

OS FUNDAMENTOS DO BUDISMO HUMANISTA

Budismo passo a passo





Venerável Mestre Hsing Yun

OS FUNDAMENTOS DO BUDISMO HUMANISTA

Escrito pelo Venerável Mestre Hsing Yun
Traduzido para português por João Magalhães



Publicado por

Buddha's Light Publishing 3456 S. Glenmark Drive

Hacienda Heights, CA 91745 U.S.A.

© 1997 by Fo Guang Shan International Translation Center

Todos os direitos reservados.

CONTEÚDOS

1. Humanidade	7
2. Ênfase na Vida Quotidiana	7
3. Altruísmo	7
4. Alegria	8
5. Intemporal	8
6. Universalidade	9
1. Os Cinco Veículos	16
2. Os Cinco Preceitos e as Dez Ações Saudáveis	18
3. As Quatro Imensuráveis	21
4. As Seis Perfeições e as Quatro Formas de Entrega	24
5. Causa, Condição, Efeito e Consequência	29
6. Chan, Terra Pura e Madhyamaka	35
Atividades da BLIA Portugal	41
Contatos	41
O Ghata da transferência de Mérito	42

OS FUNDAMENTOS DO BUDISMO HUMANISTA

Venerável Mestre Hsing Yun

O fundador do Budismo, o Buda Shakyamuni, nasceu neste mundo. Cultivou-se a si mesmo neste mundo, alcançou a iluminação neste mundo e partilhou com os outros as verdades profundas que realizou neste mundo. O mundo humano foi enfatizado em cada coisa que fez.

Porque o Buda alcançou a iluminação como ser humano e não como ser celestial, asura, animal, fantasma, ou no inferno? Ao levar esta questão um passo mais à frente, porque o Buda não alcançou a iluminação no futuro distante ou no passado esquecido? Porque escolheu o nosso mundo e o nosso tempo? Apenas pode haver uma razão: Buda queria que os ensinamentos do Budismo fossem relevantes para o mundo humano.

A vida de Buda como ser humano podia servir como inspiração e modelo para a prática espiritual nas nossas vidas. Chamamos aos ensinamentos de Buda, “Budismo Humanista” para enfatizar que eles podem ser integrados em todos os aspectos das nossas vidas diárias. O Budismo Humanista tem seis características:

1. HUMANIDADE

Buda não apareceu ou desapareceu sem deixar rasto, nem foi uma qualquer ilusão. Buda foi um ser humano. Tal como nós, teve pais, família e viveu uma vida. Foi através da sua vida humana que mostrou grande benevolência e compaixão, o seu carácter moral e a sua sabedoria.

2. ÊNFASE NA VIDA QUOTIDIANA

Buda ensinou que devemos praticar os seus ensinamentos na vida diária. Ele providenciou orientações para tudo, como comer, vestir, trabalhar e viver, como andar, estar, sentar e dormir. Deu direções claras para cada aspeto da vida, desde como manter o relacionamento com a família e amigos a como nos devemos comportar nas arenas sociais e políticas.

3. ALTRUÍSMO

Buda nasceu neste mundo para ensinar, providenciar o exemplo e para trazer alegria a todos os seres. Ele nutriu todos os seres pois sempre teve o

melhor dos interesses pelos outros na sua mente. Resumidamente, cada pensamento, palavra e ação surgiu de um profundo cuidado e preocupação pelos outros.

4. ALEGRIA

Os ensinamentos budistas trazem às pessoas a alegria. Através da compaixão ilimitada do seu coração, Buda almejou libertar do sofrimento todos os seres de forma a que pudessem ser felizes.

5. INTEMPORAL

O Buda surgiu neste mundo para um grande propósito: Construir uma relação especial com todos nós, que vivemos neste mundo. Apesar de o Buda ter vivido há cerca de 2500 anos atrás, apesar de já ter entrado no nirvana, ele deixou a semente da libertação para todas as gerações subsequentes. Mesmo hoje em dia, os ideais de Buda e os seus ensinamentos servem como contemporâneas e relevantes orientações para todos nós.

6. UNIVERSALIDADE

Toda a vida de Buda pode ser caracterizada pelo espírito de Buda de querer libertar todos os seres sem exceção. Buda amou os seres de todas as formas, quer fossem animais ou humanos, masculinos ou femininos, novos ou idosos, Budistas ou não Budistas, ele cuidou de todos sem distinção.

