

Amor e desapego

Pergunta: Caro Thay, acho que esta pergunta veio de um jovem adulto e também ouvi uma pergunta muito semelhante a esta de um de nossos adolescentes na semana passada, mas acho que muitos de nós temos esta pergunta que diz: querido Thay, como você ama sem apego e deseja profundamente a liberdade para quem você ama? Como deixar ir sem sofrer e causar sofrimento na outra pessoa?

Thay: A felicidade não é possível sem liberdade. Como filho na família, como filha na família você sabe disso. Você precisa de alguma liberdade. Como parceiro sabemos disso. Se a outra pessoa não nos permite ser livres em nosso pensamento, em nossa ação isso não é verdadeiro amor.

Portanto verdadeiro amor deve incluir a oferta de liberdade porque você tem que distinguir entre o verdadeiro amor e o amor que não é verdadeiro, o amor que pode trazer muito sofrimento. Mas quando você seleciona, você escolhe o amor verdadeiro, você tem que aprender a oferecer liberdade não só para a outra pessoa, mas você tem que oferecer liberdade a você mesmo. É possível amar e ainda reter nossa liberdade porque liberdade é muito importante. Eu não quero trocar nada pela minha liberdade, não! Liberdade é muito crucial para a minha felicidade.

Então ame de uma maneira que você ainda se sinta livre e que a outra pessoa ainda possa se sentir livre. Essa é a arte. Devemos criar uma oportunidade para ambos compartilharem isso e praticarem juntos. Você aprende a amar de tal forma que possa preservar sua liberdade e a liberdade dele. E ele também tenta aprender a amar de tal forma que possa preservar a liberdade dele e sua liberdade.

Este é o ponto. Nós precisamos de prática, porque o amor aqui é uma prática e não apenas um consumo. Assim como ao cultivar vegetais, precisa de tempo para plantar as sementes, para regar, cuidar da horta, o amor é assim, amor deve ser cultivado.

Quando você arruma flores, deseja que cada flor tenha espaço suficiente no seu entorno para irradiar sua beleza. Você não precisa de muitas flores, você precisa de apenas algumas se você é um bom arranjador. Sua amada é uma flor, você quer que sua amada irradie sua beleza para você contemplar.

Seu amor não deve ser uma prisão. Você não aprisiona seu amado, mesmo se for uma bela prisão. Uma bela prisão é ainda uma prisão. Assim devemos sentar juntos e discutir a estratégia, a prática do amor verdadeiro. Devemos amar uns aos outros de tal maneira que possamos manter a liberdade em mim e em você. Essa é um bom compartilhamento do Dharma.

Outro dia falamos sobre o amor verdadeiro como uma satisfação interior. Quando você tem compreensão suficiente, compaixão e amor em nós mesmos, temos algo a oferecer. Mas se você não se entende, então não se ama. Mesmo que tenha a vontade de amar, ainda assim você vai sofrer. Para você e todas as outras pessoas, é muito claro.

Então cultive a compreensão de si mesmo, compaixão por si mesmo. Se algo o preenche, como uma lâmpada já acesa, você pode oferecer luz, pode oferecer calor à outra pessoa. Amor não significa que há um vácuo em você e você está procurando outro para ajudar a preencher o vácuo. A outra pessoa também pode ter um vácuo nela e se ela não puder preencher isso, ela não tem nada a oferecer para você preencher o seu vácuo. Então juntos fazemos um do outro sofrer porque não podemos responder à

necessidade dele e ele não pode responder à nossa necessidade. Fazemos um ao outro sofrer.

Então a palestra do Dharma que tivemos anteontem é muito crucial para entendermos e cultivarmos nosso verdadeiro amor. O que eu não disse durante aquela palestra do Dharma é que as duas pessoas, ambos os parceiros, têm que ver seu relacionamento como uma oportunidade para se sentar e discutir a arte, a prática do amor verdadeiro. Devem cultivar a prática de tal forma que cada um deles tem algo a oferecer e não apenas o desejo de consumir.

*(Palestra de Dharma de Thich Nhat Hanh em Plum Village em 3 de agosto de 2010 – transcrito do vídeo do YouTube <https://youtu.be/VkKWOiCRKn0>)
Traduzido por Leonardo Dobbins
Comente esse texto em <http://sangavirtual.blogspot.com>*