

Meio de Vida Correto

Na semana passada, aprendemos os primeiros oito exercícios de respiração consciente. Há também outros oito que não aprendemos e muitos desses exercícios nos mostram como praticar a concentração. Existem muitos tipos de práticas de concentração como a concentração na impermanência, no não-eu, na interexistência e assim por diante. Este tipo de prática de concentração pode ajudar a te dar uma descoberta, um insight para que você possa obter a Visão Correta. Uma vez que a Visão Correta esteja presente, tudo que pensamos será certo, tudo que falarmos trará felicidade e harmonia e assim por diante.

Se você tiver a Visão Correta, você estará determinado a procurar um tipo de sustento que não cause sofrimento para nós e para muitos seres vivos. O tipo de sustento que pode ajudar a proteger o meio ambiente da Mãe Terra e as vidas humanas e a vida de outras espécies. Você não ficará feliz com um tipo de sustento que seja destrutivo, mesmo que você ganhe muito dinheiro.

As pessoas podem ser felizes, podem ser verdadeiramente felizes com esta vida mais simples se souberem que estão no caminho do Meio de Vida Correto, mesmo que seu o salário não seja muito alto. Mesmo assim, você pode ser uma pessoa muito feliz porque sabe que está vivendo de uma forma que possibilita um futuro para seus filhos e traz muita felicidade. É possível nos organizar para que possamos viver de uma forma que possa trazer alegria, felicidade, esperança, irmandade e paz sem ter que gastar muito, sem ter que destruir o meio ambiente.

Em Plum Village, nós nos organizamos para que ninguém precise de um carro particular, nenhum de nós tem um carro particular, nenhum de nós tem uma conta particular em um banco, nenhum de nós tem um computador pessoal e mesmo assim alegria, felicidade, fraternidade, irmandade são possíveis. Nenhum de nós tem um salário e ainda assim podemos ser felizes. Nós usamos carros, usamos computadores, mas todos eles pertencem à comunidade. Há aqueles de nós que não precisam de um telefone como eu. Eu não usei telefones nos últimos 40 anos e sobrevivi muito bem.

Quando visitamos o Instituto Político Ho Chi Minh em Hanói, nós nos encontramos com muitos intelectuais do Partido. Muitos deles são muito fortes no marxismo, leninismo e assim por diante. Eles ensinam comunismo e marxismo e nós oferecemos três apresentações sobre prática espiritual e felicidade. Um dia Thay olhou para esses intelectuais e Thay disse que em Plum Village vivemos de tal forma que nenhum de nós tem uma conta particular no banco, carro particular, computador pessoal. Os verdadeiros comunistas somos nós. E eles riram e riram e riram. Eles não ficaram com raiva.

Portanto existem maneiras de organizar nossas vidas para que possamos consumir menos e possamos preservar nosso planeta. Comer carne é muito destrutivo. Ao criar animais para produzir carne você destrói muito, você tem que cortar muitas árvores e gasta muita água. Comer carne é mais destrutivo do que dirigir um carro. É por isso que reduzir o consumo de carne e reduzir o consumo de álcool são ações compassivas para salvar nosso meio ambiente.

Em Plum Village não sofremos nada quando não comemos carne, quando não bebemos álcool. Na verdade, ficamos muito felizes porque sendo vegetarianos podemos ajudar a proteger muitas espécies e ajudar a proteger o planeta. A comida vegetariana pode ser boa e saudável também. Portanto, há muitas coisas que você pode fazer para mudar

nossos hábitos de alimentação, de vida, a fim de tornar possível um futuro para nossos filhos e seus filhos e temos que começar agora mesmo.

Temos que tomar uma decisão que nos trará muita felicidade, não temos que sofrer. De fato, podemos ser mais felizes e isso é sobre o Modo de Vida Correto. Se você tiver tempo, escreva um livro ou um artigo sobre o Meio de Vida Correto nesta luz, neste tipo de espírito. Se vocês forem professores, podem ensinar a seus alunos sobre o Meio de Vida Correto.

*(Palestra de Dharma de Thich Nhat Hanh em 15 de julho de 2012 – transcrito do vídeo do YouTube
<https://youtu.be/WB7G2Ujm2BM>)
Traduzido por Leonardo Dobbins
Comente esse texto em <http://sangavirtual.blogspot.com>*