Para alguns, é difícil ver como o Budismo é relevante para as nossas vidas modernas. Eu ainda me consigo lembrar de um debate que ouvi entre o filósofo Confucionista Liang Shuming e o grande reformador Budista Taixu. O Mestre Taixu convidou Liang Shuming para falar no Seminário Budista de Hanzang e ele começou a sua palestra tendo três palavras no quadro: «agora», «aqui», e «nós». O sr. Liang explicou, «é por causa destas três palavras que eu desisti do Budismo e decidi estudar Confucionismo».

Após a palestra, o Mestre Taixu ofereceu a sua visão. Apesar do Budismo falar sobre o passado longínquo e o futuro distante, particularmente, enfatiza o bem-estar universal dos seres no momento presente. E enquanto a cosmologia Budis-

ta discute muitos outros mundos, este é o mundo que é mais importante. O Budismo reconhece muitos tipos de seres dentro dos dez reinos de dharma, mas reserva a mais importante atenção à condição humana.

O Budismo é uma religião para as pessoas e as preocupações humanas são a sua raiz. Através dos sutras Budistas, Buda enfatizou que ele também era parte da sangha, a ordem monástica, para enfatizar que ele não era um deus. O Sutra Vimalakirti diz: «O reino de Buda encontra-se entre os seres sencientes. Além dos seres sencientes, não existe Buda. Aparte da assembleia, não se pode encontrar o Caminho». O Venerável Huineng, o sexto patriarca da escola Chan, disse: «O Dharma está dentro do mundo, além deste mundo não há despertar. Procurar despertar além do mundo é procurar pelo corno de um coelho». Para nos tornarmos Budas devemos treinar e cultivarmo-nos no mundo. Não há, simplesmente, um outro caminho. Agora que somos afortunados o suficiente para renascermos como seres humanos, devemos integrar a prática de Budismo na nossa vida quotidiana.

No Budismo, este nascimento humano é visto como algo precioso que não devemos tomar por

garantido. De facto, o Samyukta Agama coloca a seguinte analogia: imagina que existe uma tartaruga cega num vasto oceano. Flutuando no topo do vasto oceano, existe um anel de madeira, grande o suficiente para caber na cabeça da tartaruga. Se a tartaruga apenas vem ao de cima para respirar uma vez a cada cem anos, a possibilidade de acertar no anel é maior que a possibilidade de renascer como ser humano. O Agama também diz, «O número de seres que perdem o seu nascimento como humanos é tão numeroso como as partículas de pó na terra. O número comparativo daqueles que são capazes de alcançar o nascimento humano é tão escasso como a sujidade debaixo de uma unha». Isto mostra quão raro e preciosa a vida humana é.

Uma vez fui a um grupo de estudo Budista na casa de um devoto em São Francisco. Um professor no grupo disse-me, «Quando perguntas a nós, Budistas laicos, para trabalhar no sentido de nos libertarmos da roda do renascimento, não temos tal desejo. Quando nos ensinas o caminho para a Budeidade, não temos tal aspiração. Ambos são demasiado remotos e distantes. Nós apenas queremos saber: como podemos viver as nossas vidas

melhor que os outros, com um pouco mais de cultura que os outros?».

As suas palavras preocuparam-me pois tais pessoas veem o Budismo como uma religião removida da humanidade. Eles veem um Budismo isolado, um Budismo retirado para as montanhas e florestas, um Budismo auto-centrado e um Budismo individualista. Para eles perdeu a sua qualidade humana. Alcançou o ponto onde muitos que estão interessados em aprender acerca do Budismo não se atrevem a fazê-lo. Eles hesitam à medida que se aproximam e vagueiam pelo lado de fora. Devemos redobrar o nosso esforço e afirmar que o Budismo investe na libertação de todos os seres sencientes.

Na história do Budismo, os primeiros 100 a 300 anos após o nirvana final de Buda, foram dominados pelo Budismo Hinayana. Os 600 anos seguintes viram surgir o Budismo Mahayana enquanto que o Budismo Hinayana foi desaparecendo de vista. Os 1000 anos seguintes viram o crescimento da prática esotérica, ou Budismo Tântrico. O Budismo Humanista é a integração de todos os ensinamentos Budistas desde o tempo de Buda até aos nossos dias – quer sejam derivados do Budismo

Primitivo, Mahayana ou tradições Tântricas.

