperança de eliminar todas as palavras. Devemos disciplinar nossas mentes e enche-las de simpatia, a fim de que não sejam perturbadas pelas palavras faladas por outrém.

Alguém pode tentar pintar um quadro, com águas coloridas no céu azul, mas é impossível. Como também é impossível secar um grande rio com o calor de uma tocha feita de feno, ou produzir um som metálico friccionando-se duas peças de couro bem curtido. Assim, para que haja impossibilidade de ter suas mentes perturbadas por quaisquer palavras que possam ouvir, os homens devem disciplina-las.

Devem disciplinar suas mentes e mantê-las tão vastas como a terra, tão ilimitadas com o céu, tão profundas como um grande rio e tão suaves como o couro bem curtido.

Não estareis seguindo os ensinamentos de Buda se, ao serdes presos e torturados pelo inimigo, sentirdes algum ressentimento. Sob quaisquer circunstâncias, deveis aprender a pensar: “Minha mente é inabalável. Palavras de aversão e ódio não passarão pelos meus lábios. Cercarei meu inimigo com pensamentos de simpatia e piedade que fluem de uma mente cheia de compaixão para com todos os seres vivos.”

5. Uma fábula nos dá conta de que um homem encontrou um formigueiro que se queimava durante o dia e fumegava à noite. Curioso e intrigado, foi ter junto a um sábio homem e lhe pediu conselhos sobre o que fazer com o achado. O sábio lhe disse para revolver o formigueiro com uma espada. Assim fazendo, encontrou uma trava de porta, algumas bolhas de água, um forçado, uma caixa, uma carapaça de tartaruga, uma faca de açougueiro, um pedaço de carne e, finalmente, um dragão. Retornando ao sábio, contou-lhe o que havia encontrado. O sábio explicou-lhe então o significado disso e lhe disse: “Jogue tudo fora, exceto o dragão; deixe-o sozinho e não o moleste.”

Nesta fábula, o formigueiro representa o corpo humano. O fato de queimar durante o dia simboliza o fato de que durante o dia, os homens fazem as coisas que pensaram na noite precedente. Fumegar à noite indica o fato de que os

homens, durante a noite, recordam-se, com prazer ou tristeza, das coisas que fizeram durante o dia.

Na mesma fábula, o homem simboliza o homem que busca a Iluminação. O sábio é Buda. A espada simboliza a pura sabedoria. Revolver o formigueiro simboliza o esforço que se deve fazer para alcançar a Iluminação.

A trava de porta representa a ignorância; as bolhas são os bafejos do sofrimento e da ira; o forçado sugere a hesitação e o desconforto; a caixa é onde se acumulam a cobiça, a ira, a indolência, a volubilidade, o arrependimento e a ilusão; a carapaça da tartaruga simboliza a mente; a faca de açougueiro simboliza a síntese dos cinco sentidos sensoriais; e o pedaço de carne simboliza o desejo que surge destes sentidos e que leva o homem ansiar pela sua satisfação.

Ainda na fábula, o dragão indica a mente que eliminou todas as paixões mundanas. Se um homem revolver as coisas ao seu redor com a espada da sabedoria, encontrará o seu dragão. “Deixe o dragão sozinho e não o moleste” significa procurar e trazer à luz a mente livre dos desejos mundanos.

6. Píndola, um discípulo de Buda, depois de alcançar a Iluminação, retornou a Kausambi, sua terra natal, para retribuir aos seus habitantes a bondade que ali havia recebido. Para isso, preparou o campo para plantar as sementes de Buda.

Nos arrabaldes de Kausambi, há um pequeno parque ao longo das praias do Rio Ganges, sombreado por infindáveis filas de coqueiros e onde uma fresca brisa sopra continuamente.

Em um quente dia de verão, Píndola sentou-se à fresca sombra de uma árvore do parque, para a meditação. Aí vieram ter o rei Udyana e suas consortes, para um recreio. Após a sessão de música e prazer, o rei cochilou a sombra de outra árvore.

Enquanto o rei dormia, suas esposas e damas de companhia passeavam e, de repente, chegaram até o lugar onde estava Píndola em meditação. Elas o reconheceram como um santo homem e lhe pediram que lhes ensinassem e assim, ouviram ao seu sermão.

Quando o rei despertou, saiu à procura de suas esposas e as encontrou ao redor deste homem, ouvindo o seu ensinamento. Tendo a mente ciumenta e lasciva, o rei irritou-se e destratou Píndola, dizendo: “É verdadeiramente inescusável que você, um santo homem, esteja no meio de mulheres e tenha com elas vãs conversas.” Píndola, tranquilamente, cerrou os olhos e permaneceu calado.

O irado rei desembainhou a espada e ameaçou Píndola, mas o santo homem permaneceu calado e firme como uma rocha. Esta atitude enfureceu mais ainda o rei que, rompendo um formigueiro, atirou sobre ele alguns torrões com formigas; mesmo assim, Píndola permanecia sentado em meditação e tranquilamente suportava os insultos e a dor.

Depois deste incidente, o rei, envergonhado de sua feroz conduta, pediu perdão a Píndola e se tornou um dos seguidores e divulgadores dos ensinamentos de Buda.

7. Poucos dias depois, o rei Udyana visitou Píndola em seu retiro na floresta e lhe perguntou: “Honrado mestre, como podem os discípulos de Buda manter puros os corpos e mentes e não serem tentados pela luxúria embora sejam jovens em sua maioria?”

Píndola respondeu: “Nobre senhor, Buda nos ensinou a respeitar todas as mulheres. Ele nos ensinou a considerar as velhas mulheres como nossas mães, aquelas de nossa idade como nossas irmãs e considerar as mais novas como nossas filhas. Com este ensinamento, os discípulos de Buda são capazes de manter puros seus corpos e mentes e não são tentados pela luxúria, embora sejam jovens.”

“Mas, honrado mestre, alguém pode ter pensamentos impuros a respeito de uma mulher idosa, jovem ou criança. Como podem os discípulos de Buda controlar seus desejos?”

“Nobre senhor, o Bem-Aventurado nos ensinou a pensar em nossos corpos como segregando impurezas de todas as espécies, como sangue, pus, suor e gordura e por assim pensar, nós, embora jovens, somos capazes de manter puras as nossas mentes”.

“Honrado mestre” – insistiu o rei – “agir assim pode ser fácil para aqueles que disciplinaram, como o senhor, o corpo e

a mente e poliram a sabedoria, mas será difícil para aqueles que ainda não tiveram tal treinamento. Eles podem tentar lembrar das impurezas, mas seus olhos seguiram as belas formas. Eles podem tentar ver a feiúra, mas serão atraídos pelas belas figuras. Deve haver alguma outra razão para que os jovens entre os discípulos de Buda possam conservar puras as suas ações.”

“Nobre senhor” – respondeu Píndola – “o Bem-Aventurado nos ensinou a guardar as portas dos cinco sentidos. Quando vemos belas figuras e cores com os nossos olhos, quando ouvimos sons agradáveis com nossos ouvidos, quando sentimos a fragrância com nosso nariz, quando degustamos a doçura das coisas com nossa língua, ou quando tocamos as coisas macias com nossas mãos, nós não nos apegamos às coisas atraentes nem alimentamos repulsa pelas coisas desagradáveis. Aprendemos a guardar cuidadosamente as portas destes cinco sentidos. É por este ensinamento do Abençoado que os jovens discípulos podem manter puros suas mentes e corpos.”

“O ensinamento de Buda é verdadeiramente maravilhoso. Pela própria experiência, sei que, se me defrontar com algo belo ou agradável serei perturbado pelas impressões sensoriais, se não estiver alerta. Portanto é de suma importância que estejamos sempre alerta às portas dos cinco sentidos, para que possamos manter puro nossos atos.”

8. Quando se expressa o pensamento da mente em ação, há uma reação que lhe segue. Quando se recebe abuso, há uma tentação de responder com bondade ou de vingar-se.

Deve-se estar alerta contra esta reação natural. É como cuspir contra o vento: não molesta a ninguém a não ser a si próprio. É como varrer a poeira contra o vento: não se livra da poeira, suja-se a si próprio. O infortúnio segue sempre os passos daquele que alimenta desejos de vingança.

9. Abandonar a cobiça e alimentar a mente de caridade é uma ação muito boa. Melhor ainda é conservar o intento da mente e respeitar o nobre caminho.

Deve-se abandonar a mente egoísta e substituí-la com a mente que é sincera em ajudar os outros. A felicidade nasce do praticar ações que deixam os outros felizes.

Milhares de velas podem ser acesas com uma única vela, a qual não terá por causa disso, diminuída a sua vida. A felicidade nunca decresce por ser compartilhada.

Aqueles que buscam a Iluminação devem ser cautelosos com seus primeiros passos. Não importa quão alta possa ser a aspiração de cada um, a Iluminação deve ser atingida passo a passo. Os passos do caminho da Iluminação devem ser tomados em nossa vida cotidiana, hoje, amanhã, depois e assim por diante.

10. No início do caminho da Iluminação, há vinte dificuldades que devemos sobrepujar neste mundo, tais como: 1) É difícil a um pobre ser generoso. 2) É difícil a um orgulhoso aprender o caminho da Iluminação. 3) É difícil procurar, à custa do próprio sacrifício, a Iluminação. 4) É difícil nascer

no mundo de Buda. 5) É difícil atender o ensinamento de Buda. 6) É difícil manter a mente pura, diante dos instintos do corpo. 7) É difícil não desejar as coisas que são belas e atraentes. 8) É difícil a um forte não usar suas forças para satisfazer seus desejos. 9) É difícil não se irar quando se é insultado. 10) É difícil permanecer inocente, quando se é tentado pelas circunstâncias repentinas. 11) É difícil dedicar-se inteira e intensamente aos estudos. 12) É difícil não desprezar um inexperiente. 13) É difícil manter-se humilde. 14) É difícil encontrar bons amigos. 15) É difícil suportar a disciplina que leva à Iluminação. 16) É difícil não ser perturbado pelas condições e circunstâncias externas. 17) É difícil ensinar os outros, conhecendo-se suas naturezas. 18) É difícil manter a mente tranquila. 19) É difícil não opinar sobre o certo e o errado. 20) É difícil encontrar e aprender um bom método.

