

Bodhisattvas

Um bodhisattva é uma pessoa animada com a energia do amor, disposta a fazer algo pelo mundo; para diminuir o sofrimento; para criar mais oportunidades de comunicação, de reconciliação, de compreensão, de amor e de paz. Se você está motivado por esse desejo profundo de servir, você já é um bodhisattva. Um bodhisattva ainda pode ter sofrimento dentro de si, mas com sua prática, ele se torna um bodhisattva cada vez maior a cada dia porque sabe como reconhecer, abraçar e transformar o sofrimento dentro de si. Mas se negligenciar essa prática básica e ficar muito ocupado trabalhando, estará apenas se refugiando no trabalho e não enfrentará seu próprio problema, que é o bloco de sofrimento, desespero, raiva e violência dentro de si mesmo.

Tenho visto jovens bodhisattvas, às vezes com apenas 12 anos, que são praticantes felizes. Esses jovens bodhisattvas não precisam de uma ordenação e não precisam ter o título de professor de Dharma para fazer as pessoas ao seu redor felizes todos os dias. Eles não se importam com o futuro; não se importam com o passado; gostam profundamente da Sangha e da prática aqui e agora. São flores que desabrocham na Sangha. Talvez não estejam cientes disso, mas são grandes bodhisattvas. Valorizamos sua presença.

Há pessoas que treinaram por vinte ou trinta anos, mas não têm essa capacidade de viver felizes e se comunicarem livremente com outras pessoas. O conhecimento do budismo não é muito útil. Existem estudiosos do budismo cuja capacidade de servir é limitada. Houve um senhor que veio da Inglaterra e queria ser um professor de Dharma. Ele me perguntou: "Thay, quando você acha que estamos prontos para ser professores?" Isso foi durante um dia frio de inverno em Plum Village. Olhei para ele e disse: "Quando estivermos felizes". Isso o desapontou muito. Se você não está feliz, se tem muita raiva e medo dentro de si mesmo, não tem muito a compartilhar como professor - especialmente quando se considera um professor. Esses jovens bodhisattvas não se consideram professores. Embora não tenham o título, eles são os verdadeiros professores.

Todos nós já tivemos esse tipo de experiência. Você pode ver que nossos filhos são nossos professores; você pode aprender muitas coisas com eles. Um bom professor é capaz de reconhecer a presença de um professor em seu discípulo. Além desse reconhecimento, existe confiança. Essa pessoa será um bom professor. Não por causa de seu talento para falar ou dar palestras sobre o Dharma, mas porque a maneira como ele vive sua vida é um exemplo para todos. Você ensina com a sua vida e não apenas com a sua conversa. Novamente, a ação deve ser baseada no ser. Estar em paz é a base. Fazer a paz deve ser baseado em ser paz. Mahatma Gandhi disse: "Minha vida é minha mensagem". Isso é bom porque minha vida é o ensinamento, não apenas o que faço ou o que prego.

Visitei o mosteiro de Deer Park e conversei com vários monges e monjas sobre a construção da Sangha. Um dia conheci a irmã Thang Nghiem. Ela tinha acabado de voltar do templo raiz no Vietnã. Dez monásticos de Plum Village puderam passar 21 dias e foram muito nutridos no templo raiz. Eles voltaram para casa muito mais fortes e foram inspiração para muitos outros irmãos e irmãs. Perguntei a ela sobre a irmã Gioi Nghiem, que também estava em uma viagem ao Vietnã. Ela permaneceu em silêncio por talvez meio minuto, muito tempo.

Em seguida, erguendo os olhos, ela disse: "Thay, é tão fácil entre mim e a irmã Gioi Nghiem. Amamo-nos profundamente e a comunicação entre nós flui facilmente; por isso tudo é fácil para nós. Se precisamos fazer algo ou discutir algo, é muito rápido e o acordo vem rapidamente." Ela quis dizer que, quando há boa comunicação, compreensão mútua, amor e confiança, nada é muito difícil; você pode mover uma montanha. Ela não usou essas palavras, mas esse foi o espírito de sua resposta.

Ter talento para organizar, isso é bom, mas não é básico. Construir uma boa estrutura para a comunidade, isso é bom, mas isso não é básico. O básico é receber e levar a prática para o nosso dia a dia. O Buda disse: "O ensinamento é adorável no início, no meio e no final." Se for a prática certa, pode trazer alívio e alegria imediatamente. No momento em que você começa a inspirar, você pode liberar muitas coisas e você apenas voltou à inspiração. Concentração e

atenção plena podem nascer assim. Você gera a energia da calma e de concentração em seu corpo e em sua consciência. Há uma diferença, talvez uma grande diferença, entre o momento antes da inspiração e durante a inspiração. Isso é o que significa "o Dharma é adorável no início".

Nossa prática deve ser nossa vida normal. Enquanto preparamos nosso café da manhã, essa hora é a hora da prática. Paz, concentração e atenção devem ser geradas durante o tempo de preparação do café da manhã. Se você preparar o café da manhã dessa forma, você se tornará uma flor para sua família e sua comunidade. É tão agradável ver alguém vivendo profundamente em plena consciência e praticando naturalmente. Essa pessoa está livre de arrependimento e tristeza em relação ao passado. Ela está livre do medo e da incerteza quanto ao futuro. Ela está realmente lá, totalmente viva no momento presente, e está preparando o café da manhã. Que maravilha. Isso é o suficiente para deixar toda a família e a comunidade felizes. Você não precisa ir para a sala de meditação para praticar.