Na China, existem quatro montanhas sagradas que tornaram-se locais de peregrinação pela sua associação com os quatro grandes bodhisattvas: Avalokitesvara, Manjusri, Samantabhadra e Ksitigarbha. Destes quatro bodhisattvas, Avalokitesvara, Manjusri e Samantabhadra manifestaram-se como pessoas laicas. Apenas o bodhisattva Ksitigarbha se manifestou como monástico. Porque? A vida de um monástico enfatiza o desapego e transcende o mundo mundano, enquanto que a vida de um laico permite o otimismo e o compromisso que pode realizar os objetivos do Budismo Mahayana.

O Mestre Taixu disse uma vez, «Eu não sou um bhiksu, nem sou um Buda. Antes prefiro ser conhecido como um bodhisattva». O Mestre Taixu ousou não se chamar a si mesmo bhiksu pois é muito difícil de manter, em perfeição, os preceitos monásticos e ele ainda não era também um Buda. Via-se como um homem de grande serviço e como tal desejava ser conhecido como um bodhisattva.

Os bodhisattvas não são apenas estátuas de barro para serem adoradas em templos. Um bodhisattva é uma pessoa energética, iluminada e cativante que luta para guiar todos os seres sencientes

à libertação. Todos podemos ser bodhisattvas. É esta a razão para o Mestre Taixu ter dedicado a sua vida a espalhar as palavras e ideais do Budismo Humanista. Realizar totalmente o caminho de vida do bodhisattva é o objetivo do Budismo Humanista.

No Budismo há o conceito de «Terra Pura». A Terra Pura é um reino criado através do poder dos votos de um Buda de aliviar o sofrimento de todos os seres. Todos gostariam de viver num sítio como este. Os Budistas frequentemente mencionam a Terra Pura da Suprema Felicidade no Oeste, do Buda Amitabha ou a Terra Pura da Radiância Azul no Este, do Buda da Medicina. Mas existem mais Terras Puras que aquelas a Este ou Oeste. O Bodhisattva Maitreya, que se tornará no próximo Buda deste mundo, reside na Terra Pura Tusita e o Sutra Vimalakirti menciona a Terra Pura da mente. As Terras Puras estão em todo o lado.

O Budismo Humanista procura criar a Terra Pura na Terra. Ao invés de colocarmos as esperanças em renascermos numa terra pura no futuro, porque não trabalhamos para transformar o mundo numa terra pura de paz e felicidade? Ao invés de aplicarmos todas as nossas energias para um

tempo futuro, porque não dirigimos os esforços para purificar a mente e o corpo aqui e agora, no momento presente?

É por isso que Fo Guang Shan providencia um cuidado na reforma aos devotos leais de longo tempo que tenham dedicado as suas vidas à ordem. Desta forma eles não precisam de serem cuidados pelas suas crianças ou não têm que esperar pela morte para apreciar a Terra Pura. Nós dizemos-lhes «Tu fizeste muito pelo Budismo. Tomaremos conta de ti e providenciaremos-te uma terra pura no teu tempo de vida». Eu sinto que Fo Guang Shan deve inspirar nestes discípulos a confiança de que podemos providenciar ajuda para as suas necessidades e que eles poderão encontrar a alegria da Terra Pura aqui mesmo. Eu acredito que o Budismo Humanista deve focar-se no mundo agora, ao invés de deixar o mundo para trás, deve focar-se em cuidar dos vivos ao invés de cuidar dos mortos, em beneficiar os outros ao invés de se beneficiar a si mesmo e em libertar todos os seres ao invés de se auto-cultivar.

Quer se pratique Theravada ou Budismo Mahayana, Budismo Esotérico ou Exotérico, o Budismo deve manter a sua ênfase na humanidade para

que possa permanecer relevante à medida que o tempo muda. Porque o Budismo Humanista atende às necessidades da era atual ao invés de seguir as tradições cegamente, é um farol para o futuro.