11. Os bons e os maus homens se diferenciam um dos outros por sua natureza. Os maus não reconhecem nas ações erradas um erro e se este erro for trazido à sua atenção, eles continuarão a praticá-lo e desprezarão todo aquele que os advertir sobre seus maus atos. Os bons e sábios homens são sensíveis ao que é certo e errado, param de fazer algo tão logo percebam que está errado e são gratos a todo aquele que lhes chama atenção sobre as ações erradas.

Assim, os bons e os maus se diferem radicalmente. Os maus nunca apreciam a bondade que lhes é mostrada, os bons a apreciam e são agradecidos. Os bons tentam expressar seu apreço e gratidão com a retribuição da bondade, não só ao seu benfeitor, mas também a todos os demais.

III

O ENSINO ATRAVÉS DAS FÁBULAS

Muitos dos ensinamentos de Buda foram proferidos em forma de parábolas e fábulas. A princípio elas parecem deslocadas no pensamento moderno, mas conservam profundas verdades. Vejamos algumas.

1. Havia, certa vez, um país em que existia o peculiar costume de abandonar os velhos nas montanhas longínquas e inacessíveis.

Certo ministro de Estado, achando muito penoso seguir este costume, em relação ao próprio pai idoso, construiu uma caverna secreta em que escondeu o pai e dele cuidou.

Um dia, um deus apareceu diante do rei deste país e lhe apresentou uma embaraçosa questão, dizendo que se não solucionasse satisfatoriamente, seu país seria destruído. Eis o problema: “Aqui estão duas serpentes, então diga-me o sexo de cada uma delas.”

Nem o rei nem ninguém no palácio pôde solucionar o problema. Em vista disso, o rei ofereceu uma grande recompensa a todo aquele que, em seu reino, pudesse solucioná-lo.

O ministro foi até o esconderijo do velho pai e lhe apresentou a questão, pedindo-lhe uma resposta. O velho disse: “A solução deste problema é muito fácil. Coloque as duas cobras

numa relva macia. Aquela que se mexer para todos os lados é o macho, aquela que ficar quieta é a fêmea.” O ministro levou a resposta ao rei e o problema foi solucionado com êxito.

Então, o deus apresentou outras difíceis questões que o rei e seus secretários não foram capazes de responder. Mas o ministro, após consultar seu velho pai, sempre pôde solucioná-las.

Eis algumas das questões e suas respostas. “Quem é aquele que, estando dormindo, está desperto e estando desperto está dormindo?” É aquele que está começando a trilhar o caminho da Iluminação. Ele está desperto, quando comparado com aqueles que não se interessam pela Iluminação e está dormindo, quando comparado com aqueles que já alcançaram a Iluminação.

“Como se pode pesar um grande elefante?” “Coloque-o num barco e trace um risco no barco para marcar o seu calado. Retire o elefante e carregue o barco com pedras, até que ele atinja o mesmo calado quando carregado com o elefante, depois pese as pedras.”

Qual o significado do dizer: “Um copo contém mais água que um oceano?” Eis a resposta: “Um copo de água, oferecido com a mais pura e compassivamente aos pais ou a uma pessoa doente, tem um valor eterno, mas a água do oceano poderá, um dia, esgotar-se.”

Um homem faminto, reduzido a pele e ossos, lamentava: “Existe alguém neste mundo que seja mais faminto do

que eu?” “ Sim, há. É o homem tão egoísta e ganancioso que não acredita nas Três Jóias – Buda, Dharma e Sangha. É aquele que não faz oferendas a seus pais e mestres. É não somente o mais faminto, mas que cairá também no mundo dos fantasmas famintos, onde terá de sofrer a fome eterna.”

“Eis uma prancha de sândalo. Qual extremidade é o sopé da árvore?” “Deixe a prancha flutuar na água pois a extremidade que afundar um pouco mais que a outra é a extremidade mais próxima da raiz.”

“Aqui estão dois cavalos de mesmo tamanho e forma, então como você pode distinguir a mãe do filho?” “Dê-lhe algum feno e a mãe empurrará o feno em direção do filho.”

Todas as respostas a estas embaraçosas questões agradaram não só ao deus, como também ao rei. O rei ficou tão agradecido em saber que as respostas salvadoras tinham vindo do velho pai, escondido na caverna pelo filho, que revogou a lei do abandono dos velhos nas montanhas e ordenou que os mesmos fossem, a partir desse momento, bem tratados.

2. Certa vez a rainha de Videha, na Índia, sonhou com um elefante branco que tinha seis presas de marfim. Como desejasse as presas, suplicou ao rei que as conseguisse para ela. Embora a tarefa parecesse impossível, o rei, que a amava muito, tudo fez para consegui-las, inclusive ofereceu recompensas a qualquer caçador que lhe pudesse dizer onde encontrar tal elefante.

Acontece que havia este elefante de seis presas, no Himalaia, e que estava se preparando para entrar no reino de Buda. O elefante havia, certa vez em uma emergência nessas montanhas, salvado a vida de um caçador que, assim, pôde retornar com segurança ao seu país. O caçador, entretanto, cego pela grande recompensa e esquecendo-se da bondade do elefante, voltou às montanhas para matá-lo.

O caçador, sabendo que o elefante estava procurando alcançar o estado de um Buda, disfarçou-se com a roupa de um monge budista e, assim, apanhando o elefante desprevenido, atirou-lhe uma seta envenenada.

O elefante, sabendo que seu fim estava próximo e que o caçador tinha sido vencido pelo desejo mundano da recompensa, dele se compadeceu, abrigando-o entre seus membros, para protegê-lo contra a fúria dos outros vingativos elefantes. Então, o elefante perguntou-lhe por que havia cometido tal loucura. O caçador lhe respondeu que foi por causa da recompensa e porque desejava as suas seis presas. Ato contínuo, o elefante quebrou as suas presas, batendo-as numa árvore e as ofereceu ao caçador, dizendo: “Com este presente, acabo de completar o meu treinamento para atingir o estado de um Buda e logo renascerei na Terra Pura. Quando eu me tornar um Buda, ajudá-lo-ei a se livrar de suas três venenosas setas da cobiça, do ódio e da ignorância.”

3. Num matagal, ao pé das montanhas do Himalaia, vivia um papagaio juntamente com muitos outros animais e pássaros. Um dia um fogo, causado pela fricção de bambus

motivada pelos fortes ventos, começou a se alastrar pelo matagal, pondo em alarmada confusão os pássaros e animais. O papagaio, sentindo compaixão pelo temor e sofrimento deles e desejando retribuir a bondade que recebeu no bambuzal, em que se abrigava, tentou, por todos os meios, salvá-los. Mergulhava repetidamente numa lagoa próxima, voava sobre o fogo e, sacudindo-se, derrubava algumas gotas de água para apagar o fogo. Repetia esta operação diligentemente, com o coração de compaixão e gratidão para com o matagal.

Esta mente de bondade e auto-sacrifício foi observada por um deus que descera do céu e que disse ao papagaio: “Você tem uma mente nobre, mas que espera conseguir com umas poucas gotas de água contra este fogo imenso?” O papagaio lhe respondeu: “Nada pode ser conseguido sem a mente de gratidão e auto-sacrifício. Tentarei e continuarei a tentar até na próxima vida.” O grande deus ficou impressionado com tamanha determinação do papagaio e juntos apagaram o fogo.

4. Era uma vez um pássaro de duas cabeças que vivia no Himalaia. Certo dia, uma das cabeças, vendo a outra comer uma doce fruta e sentido-se enciumada, disse a si mesma: “Agora vou comer uma fruta venenosa”. Assim, comendo o veneno, todo o pássaro morreu.

5. Certa vez, a cauda e a cabeça de uma cobra discutiam para ver quem deveria tomar a dianteira. A cauda disse à cabeça: “Você sempre está tomando as rédeas e isto não é justo, você deve me deixar, às vezes, conduzir.” A cabeça lhe

respondeu: “É a lei da nossa natureza que eu seja a cabeça, sendo assim, não posso trocar de lugar com você.”

A querela continuava e um dia o rabo se fixou numa árvore, impedindo assim que a cabeça prosseguisse. Quando a cabeça se cansou da luta, o rabo seguiu seu caminho e como resultado, a cobra caiu numa cova de fogo e pereceu.

No mundo da natureza, sempre existe uma ordem adequada e cada coisa tem a sua própria função. Se esta ordem for perturbada, o funcionamento será interrompido e todo o conjunto desmoronará.

6. Havia, certa vez, um homem que se irritava com facilidade. Um dia, dois homens conversavam diante de uma casa a respeito do homem que nela vivia. Um dizia ao outro: “Ele é um belo homem, mas é impaciente demais; tem um temperamento explosivo e se zanga rapidamente.” O homem, ouvindo a observação, irrompeu da casa e atacou os dois amigos, batendo, chutando e magoando-os.

Quando um sábio é advertido sobre seus erros, reflete sobre isso e melhora sua conduta. Quando sua má conduta é apontada, um insensato não somente despreza o aviso, como também continua a repetir o mesmo erro.

7. Era uma vez um homem rico, mas tolo. Ao ver uma bela mansão de três pavimentos, invejou-a e decidiu construir uma igual a ela, julgado-se suficientemente rico para tal empreitada. Contratou um carpinteiro e lhe ordenou que a

construísse. O carpinteiro começou imediatamente a construir o alicerce, para depois fazer, sucessivamente, o primeiro, o segundo e o terceiro andares. O rico homem, vendo isso com irritação, disse: “Não quero um alicerce, nem o primeiro, nem o segundo andares, apenas quero o lindo terceiro pavimento. Construa-o rapidamente.”