Ontem à noite, nossos amigos Thu e Anh Huong chegaram da Virgínia. Anh Huong foi até a cozinha e vários amigos a cumprimentaram. Ela conhecia todo mundo, exceto a irmã Hoc Nghiem, que estava comemorando seu aniversário de um ano como monja naquele dia. A irmã Hoc Nghiem se levantou e disse: "Minha querida irmã, sou Su Co Chan Hoc Nghiem", apresentando-se a Anh Huong. Apresentar-se é uma coisa comum de se fazer. Você deseja se familiarizar com essa pessoa; você quer ter um bom relacionamento com essa pessoa, então você se apresenta.

Mas ela se apresentou de tal maneira que Anh Huong se sentiu profundamente comovida, a ponto da monja-bebê nela ter a chance de se manifestar. Não foi uma palestra de Dharma; não foi um esforço diplomático para conquistar o coração de alguém. Foi apenas uma introdução: "Chi Anh Huong, esta é a irmã Chan Hoc Nghiem." Mas todo o seu corpo, toda a sua mente e toda a sua presença se abriram como uma cerejeira cheia de flores. Eu não acho que ela fez qualquer esforço. Essa é a prática dela, muito natural. Tudo o que você faz e tudo o que diz durante o dia pode ser uma prática profunda. Se você seguir esse espírito, a transformação e a cura dentro de você acontecerão em pouco tempo. A transformação e a cura em sua família ocorrerão em pouco tempo. Você se torna a fonte de inspiração, a base de ação para a sociedade.

Existem muitos professores de Dharma na comunidade monástica e eu os conheço muito bem. Aqueles que podem ser professores de Dharma não precisam praticar muito tempo para ser bons professores de Dharma. Alguns mais velhos podem ser professores de Dharma, mas alguns deles não praticam tão bem quanto os mais jovens. Mas isso não impede que os mais jovens se dirijam aos mais velhos com profundo respeito. Eles sabem que embora os mais velhos tenham recebido a transmissão da lâmpada vários anos antes, ainda têm dificuldades internas. Sem complexo, sem arrogância: sou um irmão mais novo, eu sou uma irmã mais nova, eu gostaria de desempenhar o papel de um amoroso irmão ou de uma amorosa irmã para meus irmãos mais velhos e irmãs mais velhas no Dharma. Não há complexo de superioridade.

Nos ensinamentos do Buda, pensar em si mesmo como inferior é uma espécie de doença. Considerar-se superior também é doença. De acordo com o Buda, pensar em si mesmo como igual também é doença, porque esses três complexos são construídos sobre a noção do eu. Se você se considera um ser separado de suas irmãs e irmãos, ainda está doente com uma doença chamada apego a si mesmo. Quando você vê que sua irmã é você ou seu irmão é você, então você está em seu irmão e seu irmão está em você. Só então você estará livre da doença. Acho que a psicoterapia tem que aprender com isso. Qualquer ensinamento e prática que ainda se baseie na noção de eu não pode libertar as pessoas.

A autoestima é uma forma de doença. Alta auto-estima é uma doença; baixa auto-estima é uma doença; e auto-estima igual também é doença. Somente o insight de interser pode nos libertar da doença: Você é eu e eu sou você. "Eu transformo meu lixo, então você não terá que sofrer; você cultiva a flor [em você], para que eu seja feliz. "

Existem professores de Dharma que são maravilhosos, talentosos e eficazes, mas humildes e amorosos, sem qualquer discriminação dentro de si. Esses professores podem ser muito jovens.

Eles não se importam de ter professores que não são tão eficazes quanto eles. Se a outra pessoa for um bom professor, eu gosto disso. Se a outra pessoa não for uma professora tão boa, espero que ela se saia melhor. Por ter esse tipo de percepção, você não precisa sofrer de forma alguma. Você não vai dizer: “Como essa pessoa pode receber a transmissão da lâmpada para ser um professor?” Na verdade, existem aqueles que não receberam nenhuma transmissão e nunca desejaram uma transmissão de lâmpada, mas também são professores maravilhosos. Existe um poema em chinês:

“O novato dá uma palestra sobre o Dharma
E o venerável bhikshu senta-se em silêncio e escuta. ”

Não é a idade ou os estudos que contam, mas a natureza do Buda em nós e o potencial de ser um verdadeiro professor em nós. Podemos ver o potencial de ser professor no jovem novato. Não precisamos de um título para ser um bom professor. Primeiro, temos que ensinar a nós mesmos como viver feliz, como perdoar e como sermos abertos. Ao fazer isso, damos um exemplo para muitas pessoas.

*(Palestra de Dharma de Thich Nhat Hanh, em 17 de maio de 2001 – revista Mindfulness Bell, número 82
Traduzido por Leonardo Dobbin)
Comente esse texto em <http://sangavirtual.blogspot.com>*