O que são então as qualidades especiais do Budismo Humanista? Seis das suas características fundamentais são mencionadas abaixo:

1. OS CINCO VEÍCULOS

O Budismo, por vezes, divide-se em «cinco veículos» ou modos de prática: o veículo humano, o veículo celestial, o veículo sravaka, o veículo pratyekabuddha e o veículo bodhisattva. Cada um destes cinco modos de prática diferem de inúmeras formas mas em geral os veículos humano e celestial focam-se nos assuntos mundanos, ao passo que o sravaka e pratyekabuddha focam-se nos assuntos que transcendem o mundo. O veículo bodhisattva combina o espírito mundano dos veículos humano e celestial com o espírito transcendente dos veículos sravaka e pratyekabuddha.

Devemos empenhar-nos para alcançar o objetivo do bodhisattva de simultaneamente beneficiar, libertar e despertar a si mesmo e aos outros. As-

sim que compreendermos que nós e os outros estamos interrelacionados, veremos que beneficiar os outros é também beneficiarmo-nos a nós. Ao libertarmos os outros seres sencientes, também nos libertamos a nós. Os ensinamentos dos cinco veículos estão interrelacionados da mesma forma e o produto da sua relação é o Budismo Humanista. O seguinte exemplo ilustra este ponto:

Supõe que estás em Kaohsiung, uma cidade no sul de Taiwan e que desejas ir de comboio para a capital, Taipei, no norte da ilha. À medida que viajas de sul para norte irás passar por inúmeras cidades, Tainan, Taichung e Hsinchu, antes de chegares a Taipei. Apesar de não teres que sair em todas estas paragens, deves passar por elas no teu caminho para Taipei. Do mesmo modo, enquanto devemos «passar» pelos ensinamentos do veículo humano, veículo celestial, veículo sravaka e veículo pratyekabuddha, podemos manter o veículo bodhisattva como nosso destino e objetivo. Esta é a unificação do Budismo Humanista dos cinco veículos.

2. OS CINCO PRECEITOS E AS DEZ AÇÕES SAUDÁVEIS

Quais são os exemplos concretos que o Budismo pode oferecer à sociedade? De fato, a sociedade pode beneficiar dos ensinamentos do Budismo, até mesmo os ensinamentos dos cinco preceitos, por si mesmos, podem trazer a paz para o mundo.

Os cinco preceitos são para evitarmos matar, evitarmos roubar, evitarmos de má conduta sexual, evitarmos mentir e evitarmos consumir intoxicantes. Não matar significa respeito pela vida dos outros; Se não usurparmos o direito dos outros viverem, então podemos apreciar a liberdade da vida. Não roubar significa não atentarmos contra a propriedade dos outros; Assim poderá haver liberdade na prosperidade. Não cometer uma má conduta sexual é mostrar respeito pelo corpo e honrar a integridade dos outros, permitindo todos gozarem de dignidade e liberdade. Não mentir é não impugnar a reputação de outros e assim o nome de ninguém é caluniado. Não consumir intoxicantes e estimulantes é evitar magoarmos mental e fisicamente mantendo-nos de magoar também os outros.

Se um indivíduo é capaz de manter os cinco preceitos então o caráter dessa pessoa e a moralidade estão bem fundamentados. Se uma família consegue manter os cinco preceitos, o caráter e moralidade da família está em boa ordem. Se todos numa organização, sociedade ou nação conseguem manter os cinco preceitos, então essa nação será estável, pacífica e próspera.

Se fossemos visitar uma prisão irias ver que todos os encarcerados violaram os cinco preceitos de uma forma ou de outra. Por exemplo, aqueles que cometeram um assassinio, homicídio involuntário ou assalto agravado, violaram o preceito contra matar. Aqueles culpados de corrupção, apropriação ilícita ou roubo, violaram o preceito contra roubar. Pornografia, adultério, poligamia, violação, rapto e prostituição são exemplos da violação do preceito contra a má conduta sexual. Empreender fraudes, intimidação e calotes em empréstimos é a violação do preceito contra mentir. Além de banir o álcool, o preceito contra intoxicantes também inclui heroína, cocaína e outras drogas ilegais que podem ter um efeito adverso na nossa mente, assim como danificar a nossa capacidade cognitiva, levando-nos a atos inconscientes.

Se todos mantivessem os cinco preceitos, as prisões estariam vazias.