Um tolo apenas pensa nos resultados, impacientando-se com o esforço necessário para se conseguir bons resultados. Nada de bom pode ser conseguido sem esforço, assim como não se pode construir um terceiro pavimento, sem que se façam primeiramente o alicerce, o primeiro e o segundo andares.

8. Um tolo estava, certa vez, fervendo mel. Recebendo a inesperada visita de um amigo, ele lhe ofereceu algum mel, mas como estivesse muito quente, tentou esfriá-lo com um abanador, sem retirá-lo do fogo. Da mesma forma, é impossível obter-se o mel da fresca sabedoria, sem que primeiro se remova o fogo das paixões mundanas.

9. Dois demônios passaram o dia todo discutindo e disputando uma caixa, uma bengala e um par de sapatos. Um homem que por ali passava, perguntou-lhes: “Por que estão discutindo a respeito destas coisas? Que mágicos poderes têm elas para que vocês as disputem?”

Os demônios lhe explicaram que da caixa poderiam obter tudo aquilo que quisessem – alimento, roupa ou riqueza e com a bengala poderiam subjugar todos os seus inimigos e que com o par de sapatos poderiam viajar pelos ares.

Ouvindo isso, o homem lhes disse: “Por que discutem? Se saírem um pouco, poderei pensar numa divisão honesta entre vocês.” Anuindo a esta sugestão, os demônios se retiraram e tão logo desapareceram, o homem calçou os sapatos, agarrou a caixa e a bengala e desapareceu no ar.

Os demônios representam os homens de crenças bárbaras. A caixa simboliza os presentes dados em caridade, pois não se pode imaginar quantos tesouros a caridade pode produzir. A bengala simboliza a prática da concentração mental. Os homens não compreendem que, pela prática da concentração mental, eles podem vencer todos os desejos mundanos. O par de sapatos simboliza a disciplina pura do pensamento e da conduta, que conduz os homens para além dos desejos e da argumentação vã. Sem conhecer estes fatos, eles discutem e disputam uma caixa, uma bengala e um par de sapatos.

10. Certa vez, um viajante solitário chegou, ao anoitecer, a uma casa vazia e aí decidiu pernoitar. Por volta da meia-noite, um demônio entrou com um cadáver e o deixou no chão. Não demorou muito, apareceu outro demônio, reclamando para si o cadáver e ambos começaram a disputá-lo.

O primeiro demônio, julgando que seria inútil continuar discutindo sobre isso, propôs que a posse desse cadáver fosse decidida por um juiz. O outro demônio concordou com isso e vendo o homem encolhido no canto da sala, pediu-lhe que arbitrasse a posse. O homem estava terrivelmente assustado, pois sabia que qualquer decisão, que por ele fosse tomada, iria irritar o demônio perdedor, o qual procuraria se

vingar e o mataria, mas decidi contar-lhes tudo aquilo que de fato presenciara.

Como ele esperava, esta decisão irritou o segundo demônio que lhe arrancou um braço, mas o primeiro demônio o substituiu com o braço retirado do cadáver. O furioso demônio arrancou-lhe outro braço, que foi imediatamente substituído por outro retirado do cadáver pelo primeiro demônio. Assim, continuaram no tira e põe até que os braços, pernas, cabeça e outras partes do corpo foram sucessivamente arrancados e substituídos com as partes correspondentes do cadáver. Então, os dois demônios, vendo as partes do homem espalhadas pelo soalho, apanharam-nas e as devoraram e depois desapareceram gargalhando.

O pobre homem que se abrigara na casa deserta, estava muito preocupado com seus infortúnios. As partes de seu corpo que os demônios devoraram eram as partes que seus pais lhe tinham dado, as partes que agora possuía pertenciam ao cadáver. Quem era ele realmente? Imaginando todos os fatos que era incapaz de resolver, tornou-se louco e saiu a perambular. Chegando a um templo, contou seu problemas aos monges. Estes lhe disseram que ele se curaria se pudesse entender o problema do altruísmo. Os homens deveriam praticar o altruísmo, para alcançar a valiosa tranquilidade da mente.

11. Certa vez, uma mulher bela e bem trajada visitou uma casa. O dono da casa lhe perguntou quem era e ela respondeu que era a deusa da fortuna. Mais do que depressa, ele a acolheu respeitosamente e a tratou muito bem.

Logo depois, uma mulher feia e pobremente vestida bateu à porta. O dono da casa perguntou-lhe quem era e a mulher respondeu que era a deusa da pobreza. Ele, assustado, tentou pô-la para fora de casa, mas a mulher recusou-se a sair, dizendo: “A deusa da riqueza é minha irmã. Há um tácito acordo entre nós, segundo o qual, nunca devemos viver separadamente e se você me enxotar, ela irá comigo.” Era a pura verdade, assim que a horrenda mulher saiu, a outra desapareceu.

O nascimento acompanha a morte. A fortuna acompanha o infortúnio. As más coisas seguem as boas coisas. Os homens deveriam compreender isso. Os tolos temem o infortúnio e lutam para conseguir a felicidade, mas aqueles que buscam a Iluminação devem transcender a ambos e estar livres de todos os apegos mundanos.

12. Certa vez, um artista pobre deixou o aconchego do lar e saiu em busca de fortuna. Após três anos de ingentes esforços, ele conseguiu economizar três mil peças de ouro e decidiu retornar ao lar. Em seu caminho de regresso, encontrou um grande templo onde se realizava uma sublime cerimônia de oferendas. Muito impressionado com o ritual, pensou: “Até aqui, somente pensei no presente, nunca me preocupando com a felicidade futura. É obra de minha boa fortuna eu ter vindo a este lugar; devo aproveitar a ocasião e plantar as sementes do mérito.” Assim pensando, caridosamente doou todas as suas economias ao templo e regressou para casa sem um vintém.

Quando chegou ao lar, sua esposa o repreendeu por não ter trazido nenhum dinheiro para o seu sustento. O artista pobre lhe respondeu que havia ganhado algum dinheiro e que o havia guardado em um lugar seguro. Mas, pressionado pela mulher, ele confessou que o havia dado aos monges de um certo templo.

Esta ação do marido a deixou furiosa e ela ralhara com ele e confiou o caso ao juiz local. Quando o juiz lhe pediu que apresentasse sua defesa, o artista disse que não tinha agido tolamente, pois havia ganhado o dinheiro através de longas e árduas lutas e queria usá-lo como semente da futura felicidade. Chegando ao templo, pareceu-lhe aí ter encontrado o campo onde pudesse plantar seu ouro como semente da boa fortuna. Continuando, acrescentou: “Quando dei o ouro aos monges, pareceu-me que estava jogando fora toda a cobiça e mesquinhez de minha mente, e pude compreender que a verdadeira riqueza não é o ouro e sim a mente.”

O juiz louvou a mente do artista, e todos aqueles que o ouviram manifestaram sua aprovação e simpatia, ajudando-o de muitas maneiras. Assim, o artista e sua mulher passaram a desfrutar da perene boa fortuna.

13. Um homem que vivia perto de um cemitério, uma noite ouviu uma voz que o chamava de uma sepultura. Sendo medroso demais para sozinho investigar o que se passava, confiou o ocorrido a um corajoso amigo que, após estudar o local de onde saía a voz, resolveu ir, à noite, para ver o que acontecia.

Anoiteceu. Enquanto o medroso tremulava de medo, seu amigo foi ao cemitério e ouviu a mesma voz saindo de uma sepultura. O amigo perguntou-lhe quem era e o que desejava. A voz, vinda de baixo, respondeu: “Sou um tesouro oculto e decidi dar-me a alguém. Eu me ofereci a um homem ontem à noite, mas ele era tão medroso que não me veio buscar, por isso dou-me a você que é merecedor. Amanhã de manhã, irei à sua casa com meus sete seguidores.”

O amigo disse: “Estarei esperando por você, mas, por favor, diga-me como devo tratá-los.” A voz replicou: “Iremos vestidos de monge. Tenha uma sala pronta para nós, com água. Lave o corpo, limpe a sala e tenha cadeiras e oito tigelas de sopa. Após a refeição, você deverá conduzir a cada um de nós a um quarto fechado, no qual nos transformaremos em potes cheios de ouro.”

Na manhã seguinte, o homem lavou o corpo e limpou a sala, como lhe fora ordenado, e ficou à espera dos oito monges. À hora acordada, eles apareceram, sendo cortesmente recebidos pelo homem. Depois que tomaram a sopa, ele os conduziu um por um ao quarto fechado, onde cada monge se transformou em um pote cheio de ouro.

Um homem muito ganancioso que vivia nesta mesma aldeia, ao tomar conhecimento do incidente, desejou ter os potes de ouro. Para tanto, convidou oito monges para virem até sua casa. Depois que eles tomaram a refeição, o ganancioso, esperando obter o almejado tesouro, conduziu-os a um quarto fechado, mas, ao invés de se transformarem em potes

de ouro, os monges se enfureceram e denunciaram o ganancioso à polícia que o prendeu.

Quanto ao medroso, quando ouviu que a voz da sepultura havia trazido riqueza ao seu corajoso amigo, foi até a casa dele e avidamente lhe pediu o ouro, insistindo que era seu, porque a voz foi dirigida primeiramente a ele. Quando o medroso tentou pegar os potes, neles encontrou apenas cobras, erguendo as cabeças prontas para atacá-lo.

O rei, tomando conhecimento desse fato, determinou que os potes pertenciam ao corajoso homem e proferiu a seguinte observação: “Assim se passa com tudo neste mundo. Os tolos cobiçam apenas os bons resultados, mas são medrosos demais para procurá-los, e por isso, estão continuamente falhando. Não têm fé nem coragem para enfrentar as lutas internas da mente, com as quais, exclusivamente, pode-se atingir a verdadeira paz e harmonia.”

CAPÍTULO II

O CAMINHO DA REALIZAÇÃO PRÁTICA

I

A BUSCA DA VERDADE

1. Na busca da verdade, há questões de menor importância, que podem ser relegadas a um segundo plano, tais como: De que material se compõe o universo? O universo é eterno? Existem limites para o universo? De que maneira se agrega a sociedade humana? Qual a organização ideal da sociedade humana? Se um homem postergar sua busca e prática da Iluminação até que tais questões sejam solucionadas, ele morrerá antes de encontrar o Caminho.

