

## **Seja um bom amigo espiritual de seu filho**

Se nossos filhos estão trilhando caminhos sombrios e perigosos, como pais que só querem o melhor para eles, mas que ainda não conseguem se comunicar com os filhos, o único caminho a seguir para nós é praticar a escuta profunda e compassiva, usando a fala amorosa e manter os cinco treinamentos de atenção plena. Depois de receber os cinco treinamentos de atenção plena, vivendo de acordo com eles e praticando a escuta profunda e a fala amorosa, podemos começar a nos comunicar com nossos filhos novamente.

Com todo o coração, podemos praticar a escuta profunda e compassiva com nossos filhos. "Querido, como seu pai, sei que você tem dificuldades e dores que ainda não compartilhou comigo. É verdade que eu não era capaz de ouvir ninguém profundamente. Mas agora que aprendi a estar atento, posso escutar a você mais. Por favor, compartilhe comigo para que eu possa parar de fazer as coisas que te machucam repetidamente." Se pudermos dizer algo assim, nossos filhos se sentirão muito aliviados. Se ainda não nos sentirmos à vontade para dizer essas coisas diretamente a eles, se ainda nos sentirmos tímidos, podemos escrever uma carta para dizer a eles.

Se se sentirem prontos, pai e filho podem se sentar em algum momento para uma conversa franca. Porque perdemos nossos filhos, realmente perdemos nossos filhos, não podemos mais nos comunicar com eles. Não podemos compartilhar e transmitir a eles as joias de nossa própria tradição que chegaram até nós. Isso é um grande fracasso na vida de uma pessoa. Recebemos de nossos avós e pais inúmeras preciosidades em nossa própria cultura, e também seus valores éticos e espirituais, além dos valores tradicionais que chegaram até nós. Mas como nossas relações com nossos filhos se depararam com muitas dificuldades, deixamos de transmitir a eles as joias preciosas de nossa própria cultura e tradição.

Por isso, para passar essas joias, precisamos aprender a restabelecer nossa comunicação com eles. Mas, para restabelecer a comunicação, não há nada que possamos fazer a não ser praticar a escuta profunda e a fala amorosa. Temos uma caneta e temos uma folha de papel, por que não dizemos essas coisas por meio de uma carta para começar a reabrir a porta de comunicação e conexão que esteve bloqueada por tanto tempo?

Bem, nossos filhos provavelmente estão seguindo caminhos sombrios e perigosos. Temos que nos tornar bons amigos espirituais deles. Por que não? Nós somos o pai deles. Nós somos a mãe deles. Temos que salvá-los. Temos que ser seu bom amigo espiritual. Mas, para fazer isso, temos que praticar a fala amorosa e a escuta profunda para reabrir essa porta de comunicação.

Uma vez que já recuperamos nosso filho ou filha, podemos ver nosso futuro, porque o que é o nosso futuro senão nossos filhos? Quando perdemos nosso filho ou filha, não conseguimos mais enxergar nosso próprio futuro. O futuro de um pai é sua filha ou filho porque é nossa filha ou filho que nos continua. Eles nos levarão para o futuro. Mas se perdermos nossa filha ou filho, como poderemos ter essa continuação? Como podemos avançar para o futuro? Como podemos enviar para o futuro nossos sonhos e as joias de nossa própria cultura e tradição?

É por isso, queridos pais e mães, que praticar a atenção plena para restabelecer os laços com seus filhos é uma questão crucial. Vocês, pais e mães, não estão fazendo isso apenas para o seu próprio bem. Vocês, pais e mães, estão fazendo isso pela sociedade em geral.

Porque em nossa sociedade, se todos os jovens estão em estado de desespero e aborrecimento, se estão todos separados de seus pais, como essas novas gerações podem continuar seus ancestrais e transmitir as joias culturais que levaram milhares de anos na história para se formar?

É por isso que, como pais e mães, seu sucesso em trazer seus filhos de volta é uma grande prática, uma grande contribuição para a sociedade. Como em nossa sociedade, todos os dias, criamos inúmeros fantasmas famintos negligenciados e descuidados, há muitos jovens fugindo de casa e angustiados como fantasmas famintos. Sem um lugar de refúgio, eles estão se afastando de suas próprias culturas. Eles estão se afastando de sua família e de seus pais. Eles não confiam mais em suas escolas e nos valores que defendemos e pelos quais vivemos.

Então, sem um lugar de refúgio, eles são todos fantasmas famintos, sem compreensão, sem amor, sem direção na vida. E ainda assim, em nossa vida diária, através da forma como nossa sociedade é estruturada, criamos muitos desses fantasmas famintos. Entre os jovens de hoje existem inúmeros fantasmas famintos fugindo de casa, sem amor, sem compreensão, sem confiança em suas famílias e em suas culturas.

Por isso, como pais e mães, sua responsabilidade é tornar-se um bom amigo espiritual de seu filho ou filha, ser amigo deles, para tirá-los dos caminhos escuros e perigosos. Será o maior ato de amor que podemos fazer. É um ato de um bodhisattva. Somos o pai, a mãe e amigo deles. Aprendemos com o Bodhisattva Avalokiteshvara as maneiras de restabelecer a comunicação e restaurar a felicidade na família. É assim que nós praticamos como discípulos do Bodhisattva da Escuta Profunda e Grande Compaixão, Avalokiteshvara.

*(Palestra de Dharma de Thich Nhat Hanh em 19 de julho 1998 – transcrito do vídeo do YouTube  
<https://youtu.be/XJyZYILC0m4>)  
Traduzido por Leonardo Dobbins  
Comente esse texto em <http://sangavirtual.blogspot.com>*