Hoje em dia, alguns Budistas tratam o Budismo como uma religião popular. Eles curvam-se perante Buda e oram por longevidade, fortuna, uma família feliz, fama e saúde. No entanto, se nos mantivermos nos cinco preceitos, poderemos aproveitar grandes bênçãos até mesmo sem as pedir. Se não matarmos mas ao invés protegermos a vida, como podemos não ter longevidade? Se não roubarmos mas ao invés formos generosos, como poderemos não ser afortunados? Se não cairmos em má conduta sexual mas ao invés respeitarmos, como pode uma família não ser harmoniosa? Se não mentirmos mas ao invés formos honestos, como podemos não ter um bom nome? Se não nos intoxicarmos mas ao invés olharmos através do corpo, como podemos não ter uma boa saúde? Os cinco preceitos podem ter um grande impacto no indivíduo, na comunidade e na nação.

O que é o Budismo Humanista? A prática dos cinco preceitos e das dez ações saudáveis. As dez ações saudáveis são uma extensão dos cinco preceitos: Nas nossas ações, não matar, roubar ou empreender má conduta sexual. No nosso discurso,

não falar desonestamente, com rispidez, de forma separatista ou falar por falar. Nos nossos pensamentos, não ser ganancioso, furioso, nem manter visões erradas. No Budismo, o desenvolvimento da visão correta é chamado de o estudo da sabedoria, o objetivo final do qual despertamos a nossa verdadeira natureza. Os cinco preceitos e as dez ações saudáveis são ferramentas para nos ajudar a alcançar o nosso objetivo.

3. AS QUATRO IMENSURÁVEIS

As quatro imensuráveis são gentileza, compaixão, alegria e equanimidade. Quando consideramos estes estados mentais, não precisamos de olhar ainda mais longe para ver porque o Budismo perdeu o seu vigor. Ainda não praticamos os ensinamentos e perdemos o contato com o Dharma. O Buda ensina a bondade e compaixão. Quantos de nós realmente são bondosos e compassivos? O Buda ensina a alegria e a equanimidade. Quantos de nós realmente são alegres e equânimes? Quer sejamos laicos ou monásticos, se não praticarmos o Dharma, como poderemos ser diferentes de outras pessoas?

Em chinês temos um ditado onde «cada família tem Amitabha, cada casa tem Avalokitesvara.» Quase todas as famílias chinesas têm uma imagem do Bodhisattva Avalokitesvara em sua casa. Porque? Porque Avalokitesvara é o bodhisattva da compaixão e a compaixão é bem-vinda em todas as casas. A compaixão ganha o respeito de cada um e vence o coração de outros.

Eu não sei quando o Budismo tomou tais sombras de pessimismo. Alguns Budistas, no momento que se vêm uns aos outros, dizem algo como «A vida é sofrimento! Tudo é impermanente!». Mas o Budismo é felicidade no carácter e alegria no espírito. Os ensinamentos falam de felicidade sem limites, infinita compaixão e nós Budistas temos a responsabilidade de partilhar isto com o mundo.

Quando Buda falou do sofrimento como a primeira nobre verdade, foi porque Buda quis que reconhecêssemos a causa do sofrimento para que pudéssemos nos libertar da ilusão e pudéssemos alcançar a felicidade. Não devemos parar na compreensão de que a vida é sofrimento. Buda ensinou-nos que todos os fenómenos são impermanentes. A impermanência é na verdade bastante maravilhosa pois torna a mudança possível. Por

causa da impermanência, o mau pode tornar-se bom, a adversidade pode tornar-se facilidade e a má sorte pode tornar-se em fortuna. É por causa da impermanência que o destino não está irrevogavelmente determinado. A nossa tarefa como bodhisattvas é a de espalhar as sementes da alegria de forma a que todo o mundo possa escutar o Dharma e todos possam ter uma vida de bem-estar, paz e alegria.

Por vezes a prosperidade que vem de uma economia florescente não alivia, necessariamente, o sofrimento. Mais dinheiro, mais posses podem, por vezes, significar mais complicações. A alegria do Dharma é a felicidade que vem da mente despreocupada e serena. Frequentemente, a prática religiosa vem da ganância: As pessoas rezam aos bodhisattvas e deuses pela paz, fortuna, família feliz, longevidade e para ter o número da lotaria. Este tipo de fé tem falha na maturidade espiritual. Devemos basear a nossa fé no dar. Praticar uma religião é contribuir, fazer sacrifícios e trabalhar para o benefício de outros. As quatro imensuráveis de bondade, compaixão, alegria e equanimidade, são realizadas no espírito do Budismo Humanista de dar e beneficiar os outros.