Suponhamos um homem trespassado por uma flecha envenenada e que seus parentes e amigos tenham resolvido chamar um cirurgião para retirar a seta e tratar a ferida.

Mas o ferido objetou, dizendo: “Esperem um pouco. Antes que retirem a flecha, quero saber quem a atirou. Foi homem ou mulher? Foi algum nobre ou camponês? De que era feito o arco? O arco que atirou a flecha era grande ou pequeno? Era ele feito de madeira ou bambu? De que era feita a corda do arco? Era ela feita de fibra ou tripa? A seta era de rota ou junco? Que penas eram usadas? Antes que extraiam a seta, quero saber tudo a respeito dessas coisas.” Assim, que lhe poderá acontecer?

Antes que todas estas informações possam ser obtidas, seguramente, o veneno terá tempo de circular em todo o sistema e o homem poderá morrer. A primeira providência a ser tomada é retirar a flecha, para que seu veneno não se espalhe.

Quando o fogo da paixão está assolando e ameaçando o mundo, questões como qual a composição do universo ou qual a organização ideal da comunidade humana não têm nenhuma importância.

A resposta à indagação se o universo tem limite ou se é eterno pode ser relegada, até que um meio de extinguir os fogos do nascimento, velhice, doença e da morte seja encontrado. Diante da lamentação, tristeza, sofrimento e da dor, deve-se primeiro procurar um meio para solucionar estes problemas e dedicar-se à prática desse meio.

O ensinamento de Buda esclarece aquilo que é importante saber e aquilo que não o é. Isto é, Dharma de Buda orienta os homens a aprender aquilo que deveriam aprender, a remover aquilo que deveriam remover, e dedicar-se em esclarecer aquilo que deve ser esclarecido.

Portanto, os homens deveriam primeiro discernir que questão é de primordial importância, que problema deve ser solucionado primeiro, que questão lhes é mais urgente. Para fazer tudo isso, devem primeiro treinar suas mentes, isto é, devem procurar o controle mental.

2. Suponhamos um homem que vai à floresta buscar alguma medula, que cresce no centro das árvores, e volta com um fardo de galhos e folhas, pensando que conseguira aquilo que fora buscar. Não seria ele tolo, se está satisfeito com a casca, endoderma ou madeira, ao invés da medula que fora procurar? Mas é o que muitos homens estão fazendo.

Uma pessoa procura um caminho que a afasta do nascimento, velhice, doença e da morte, ou da lamentação, tristeza, sofrimento e da dor. Entretanto, se seguindo um pouco esse caminho, nota algum progresso, torna-se orgulhosa, vaidosa e arrogante. É como o homem que procurava medula e saiu satisfeito com uma braçada de galhos e folhas.

Outro homem que se satisfaz com o progresso alcançado com um pouco de esforço, negligência seu empenho e se torna vaidoso e orgulhoso e está carregando apenas um fardo de galhos ao invés da medula que estava procurando.

Outro ainda, achando que sua mente se tornou mais tranquila e que seus pensamentos se tornaram mais claros, também relaxa o seu esforço e se torna orgulhoso e vaidoso, mas tem um fardo de cascas ao invés da medula que procurava.

Outro homem se torna orgulhoso e vaidoso porque notou que obteve um pouco de compreensão intuitiva, já que tem uma carga de fibra lenhosa ao invés da medula. Todos estes homens que se satisfazem com seu insuficiente esforço e se tornam orgulhosos e altivos, negligenciam o seu empenho

e facilmente caem na indolência. Todos eles, inevitavelmente, terão que arrastar novamente o sofrimento.

Aqueles que buscam o verdadeiro caminho da Iluminação não devem esperar uma tarefa cômoda e fácil ou um prazer proporcionado pelo respeito, honra e devoção. E mais, não devem almejar, com pouco esforço, ao supérfluo progresso em tranquilidade, conhecimento ou introspecção.

Antes de tudo, deve-se ter, de modo claro na mente, a básica e essencial natureza deste mundo de vida e de morte.

3. O mundo não tem substância própria. É apenas a vasta concordância das causas e condições que tiveram sua origem, única e exclusivamente, nas atividades da mente, estimulada pela ignorância, falsas imaginações, desejos e ignorância. Não é algo externo sobre o qual a mente tenha falsos conceitos, porque não tem nenhuma substância. Apareceu com os processos da própria mente, manifestando suas próprias ilusões. É baseado e construído pelos desejos da mente, sem seus sofrimentos e lutas incidentais à dor causada por suas próprias cobiça, ira e ignorância. Os homens que buscam o caminho da Iluminação devem estar prontos para combater esta mente, para poderem atingir seu objetivo.

4. Ó mente! Por que pairas incansavelmente assim sobre as cambiantes circunstâncias da vida? Por que me deixas tão confuso e inquieto? Por que me incitas a coletar tantas coisas? És como o arado que se quebra em pedaços antes de começar a arar. És como o leme que se desmantela, no momento em que

te aventuras neste mar da vida e da morte. Para que servem os muitos renascimentos se não fazemos bom uso desta vida?

Ó mente minha! Uma vez me levaste a nascer como rei e outra me levaste a nascer como um pária e a mendigar meu alimento. Às vezes me faz nascer em divinas mansões dos deuses e a morar na luxúria e êxtase, depois me atiras nas chamas do inferno.

Ó minha tola, tola mente! Assim me conduziste por longos e diversos caminhos e sempre te fui obediente e dócil. Mas agora que ouvi os ensinamentos de Buda, não mais me perturbarás ou me causarás sofrimentos. Busquemos juntos a Iluminação, humilde e pacientemente.

Ó mente minha! Se pudesses aprender que tudo é não-substancial e transitório. Se pudesses aprender a não te apegares às coisas, por elas não ansiar, a não dares vazão à cobiça, ira e tolice, então, poderemos caminhar em paz. Se rompermos os grilhões dos desejos com a espada da sabedoria, se não nos abalarmos com as mutáveis circunstâncias da vida, com a vantagem ou desvantagem, com o bem ou mal, com a perda ou lucro, com o louvor ou o abuso, então, poderemos viver em paz.

Ó mente querida! Foste tu que primeiro despertaste em nós a fé e foste tu que sugeriste a nossa procura da Iluminação. Por que, facilmente, dás lugar à cobiça, ao amor pelo conforto e ao prazer novamente?

Ó minha mente! Por que saltitas para cá e para lá, sem um definido propósito? Cruzemos este bravio mar da ilusão. Até aqui agi como desejaste, mas agora deves agir como eu quiser e juntos seguiremos o ensinamento de Buda.

Ó mente querida! Estas montanhas, estes rios e mares são inconstantes e fontes de sofrimento. Onde, neste mundo de ilusão, poderemos encontrar paz? Sigamos o ensinamento de Buda e atinjamos a outra praia da Iluminação.

5. Aqueles que, verdadeiramente, buscam o caminho da Iluminação devem controlar a mente e prosseguir com firme determinação. Mesmo se forem abusados por uns e desprezados por outros, devem seguir em frente, com a mente imperturbável. Devem ser pacientes e não ficar irritados se forem atacados com punhos, pedras ou espadas.

Mesmo que seus inimigos lhe cortem as cabeças, suas mentes devem permanecer inabaláveis. Se deixarem que suas mentes se anuviem com as coisas que sofrerem, eles não estarão seguindo o ensinamento de Buda. Devem determinar-se, não importando o que lhes possa acontecer, a permanecer firmes, imutáveis, irradiando sempre pensamentos de compaixão e boa vontade. Diante do abuso e diante do infortúnio, deve-se permanecer inabalável, com a mente tranquila, irradiando o ensinamento de Buda.

Para atingir a Iluminação, tentarei realizar o impossível, suportarei o insuportável. Darei tudo que tenho para isso. Se, para alcançar a Iluminação, tiver que restringir meu alimento

a um único grão de arroz por dia, comerei apenas isso. Se o caminho da Iluminação me conduzir através do fogo, não vacilarei, irei em frente.

Entretanto, não se deve fazer estas coisas, visando outros propósitos. Deve-se fazê-las apenas porque são sensatas e corretas. Deve-se fazê-las sem a mente da autocompaixão, como uma mãe que tudo faz a um filho doente, não medindo esforços nem visando o próprio conforto.

6. Havia, certa vez, um rei que amava seu povo e país, governando-os com sabedoria e bondade, mantendo desta forma, o país próspero e tranquilo. Dedicava-se sempre à procura de maior sabedoria e esclarecimento, oferecendo recompensas a todo aquele que lhe pudesse trazer bons ensinamentos.

Sua devoção e sabedoria, um dia, chegaram ao conhecimento dos deuses, que resolveram pô-lo à prova. Um deus disfarçando-se em demônio apareceu diante dos portões do palácio real e solicitou fosse levado à presença do rei, pois tinha um sagrado ensinamento a lhe dar.

O rei, que estava contente em ouvir esta mensagem, recebeu cortesmente o demônio e lhe pediu instruções. O demônio, assumindo uma forma aterrorizadora, pediu-lhe alimento, dizendo que não podia ensiná-lo antes de ter o alimento preferido. Seletos alimentos lhe foram oferecidos, mas o demônio insistia em ter uma fresca e sanguinolenta carne humana. O príncipe herdeiro e a rainha lhe

deram seus corpos, mas, ainda assim, não se tinha saciado e pediu o corpo do rei.

O rei anuiu em lhe dar seu corpo, mas quis primeiro ouvir o ensinamento antes de lho oferecer. O deus então pronunciou este ensinamento: “A lamentação e o temor surgem da luxúria. Aqueles que se afastam da concupiscência não têm lamentação nem temor.” De repente, o deus reassumiu a sua verdadeira forma e o príncipe e a rainha reapareceram com seus corpos originais.

7. Havia, certa vez, um homem que procurava, no Himalaia, o Verdadeiro Caminho. Não se interessava pelos tesouros da terra nem pelas delícias do céu, apenas buscava o ensinamento que pudesse afastar todas as ilusões mentais.

Os deuses, impressionados com a sua seriedade e sinceridade, decidiram pôr sua mente à prova. Assim, um dos deuses se disfarçou em demônio e apareceu no Himalaia, cantando: “Tudo muda, tudo aparece e desaparece.”

O homem ouviu com satisfação esta canção. Sentia-se tão satisfeito como se tivesse encontrado uma fonte de água fresca para mitigar-lhe a sede, ou como um escravo inesperadamente liberto. Dizia consigo mesmo: “Finalmente, encontrei o verdadeiro ensinamento que, por muito tempo, procurava.” Seguindo a voz, chegou junto a um horrendo demônio. Com a mente apreensiva, aproximou-se do demônio e lhe disse: “Foi você que cantou a sagrada canção que há pouco ouvi? Se foi você, por favor, cante-a mais um pouco.”

O demônio lhe respondeu: “Sim, fui eu, mas não posso mais cantá-la até que tenha algo para comer, estou faminto.”

O homem lhe suplicou sinceramente que a cantasse mais, dizendo: “Ela tem um significado sagrado para mim e eu o procurei durante muito tempo. Apenas ouvi uma pequena parte, por favor, deixe-me ouvir mais.”

O demônio disse novamente: “Estou muito faminto, se pudesse provar carne fresca e sangue de um homem, eu terminaria a canção.”

O homem, em sua ânsia em ouvir o ensinamento, prometeu-lhe dar o seu corpo após ter ouvido o ensinamento. O demônio, então, cantou a canção completa.

Tudo muda,
Tudo aparece e desaparece,
Somente haverá perfeita tranquilidade,
Quando se transcender a vida e a morte.

Ouvindo isso, o homem, depois de escrever o poema nas rochas e árvores ao seu redor, subiu calmamente em uma árvore e se atirou aos pés do demônio, mas o demônio havia desaparecido e, em seu lugar, um radiante deus amparou incólume o corpo do homem.

8. Sadaprarudita, que buscava seriamente o verdadeiro caminho da Iluminação, havia abandonado toda a tentativa ao lucro ou honra e procurava esse caminho, com o

risco da própria vida. Certo dia, uma voz vinda do céu lhe disse: “Sadaparudita! Vá direto ao leste. Não se preocupe com o calor ou com o frio, não dê atenção ao louvor ou desprezo mundanos, não se preocupe com as discriminações entre o bem e o mal, apenas se preocupe em ir para o leste. Neste longínquo leste, encontrará um verdadeiro mestre e alcançará a Iluminação.”

Sadaparudita, contente por ter tido esta precisa instrução, imediatamente iniciou viagem rumo ao leste. Quando a noite chegava, dormia onde se encontrasse, em um ermo campo ou nas agrestes montanhas.

Sendo forasteiro em terras estranhas, sofria as mais diversas humilhações. Vendeu-se como escravo, vendendo, por causa da fome, a sua própria carne, mas, finalmente, encontrou o verdadeiro mestre e lhe pediu instruções.

“Boas coisas custam muito caro”, eis um ditado que se assenta bem no caso de Sadaparudita, pois ele teve muitas dificuldades em sua viagem à procura do caminho da Iluminação. Sem dinheiro para comprar flores e incenso para oferecer ao mestre, tentou vender seus serviços, mas não encontrou ninguém que o empregasse. O infortúnio parecia rondá-lo em toda a parte que fosse. O caminho da Iluminação é muito árduo e pode custar a vida a um homem.

Finalmente, Sadaparudita conseguiu chegar à presença do procurado mestre, mas aí teve nova dificuldade. Não possuía papel nem pincel ou tinta para escrever. Então, feria o

punho e com o próprio sangue tomava notas do ensinamento dado por este mestre. Desta maneira, conseguiu a preciosa Verdade.

9. Havia, certa feita, um menino de nome Sudhana, que também desejou a Iluminação e procurou seriamente o seu caminho. De um pescador aprendeu as tradições do mar. De um médico aprendeu a ter compaixão dos doentes em seus sofrimentos. De um homem rico aprendeu que a poupança é o segredo de toda a fortuna e com isso concluiu que é necessário conservar tudo aquilo que se obtém no caminho da Iluminação, por mais insignificante que seja.

De um monge que medita aprendeu que a mente pura e tranquila tem o miraculoso poder de purificar e tranquilizar outras mentes. Certa vez, encontrou uma mulher de extraordinária personalidade e ficou impressionado com a sua benevolência; dela aprendeu que a caridade é o fruto da sabedoria. Certa ocasião, encontrou um velho viajante que lhe contou que, para chegar a um certo lugar, teve de escalar uma montanha de espadas e atravessar um vale de fogo. Assim, com suas experiências, Sudhana aprendeu que sempre há um verdadeiro ensinamento a ser colhido e assimilado em tudo aquilo que se ver e ouvir.

Ele aprendeu a paciência de uma pobre mulher, fisicamente imperfeita, e aprendeu a pura felicidade observando as crianças brincarem na rua. De um gentil e humilde homem, que nunca desejou aquilo que os outros desejavam, aprendeu o segredo de viver em paz com todo o mundo.

Ele aprendeu uma lição de harmonia, observando a composição dos elementos do incenso, e uma lição de gratidão, estudando arranjo de flores. Certo dia, passando por uma floresta, parou à sombra de uma árvore para repousar. Enquanto descansava, viu perto de uma velha árvore caída, uma minúscula plantinha e deste fato aprendeu uma lição da incerteza da vida.

A luz solar do dia e as cintilantes estrelas da noite constantemente refrescavam sua mente. Assim, Sudhana aproveitou bem as experiências de sua longa jornada.

Aqueles que buscam a Iluminação devem fazer de suas mentes uns castelos e decora-los. Devem abrir, de par em par, os portões do castelo de suas mentes para, respeitosa e humildemente, convidar Buda a entrar em sua recôndita fortaleza, aí lhe oferecendo o fragrante incenso da fé e as flores da gratidão e alegria.

II

OS CAMINHOS DA PRÁTICA

1. Há três caminhos da prática que devem ser compreendidos e seguidos por todos aqueles que buscam a Iluminação. Primeiro, as disciplinas para o comportamento prático; segundo, a correta concentração da mente; terceiro, a sabedoria.

O que são essas disciplinas? Todo homem deve seguir os preceitos do bom comportamento. Deve controlar a mente e o corpo, guardar as portas de seus cinco sentidos. Deve temer mesmo o menor mal e sempre desejar praticar somente boas ações.

O que se entende por concentração da mente? Ela significa afastar rapidamente a cobiça e os maus desejos tão logo surjam, e manter a mente pura e tranqüila.

O que é sabedoria? É a capacidade de compreender perfeitamente e pacientemente aceitar as Quatro Nobres Verdades – conhecer o fato do sofrimento e sua natureza; conhecer a fonte do sofrimento; conhecer o que constitui o término do sofrimento; e conhecer o Nobre Caminho que leva ao fim do sofrimento. Aqueles que séria e sinceramente seguirem estes três meios de prática poderão ser chamados de discípulos de Buda.

Antes de colher a safra, no outono, o lavrador deve primeiro arar a terra, semear, irrigar e remover as ervas daninhas, na primavera. Da mesma maneira, aquele que busca a Iluminação deve seguir os três meios da prática. Um lavrador não pode esperar ver os botões hoje, ver as plantas desenvolvidas amanhã e fazer a colheita depois de amanhã. Assim, um homem que busca a Iluminação não pode esperar remover os desejos mundanos hoje, remover os apegos aos maus desejos amanhã e alcançar a Iluminação depois de amanhã.

Assim como o lavrador dedica um paciente cuidado às plantas, desde a sua sementeira, durante as mudanças do clima, durante o seu desenvolvimento, até a colheita dos frutos, aquele que busca a Iluminação deve paciente e perseverantemente cultivar o solo da Iluminação, seguindo os três caminhos da prática.

2. É realmente muito difícil prosseguir ao longo do caminho da Iluminação, quando se está ansioso pelo conforto e luxúria ou quando a mente está perturbada com os desejos dos sentidos. Há uma grande diferença entre a alegria da vida e a alegria proporcionada pelo Verdadeiro Caminho.

Como se sabe, a mente é a fonte de todas as coisas. Se a mente se alegra com as coisas mundanas, as ilusões e o sofrimento fatalmente a seguirão, mas se ela desfrutar do verdadeiro Caminho, a felicidade, o contentamento e a Iluminação seguramente a seguirão.

Aqueles, portanto, que estiverem buscando a Iluminação deverão manter suas mentes puras e pacientemente conservar e praticar os três meios. Se conservarem e praticarem os preceitos, naturalmente chegarão à concentração mental, e se obtiverem a concentração mental, seguramente adquirirão a sabedoria e a sabedoria os conduzirá à Iluminação.

Estes três Caminhos (conservar os preceitos, praticar a concentração mental e agir sempre sabiamente) são, de fato, o verdadeiro caminho da Iluminação. Por não os seguir, os homens têm, durante muito tempo, acumulado as ilusões

mentais. Não devem discutir com os homens mundanos, mas devem, pacientemente, meditar com a mais pura mente, para alcançar a Iluminação.

3. Se os três Caminhos da prática forem analisados, eles nos revelarão os oito nobres caminhos, os quatro pontos de vista a serem considerados, os quatro corretos procedimentos, as cinco faculdades do poder a serem empregadas e a perfeição das seis práticas.

Os Oito Nobres Caminhos compreendem: percepção correta, pensamento correto, fala correta, comportamento correto, meio de vida correto, esforço correto, atenção correta e concentração correta.

A Percepção Correta inclui: compreender cabalmente as Quatro Verdades, acreditar na lei da causa e efeito e não ser enganado pelas aparências e desejos.

O Pensamento Correto significa a resolução de não nutrir desejos, de não ser ganancioso, de não ser irritadiço e de não perpetrar atos nocivos.