4. AS SEIS PERFEIÇÕES E AS QUATRO FORMAS DE ENTREGA

Buda ensinou-nos a cultivar as seis perfeições de doação, moral, paciência, diligência, concentração meditativa e sabedoria, e as quatro formas de compreender, doação, boas palavras, empatia e altruísmo. Estas são parte do Budismo Humanista e são relevantes para as nossas interações no dia-a-dia.

Quando viajei pela primeira vez para os Estados Unidos, para ensinar Dharma, descobri que apesar da América não ser um país Budista, os americanos têm as características do Budismo Humanista e o espírito do bodhisattva. Podemos ver os aspectos das seis perfeições na cultura americana. Sobre o dar: os americanos são muito predispostos a dar. Muitos dão livremente doações à sua igreja. Quando um problema social surge, todos fazem o que podem para ajudar. Não interessa onde se está, os americanos frequentemente sorriem e saúdam de forma calorosa dizendo «Olá! Como estás?» isto também é dar. Um simples sorriso, um curto cumprimento – estas são formas de praticar o dar através da expressão e fala. Estes são apenas

alguns exemplos de como os Americanos integraram o dar na sua vida diária.

Sobre o manter os preceitos, os americanos são muito cumpridores das leis. A América é um país onde as pessoas seguem a lei e não precisamos ir a um tribunal para ver isto.

Quando os americanos se aproximam de uma luz vermelha, mesmo que não haja outro carro ou polícia por perto, eles não passam o semáforo. Se há um sinal de stop, eles não passam a interceção imediatamente, mas param por um momento antes de continuarem. As pessoas fazem também fila de forma ordeira. Uma vez, quando estava no Havai, um grande grupo de turistas, incluindo vários de nós, monásticos que também estavam no grupo, foram observar uma dança de hulha. Quando o empregado nos viu, perguntou a um grupo de pessoas para se deslocar para a sombra de uma grande árvore para que os monásticos se pudessem sentar ali. Sem qualquer protesto, todos o fizeram. Porque? Porque a religião é respeitada na América, assim como as leis e as regras, também aqueles em posições de autoridade são respeitados e obedecidos. Quando tudo está demasiado cheio para os empregados conseguirem orientar

as pessoas, eles simplesmente usam uma corda para regular que pessoas podem sentar. Todos ficam dentro dos limites da corda quer sejam reis, representantes do estado, governadores ou senadores. Porque? Porque a corda simboliza a lei e ninguém está acima disso. A santidade da lei é absolutamente integrada no modo de pensar americano. Todos seguem a lei naturalmente e todos são cumpridores.

Mas, em alguns países em desenvolvimento, nem sequer se pensa em fazer uma fila com cordas. Mesmo que houvesse uma parede, todos queriam procurar uma forma de subir acima dela. Quer o povo de um país obedeça ou não às leis, isso afetará a imagem, o desenvolvimento e a sua prosperidade. Há muito em comum com o seguir a lei e manter os preceitos; O Budismo Humanista é construído em princípios de leis e regulações.

Os americanos são também muito pacientes. A paciência não significa ficar em silêncio quando alguém nos está a gritar ou dar a outra face quando nos batem. Paciência significa assumir a responsabilidade e ter força. Ser paciente é ser proactivo, progressivo, com vontade de fazer sacrifícios e sendo capaz de suportar fardos pesados. Os ame-

ricanos trabalham arduamente, não trabalham? Quando estão em linha, eles não passam à frente. Isto também requer paciência. Quando todos têm paciência a sociedade pode ser ordeira.

Todos sabem quão diligentes os americanos são. Os americanos são ambiciosos, dedicados e trabalhadores. Alguns fantasiam que a América é um paraíso onde todos automaticamente são sustentados. Na realidade, os americanos são bastante industriais e conscientes. Eles trabalham arduamente e têm muito orgulho e qualidade no seu trabalho. A ética de trabalho americana tem muito de comum com a perfeição de diligência do Budismo. O Budismo define o esforço correto como criar qualidades saudáveis, desenvolver qualidades saudáveis, finalizar as qualidades saudáveis existentes. Os americanos são bem conhecidos pela sua dedicação à pesquisa, à investigação inovadora e por lutarem pelo melhor. É por isto que a América é uma potência mundial.