A Fala Correta significa evitar as palavras falsas, inúteis, abusivas e ambíguas.

O Comportamento Correto significa não destruir nenhuma vida, não roubar ou não cometer adultério.

O Meio de Vida Correto significa evitar a vida que possa envergonhar um homem.

O Esforço Correto significa dar o melhor de si, com diligência, para realizar nobres ações.

A Atenção Correta significa manter a mente pura e atenta.

A Concentração Correta significa manter a mente correta e tranquila, procurando compreender a sua pura essência.

4. Os quatro pontos de vista a serem considerados são: primeiro, considerar o corpo impuro e procurar afastar todo apego a ele. Segundo, considerar os sentidos como fonte de sofrimento, quaisquer que possam ser seus sentimentos de dor ou prazer. Terceiro, considerar a mente como estando em constante estado de fluência. Quarto, considerar tudo no mundo como consequência de causas e condições e que nada permanece imutável.

5. Os quatro procedimentos corretos são: primeiro, evitar o início do mal; segundo, eliminar todo o mal, tão logo apareça; terceiro, induzir que se façam boas ações; quarto, estimular o desenvolvimento e prosseguimento das boas ações que já começaram. É de suma importância que se pratiquem estes quatro procedimentos.

6. As cinco faculdades do poder são: primeira, a fé em acreditar; segunda, a vontade em se esforçar; terceira, a fa-

culdade da boa e segura memória; quarta, a habilidade da concentração mental; e quinta, habilidade em manter clara a sabedoria. Estas cinco faculdades são os poderes necessários para se alcançar a Iluminação.

7. As seis práticas perfeitas para se atingir a Iluminação são: a prática da caridade, a prática de observar os preceitos, a prática da tolerância, a prática do esforço, a prática da concentração mental e a prática da sabedoria. Seguindo-se estas práticas, pode-se seguramente transpor esta praia de ilusão e alcançar a praia da Iluminação.

A prática da caridade afasta o egoísmo; a prática dos Preceitos leva um a respeitar os direitos e confortos de outrem; a prática da Tolerância ajuda-nos a controlar a mente temerosa e irada; a prática do Esforço ajuda-nos a ser diligentes e fidedignos; a prática da Concentração ajuda-nos a controlar a mente dispersiva e fútil; e a prática da Sabedoria transforma a mente entrevada e confusa em uma mente clara e de penetrante introspecção.

A caridade e a prática dos Preceitos formam o alicerce sobre o qual se constrói um grande castelo. A Tolerância e o Esforço são as paredes deste castelo e que o protegem contra os inimigos exteriores. A Concentração e a Sabedoria são as armaduras pessoais que nos protegem contra os assaltos da vida e da morte.

Se alguém dá um presente, apenas quando lhe é conveniente ou porque é mais fácil dar do que não dar, estará

certamente praticando caridade, mas não a Verdadeira Caridade. A Verdadeira Caridade surge espontaneamente de um coração simpático, antes mesmo que qualquer pedido seja feito. Ela é a pessoa que dá, não ocasionalmente, mas constantemente.

Nem será Verdadeira Caridade, se depois do ato houver sentimentos de arrependimento ou autoelogio. A verdadeira caridade está presente quando se dá com prazer, quando se esquece de que é o doador.

A verdadeira caridade é aquela que nasce espontaneamente de um puro e compassivo coração, sem nenhum pensamento de retribuição, desejando atingir uma vida de Iluminação.

Sete são as oferendas que podem ser praticadas mesmo pelos pobres. A primeira delas é a oferenda física. É o sacrifício do físico na execução do trabalho próprio. Esta oferenda atinge o seu mais elevado grau, quando envolve o sacrifício da própria vida, como acontece na alegoria que abaixo se segue. A segunda é a oferenda espiritual. Por meio dela se oferece o coração compassivo para todos.

A terceira é a oferenda dos olhos, isto é, dirigir a todos um cálido olhar, transmitindo-lhes tranquilidade. A quarta é a oferenda do semblante, não do semblante carregado, e sim, da suave fisionomia iluminada por um sorriso. A quinta é a oferenda da fala. Por ela, dirige-se aos outros com palavras suaves e afetuosas. A sexta é a oferenda do assento, isto é,

oferecer aos outros o seu próprio lugar. A sétima é a oferenda de abrigo, isto é, oferecer pousada aos outros em seu lar. Todas estas oferendas podem ser praticadas por todos em seu viver diário.

8. Era uma vez um príncipe chamado Sattva. Certo dia, ele e seus dois irmãos mais velhos foram brincar em uma floresta. Aí viram um tigre faminto que mostrava ganas de devorar seus sete filhotes, para saciar a fome.

Seus irmãos fugiram de medo, mas Sattva subiu a um penhasco e se atirou ao tigre para que ele o devorasse e poupasse os filhotes.

O Príncipe Sattva fez espontaneamente este gesto caridoso, e em sua mente pensava: “Este corpo é mutável e impermanente e sempre o amei, sem nenhum desejo em abandoná-lo. Mas agora eu o faço como oferenda a este tigre, para que possa obter a Iluminação.” Este pensamento do Príncipe Sattva mostra a verdadeira determinação em alcançar a Iluminação.

9. Há quatro estados mentais ilimitáveis que devem ser nutridos por todo aquele que busca a Iluminação. Eles são: a compaixão, a ternura, a alegria e a equanimidade. Pode-se afastar a cobiça, nutrindo-se a compaixão; pode-se afastar a ira com a ternura; pode-se remover o sofrimento com a alegria e pode-se remover o hábito da discriminação entre inimigos e amigos, nutrindo-se uma mente eqüitativa.

Uma grande compaixão existe no fazer a todos felizes e contentes. Uma grande ternura reside no remover tudo aquilo que impede os homens de serem felizes e contentes e ver todo o mundo feliz e contente, com a mente jubilosa, é uma grande alegria. Quando todos estiverem felizes e contentes e quando se puder ter a cada um deles, indiscriminadamente, os mesmos sentimentos, então haverá uma grande tranquilidade.

Com devido cuidado, pode-se nutrir estes quatro estados mentais ilimitáveis e pode-se, embora não seja fácil fazê-lo, afastar a cobiça, a ira, o sofrimento e a discriminadora mente do amor/ódio. É tão difícil se livrar de uma mente corrompida quanto de um feroz cão de guarda, em contraposição, é tão fácil perder uma mente sã e correta quanto uma agulha no palheiro, ou ainda, uma mente corrompida é tão difícil de ser removida quanto às letras entalhadas em uma rocha; é tão fácil perder uma mente correta quanto às palavras escritas na água. Não há, realmente, nada neste mundo que seja mais difícil do que se treinar para a Iluminação.

10. Era uma vez um jovem chamado Srona, de delicada saúde, que nascera em uma rica família. Como seriamente ansiasse obter a Iluminação, tornou-se um discípulo do Bem-Aventurado. Com este propósito, dedicou-se e se esforçou tanto que seus pés chegaram a sangrar.

O Bem-Aventurado dele se compadeceu e lhe disse: “Srona, meu jovem, você já estudou harpa? Pois então deve saber que a harpa não produz música, se suas cordas estiverem

esticadas ou frouxas demais. Ela produzirá música, quando as cordas estiverem corretamente estiradas.

“O treinamento para a Iluminação é exatamente como o ajuste das cordas da harpa. Você não pode alcançar a Iluminação, se deixar as cordas de sua mente estiradas ou frouxas demais. Deve estar sempre atento e agir sabiamente.” Tirando grande proveito destas palavras, Srona alcançou aquilo que procurava.

11. Havia, certa vez, um príncipe hábil no manejo das cinco armas. Um dia, ao retornar de seu treinamento, encontrou um monstro de pele invulnerável. O monstro partiu para cima do príncipe que permaneceu em guarda e sem se atemorizar. Atirou-lhe inutilmente uma flecha. Depois, atirou-lhe uma lança que não penetrou na grossa pele. Em seguida, atirou-lhe uma barra e um dardo que nem chegaram a ferir o monstro. Brandiu-lhe a espada, mas ela se quebrou. O príncipe, então, atacou o monstro com punhos e pés, mas em vão, pois o monstro o agarrou com seus enormes braços e o manteve afastado. O persistente e corajoso príncipe tentou usar a cabeça como arma, mas foi em vão.

O monstro disse: “É-lhe inútil resistir. Vou devorá-lo.” O príncipe lhe respondeu: “Não pense você que usei todas as minhas armas e que esteja sem recursos, ainda tenho uma arma escondida. Se me devorar, eu o destruirei de dentro do seu estômago.” A coragem do príncipe abalou o monstro que lhe perguntou: “Como você fará isso? O príncipe respondeu:

“Com o poder da Verdade.” Então, o monstro soltou o príncipe, a ele pedindo que lhe ensinasse a Verdade.

A moral desta fábula é para encorajar os discípulos a perseverarem em seus esforços e para não se amedrontarem diante dos muitos reveses.

12. A odiosa autoasserção e o desaforo ofendem a humanidade, mas a desonra e a vergonha protegem os humanos. Os homens respeitam os pais e os mais velhos, respeitam seus irmãos mais velhos e suas irmãs, porque são sensíveis à desonra e à vergonha. Será bastante meritório se, após a autorreflexão, puder negar a própria honra e sentir-se envergonhado em observar os outros.

Se um homem tiver a mente de contrição sincera, seus erros desaparecerão, mas se não a tiver, seus erros persistirão e o condenarão para sempre.

Apenas aquele que ouve corretamente o verdadeiro ensinamento e compreende o seu significado é que pode recebê-lo e dele usufruir. Se um homem meramente, ouvir o verdadeiro ensinamento e não o assimilar, falhará em sua busca da Iluminação.

A fé, a humildade, a modéstia, o empenho e a sabedoria são os grandes mananciais da força, aos quais todo aquele que busca a Iluminação deve recorrer. Dentre eles, a sabedoria é a soberana e todo o resto são aspectos dela. Não se pode negligenciar nenhuma dessas forças. Todo aquele que amar

as coisas mundanas, entabular vãs conversas ou cochilar será afastado do caminho da Iluminação, embora tenha começado a trilhá-lo.

13. Na busca da Iluminação, uns podem obter êxito mais rapidamente que os outros. Portanto, não se deve desanimar ao ver os outros alcançarem a Iluminação primeiro. Um homem, ao se iniciar no esporte do arco e flecha, não deve esperar um rápido sucesso; deve, isto sim, praticá-lo pacientemente, até se tornar cada vez mais hábil. Um rio começa como um pequeno riacho e fica cada vez mais largo, até desembocar no vasto oceano. Como estes exemplos, se um homem treinar com paciência e perseverança, seguramente, obterá a Iluminação.

Como já foi dito, se alguém mantiver os olhos bem abertos, poderá ver em tudo um ensinamento e assim suas oportunidades para a Iluminação são infindáveis.

Certa vez, um homem que estava queimando incenso notou que sua fragrância não vinha nem ia, que não aparecia nem desaparecia. Com este pequeno incidente, ele pôde obter a Iluminação.

Certa vez um homem pisou em um espinho. Sentindo dor aguda e insuportável, assim pensou: que a dor é apenas uma reação da mente. Deste incidente, concluiu que a mente pode se perder, se mal controlada. Não demorou muito, tendo estes pensamentos, a Iluminação chegou até ele.

Era uma vez um homem muito avaro. Um dia, quando pensava em sua mente gananciosa, chegou à conclusão de que os pensamentos gananciosos nada mais eram que cavacos e gravetos que a sabedoria poderia queimar e consumir. Este pensamento foi o começo de sua Iluminação.

Há um velho provérbio que diz: “Conserve a sua mente equilibrada. Se ela for equilibrada, todo o mundo também será equilibrado.” Considere estas palavras e compreenda que todas as distinções do mundo são causadas pelos aspectos discriminadores da mente. Nestas palavras pode-se encontrar um caminho da Iluminação. E, na verdade, muitos e ilimitáveis são os caminhos para a Iluminação.

III

O CAMINHO DA FÉ

1. Aqueles que se refugiam nas Três Jóias – Buda, Dharma, Sangha – são chamados de discípulos de Buda. Os discípulos de Buda observam as quatro normas para o controle da mente – os preceitos, a fé, a caridade, a sabedoria.

Os discípulos de Buda praticam os cinco preceitos: não matar, não roubar, não cometer adultério, não mentir e não se intoxicar com nenhuma substância.

Os discípulos de Buda têm fé na perfeita sabedoria de Buda. Guardam-se de toda a ganância e egoísmo e praticam

a caridade. Entendem a lei da causa e efeito, tendo sempre em mente a transitoriedade da vida, e se sujeitam às normas da sabedoria.

Uma árvore que se inclina para o leste cairá naturalmente nessa direção; da mesma maneira, aqueles que ouvirem os ensinamentos de Buda e neles mantiverem a fé, seguramente renascerão na Terra Pura de Buda.

2. Foi dito, acertada e corretamente, que aqueles que acreditam nas Três Jóias – Buda, Dharma e Sangha – são chamados de os discípulos de Buda.

Buda é aquele que alcançou a perfeita Iluminação e a usou para salvar e proteger toda a humanidade. O Dharma é a verdade, a essência da Iluminação e o ensinamento que a explica. A Sangha é a perfeita fraternidade daqueles que acreditam em Buda e no Dharma.

Falamos no estado de um Buda, no Dharma e na Fraternidade como se fossem três diferentes coisas mas, na realidade, são apenas uma. Buda se manifesta em Seu Dharma e assim é compreendido pela Fraternidade. Portanto, acreditar no Dharma e apreciar a Fraternidade é ter fé em Buda, e ter fé em Buda significa crer no Dharma e prezar a Fraternidade.

Desta forma, os homens são salvos e iluminados, simplesmente, tendo fé em Buda. Ele é o perfeitamente Iluminado e é Aquele que ama a todos os homens como se fossem Seu filho único. Assim, se todo homem considerar Buda

como seu próprio pai, ele se identificará com Ele e atingirá a Iluminação.

Aqueles que assim considerarem Buda, serão amparados por Sua sabedoria e abraçados por Sua graça.

3. Nada, neste mundo, pode trazer maior benefício do que acreditar em Buda. Nada é mais recompensador do que, pelo simples ouvir o nome de Buda puder, mesmo por um momento, acreditar nele e se alegrar com isso. Por isso, deve-se estar contente em procurar o ensinamento de Buda, mesmo quando há conflagração alastrando-se em todo o mundo.

Será difícil encontrar um mestre que possa explicar o Dharma, sendo mais difícil encontrar um Buda, mas será muito mais difícil acreditar em Seu ensinamento.

Mas, agora que encontrou Buda, que é difícil de se encontrar, agora que se tem o Dharma explicado, que é difícil de ouvir, você deve regozijar-se, acreditar e confiar em Buda.

4. Na longa jornada da vida humana, a fé é a melhor das companheiras. Ela é o melhor refrigerio da viagem e é a maior das fortunas.

A fé é a mão que recebe o Dharma; é a mão pura que recebe todas as virtudes. A fé é o fogo que consome todas as impurezas dos desejos mundanos, remove os mais pesados

fardos, sendo o guia que conduz os homens em seus bons caminhos.

A fé remove a cobiça, o medo e o orgulho, ensina cortesia e ganha respeito, nos livra da sujeição às circunstâncias, nos anima quando estamos fatigados. Ela dá-nos poder para vencermos as tentações, levando-nos a praticar boas ações e nos enriquece a mente com a sabedoria.

A fé é o incentivo que abate a fadiga quando a jornada é longa e cansativa, e que nos leva à Iluminação.

A fé nos faz sentir na presença de Buda e nos leva a seus braços que nos amparam. A fé abranda as nossas empedernidas e egoístas mentes, dando-nos uma mente amistosa e simpática.

5. Aqueles que têm a sabedoria em reconhecer o ensinamento de Buda em tudo que ouvir têm a sabedoria de ver que tudo não passa da aparência que emana da lei das causas e condições, e então, a fé lhes dá a graça da paciente aceitação e resignação e a habilidade em se conformar tranquilamente com suas condições.

A fé lhes dá sabedoria em reconhecer a transitoriedade da vida e a graça em não se surpreenderem ou se afligirem com aquilo que lhes possa suceder ou com a própria morte, sabendo que, por mais que as condições e aparências possam mudar, a verdade da vida permanece sempre imutável.

A fé tem três significativos aspectos: uma humildade e paciente autodepreciação, um alegre e sincero respeito pelas virtudes de outrem, e uma grata aceitação da manifestação de Buda.

Os homens devem cultivar estes aspectos da fé, devendo ser sensíveis às suas falhas e impurezas, delas se envergonhando e as confessando; devem, diligentemente, praticar o reconhecimento das boas ações dos outros e louva-los por isso e devem, constantemente, desejar agir e amar com Buda.

A mente de fé é a mente da sinceridade, é a mente profunda, é a mente que se regozija em ser conduzida à Terra Pura de Buda por Seu Poder.

Portanto, Buda dá um poder à fé que conduz os homens à Terra Pura, um poder que os purifica, um poder que os protege da própria ilusão. Mesmo se tiverem fé apenas por um momento, quando ouvirem o nome de Buda louvando em todo o mundo, eles serão conduzidos à Sua Terra Pura.

6. A fé não é algo que se acrescente à mente mundana, é a manifestação da natureza búdica da mente. Por conseguinte, aquele que compreende Buda é um Buda, aquele que tem fé em Buda é um Buda.

Para nós é difícil descobrir e recuperar a nossa natureza búdica; é difícil manter a mente pura neste constante surgir e desaparecer da cobiça, ódio e paixão mundana; a fé, entretanto, faculta-nos superar essas dificuldades.

Num bosque de mamoneiras [Ricinus Communis ou Palma Christi], apenas as mamoneiras se desenvolvem, aí não viceja o sândalo.

Seria um verdadeiro milagre se o sândalo crescesse nesse bosque de mamoneira. Da mesma forma, será também um milagre quando a fé em Buda crescer no coração dos homens mundanos.

A fé que consiste em crer em Buda é chamada de a fé “desarraigada”. Isto é, ela não tem raiz com a qual possa desenvolver-se na mente humana, mas tem raiz que se fixa na mente compassiva de Buda.

7. Assim, a fé é frutífera e sagrada. Mas ela é difícil de ser despertada em uma mente indolente. Particularmente, há cinco dúvidas, nas sombras da mente humana, que subjagam e tendem a desencorajar a fé.

Primeira, há a dúvida quanto à sabedoria de Buda. Segunda, há a dúvida quanto ao ensinamento de Buda. Terceira, há a dúvida sobre a pessoa que explica os ensinamentos de Buda. Quarta, há a dúvida sobre se os meios e métodos sugeridos para seguir o Nobre Caminho são dignos de confiança. Quinta, há a pessoa que, por sua mente arrogante e impaciente, possa duvidar da sinceridade dos outros que entendem e seguem os ensinamentos de Buda.

Na verdade, não existe nada mais aterrorizador do que a dúvida. A dúvida separa os homens. É o veneno que desin-

tegra amizades e rompe as agradáveis relações. É um espinho que irrita e fere, uma espada que mata.

As raízes da fé foram, há muito, muito tempo, plantadas pela compaixão de Buda. Quando se tem fé, deve-se compreender este fato e estar agradecido a Buda por Sua bondade.

Nunca se deve esquecer de que se tem a fé despertada, não pela própria compaixão, mas sim, pela compaixão de Buda que, há muito tempo, lançou a sua pura luz de fé nas mentes dos homens e lhes dissipou as trevas da ignorância. Aquele que agora tem fé entra na posse da herança legada por Buda e Sua compaixão.

Mesmo que se viva uma vida comum, pode-se nascer na Terra Pura, porque se tem fé despertada pela sempre eterna compaixão de Buda.

É realmente difícil nascer neste mundo. É difícil ouvir o Dharma e é mais difícil ainda despertar a fé. Assim, todos devem fazer o melhor possível para ouvir os ensinamentos de Buda.

IV

AFORISMOS SAGRADOS

1. “Ele me insultou, zombou de mim, ele me bateu.” Assim alguém poderá pensar, e, enquanto nutrir pensamentos dessa espécie, sua ira continuará.

O ódio nunca desaparece, enquanto pensamentos de mágoa forem alimentados na mente. Ele desaparecerá tão logo esses pensamentos de mágoa forem esquecidos.

Se o telhado for mal construído ou estiver em mau estado, a chuva entrará na casa; assim, a cobiça facilmente entra na mente, se ela é mal treinada ou fora de controle.

A indolência nos conduz pelo breve caminho para a morte e a diligência nos leva pela longa estrada da vida; os tolos são indolentes e os sábios são diligentes.

Um fabricante de flechas tenta fazê-las retas, da mesma forma um sábio tenta manter correta a sua mente.

Uma mente perturbada está sempre ativa, saltitando daqui para lá, sendo difícil de controlar; mas a mente disciplinada é tranquila; portanto, é bom ter sempre a mente sob controle.

É a própria mente de um homem que o atrai aos maus caminhos e não os seus inimigos.

Aquele que protege sua mente da cobiça, ira e da insensatez, desfruta da verdadeira e duradoura paz.

2. Proferir palavras agradáveis, sem a prática das boas ações, é como uma linda flor sem fragrância.

A fragrância de uma flor não flutua contra o vento; mas a honra de um bom homem transparece mesmo na adversidade do mundo.

Uma noite parece longa para um insone e uma jornada parece longa a um exausto viajante e da mesma forma, o tempo de ilusão e sofrimento parece longo a um homem que não conhece o correto ensinamento.

Numa viagem, um homem deve andar com um companheiro que tenha a mente igual ou superior à sua; é melhor viajar sozinho do que em companhia de um tolo.

Um amigo mentiroso e mau é mais temível que um animal selvagem, pois o último pode ferir-lhe o corpo, mas o mau amigo lhe ferirá a mente.

Desde que um homem não controle sua própria mente, como pode ter satisfação em pensar coisas como “Este é meu filho” ou “Este é o meu tesouro”, se elas não lhe pertencem? Um tolo sofre com tais pensamentos.

Ser tolo e reconhecer que o é vale mais que ser tolo e imaginar que é um sábio.

Uma colher não pode provar o alimento que carrega. Assim, um tolo não pode entender a sabedoria de um sábio, mesmo que a ele se associe.

O leite fresco demora em coalhar e desta mesma forma, os maus atos nem sempre trazem resultados imediatos. Estes atos são como brasas ocultas nas cinzas e que, latentes, continuam a arder até causar grandes labaredas.

Um homem será tolo se alimentar desejos pelos privilégios, promoção, lucros ou pela honra, pois tais desejos nunca trazem felicidade, pelo contrário, apenas trazem sofrimentos.

Um bom amigo que nos aponta os erros e as imperfeições e reprova o mal, deve ser respeitado como se nos tivesse revelado o segredo de um oculto tesouro.

3. Um homem que se regozija ao receber boa instrução poderá dormir tranquilamente, pois terá a mente purificada com estes bons ensinamentos.

Um carpinteiro procura fazer reta a viga; um fabricante de flechas procura fazê-las bem balanceadas; um construtor de canais de irrigação procura fazê-los de maneira que a água corra suavemente; assim, um sábio procura controlar a mente, de modo que funcione suave e verdadeiramente.

Um rochedo não é abalado pelo vento do mesmo modo que a mente de um sábio não é perturbada pela honra ou pelo abuso.

Dominar-se a si próprio é uma vitória maior do que vencer a milhares em uma batalha.

Viver apenas um dia e ouvir um bom ensinamento são melhores do que viver um século, sem conhecer tal ensinamento.

Aqueles que se respeitam e se amam a si mesmos devem estar sempre alerta, a fim de que não sejam vencidos pelos maus desejos. Pelo menos uma vez na vida, devem despertar a fé, quer durante a juventude, quer na maturidade, quer durante a velhice.

O mundo está sempre ardendo, ardendo com os fogos da cobiça, da ira e da ignorância. Deve-se fugir de tais perigos o mais depressa possível.

O mundo é como a espuma de uma fermentação, é como uma teia de aranha, é como a contaminação num jarro imundo e por isso deve-se proteger constantemente a pureza da mente.

4. Evitar todo o mal, procurar o bem, conservar a mente pura: eis a essência do ensinamento de Buda.

A tolerância é a mais difícil das disciplinas, mas a vitória final é para aquele que tudo tolera.

Deve-se remover o rancor quando se está sentindo rancoroso; deve-se afastar a tristeza enquanto se está no meio da

tristeza. Deve-se remover a cobiça enquanto se está nela infiltrado. Para se viver uma vida pura e altruística, não se deve considerar nada como seu, no meio da abundância.

Ser de boa saúde é um grande privilégio. Estar contente com o que se tem vale mais do que a posse de uma grande riqueza. Ser considerado como de confiança é a maior demonstração de afeto. Alcançar a Iluminação é a maior felicidade.

Estaremos libertos do medo quando alimentarmos o sentimento de desprezo pelo mal, quando nos sentirmos tranquilos, quando sentirmos prazer em ouvir bons ensinamentos e quando, tendo estes sentimentos, nós os apreciarmos.

Não se apeguem às coisas de que gostam nem tenham aversão às coisas de que desgostam, pois a tristeza, o medo e a servidão surgem do gostar ou desgostar.

5. A ferrugem corrói o ferro e o destrói, assim como o mal corrói a mente de um homem, destruindo-o.

Uma escritura que não é lida com sinceridade, logo estará coberta de poeira; uma casa que não é reformada, quando necessita de reparos, torna-se imunda e assim, um homem indolente logo se torna corrupto.

Os atos impuros corrompem uma mulher pois a mesquinhez macula a caridade. Os maus atos poluem não só esta vida, mas também as vidas seguintes.

Mas a mácula que deve ser temida é a mácula da ignorância. Um homem não pode esperar purificar o corpo ou a mente, sem que antes seja removida a ignorância.

É muito fácil mergulhar na imprudência, ser atrevido e impertinente como um corvo, magoar os outros sem sentir nenhum remorso pela ação cometida.

Contudo, é muito difícil sentir-se humilde, saber respeitar e honrar, livrar-se de todos os apegos, manter o pensamento puro e tornar-se sábio.

É fácil apontar os erros alheio, mas é difícil admitir os próprios erros. Um homem divulga os erros dos outros sem pensar, entretanto, oculta os seus próprios erros, como um jogador esconde falsos dados.

O céu não guarda vestígio do pássaro, da fumaça ou da tempestade, tal como um mau ensinamento não conduz à Iluminação. Nada neste mundo é estável, mas a mente iluminada é imperturbável.

6. Assim como um cavaleiro guarda o portão de seu castelo, devemos proteger a mente dos perigos externos e internos e não se deve negligenciá-la nem por um momento sequer.

Cada um é o senhor de si mesmo, deve depender de si próprio, devendo, portanto, controlar-se a si próprio.

O primeiro passo para se livrar dos vínculos e grilhões dos desejos mundanos é controlar a própria mente, é cessar as conversas vazias e meditar.

O sol faz brilhante o dia, a lua embeleza a noite, a disciplina aumenta a dignidade de um soldado e a tranquila meditação distingue aquele que busca a Iluminação.

Aquele que é incapaz de vigiar seus cinco sentidos – olhos, ouvidos, nariz, língua e o corpo – e fica tentado por seu ambiente, não é aquele que se prepara para a Iluminação. Aquele que vigia firmemente as portas de seus cinco sentidos e conserva a mente sob controle, este sim, é aquele que pode alcançar êxito na busca da Iluminação.

7. Aquele que se influencia pelo gostar e desgostar não pode compreender corretamente o seu ambiente e tende a ser por ele vencido. Aquele que está livre de todo o apego compreende corretamente o seu ambiente e, para ele, tudo se torna novidade e significativo.

A felicidade segue a tristeza, a tristeza segue a felicidade, mas quando alguém não mais discrimina a felicidade da tristeza, a boa ação da má ação, então poderá compreender o que é a liberdade.

O aborrecer-se com antecipação ou alimentar tristezas pelo passado apenas consomem a pessoa, são como o junco que fenece ao ser cortado.

O segredo da saúde da mente e do corpo está em não lamentar o passado, em não se afligir com o futuro e em não antecipar preocupações, mas está no viver sábia e seriamente o presente momento.

Não viva no passado, não sonhe com o futuro, concentre a mente no momento presente.

Vale a pena cumprir bem e sem erros o dever diário. Não procure evitá-lo ou adia-lo para amanhã. Fazendo logo o que hoje deve ser feito, poderá viver um bom dia.

A sabedoria é o melhor guia e a fé, a melhor companheira. Deve-se, pois, fugir das trevas da ignorância e do sofrimento, deve-se procurar a luz da Iluminação.

Se um homem tiver o corpo e a mente sob controle, ele dará evidências disso com suas boas ações. Este é um sagrado dever. A fé será a sua riqueza, a sinceridade dará um doce sabor à sua vida e acumular virtudes será a sua sagrada tarefa.

Na jornada da vida, a fé é o alimento, as ações virtuosas são o abrigo, a sabedoria é a luz do dia e a correta atenção é a proteção da noite. Se um homem tiver uma vida pura, nada poderá destruí-lo e, se tiver dominado a cobiça, nada poderá limitar sua liberdade.

Deve-se esquecer de si próprio pela família; deve-se esquecer da família por sua aldeia; deve-se esquecer da própria aldeia pela nação; e deve-se esquecer de tudo em prol da Iluminação.

Tudo é mutável, tudo aparece e desaparece. Só poderá haver a bem-aventurada paz quando se puder escapar da agonia da vida e da morte.