Podemos também encontrar exemplos de concentração meditativa no estilo de vida americano. Ao invés de correr pelas ruas após o trabalho ou escola, os adultos e crianças muitas vezes passam o seu tempo em casa. E quando eles falam, habi-

tualmente usam um tom de voz suave para não incomodar ninguém. Quando usam os transportes públicos, frequentemente estão relaxados e serenos, como se estivessem em meditação.

Alguns dizem que das seis perfeições, os americanos têm a falta de sabedoria. Dizem que se lhes venderem seis coisas que custam dois dólares cada (o total é, claro, doze dólares), que os americanos demoram um pouco de tempo para descobrir qual a totalidade. Ao invés de multiplicar seis coisas por dois dólares cada, eles adicionam dois mais dois mais dois, assim sucessivamente até chegar a doze. Não devemos, no entanto, pensar que os americanos são mais lentos ao fazer estes cálculos mentais; é que os chineses são avarentos, por vezes demasiado avarentos para o seu próprio bem. Os americanos são muito metódicos ao calcular. Eles podem parecer lentos com os números, mas na verdade eles estão a seguir as regras para que um seja um e dois sejam dois. Eles são muito precisos na ciência e na pesquisa tecnológica e muito fidedignos em tudo o que fazem.

Eu não estou a tentar dizer que a lua é maior na América ou algo parecido. Estas observações são apenas baseadas nas minhas visitas lá. O que me

pergunta é porque Taiwan, um país que promove o Budismo Mahayana, tem tantas pessoas que são miseráveis, snobs, egoístas, irresponsáveis e indelicadas? Porque só olham para si mesmas? Assim, as ideias do Budismo Humanista devem propagar-se em Taiwan. Ao praticar as quatro formas de entrega: dar, boas palavras, empatia e altruísmo, o Budismo começa novamente a tornar-se relevante na sociedade contemporânea. Os cinco preceitos podem estabilizar a sociedade, as seis perfeições podem servir como fundações fortes para o país e as quatro formas de entrega podem ser uma fonte de bem para todos nós.

5. CAUSA, CONDIÇÃO, EFEITO E CONSEQUÊNCIA

No exército, alguns jovens recrutas podem questionar os seus oficiais dizendo «eu alistei-me no ano passado, ao mesmo tempo que ele. Agora ele é sargento e eu ainda sou praça? Temos as mesmas qualificações e alistámo-nos ao mesmo tempo. Porque não fomos promovidos ao mesmo tempo?».

Tais pessoas deviam saber que na lei de causa, condição, efeito e consequência, «condição» está

entre «causa» e «efeito». Quando as condições são diferentes, os efeitos são diferentes. Por exemplo duas flores: se a uma lhe é dada um pouco mais de água e fertilizante, se é plantada num solo mais rico, apesar de as duas flores serem nutridas da mesma forma pelo sol, elas crescerão de forma diferente. As causas, de duas flores, podem ser da mesma variedade, mas devido às condições diferentes, o efeito não será o mesmo.

Algumas pessoas queixam-se sobre a sua vida e condenam o mundo como sendo injusto, criticando a família e os amigos. Mas se tais pessoas olhassem mais cuidadosamente as suas próprias causas e condições iriam descobrir a fonte dos seus problemas. Por exemplo, na situação do soldado ao olhar para a promoção, poderia descobrir que foi deixado para trás por algo de inapropriado que disse. Suponhamos que duas pessoas estão a competir pela mesma promoção: enquanto uma pode ser mais qualificada, outra alcança a promoção por causa da força das suas condições. Ele pode ter prestado um grande serviço, ter dito a coisa correta ou aceite uma grande responsabilidade num momento crítico.

O Budismo ensina-nos a melhorar as nossas

condições a tornar as conexões com os outros positivas. É dito comumente que «Antes de nos tornarmos um Buda devemos cultivar primeiro boas relações com os outros». Cada grão de arroz é o culminar de muitas causas e condições e devemos apreciar cada uma delas.

De manhã, os jornais são entregues em casa. À noite, muitos programas de televisão trazem-nos diversão e informação sobre as notícias locais e os eventos mundiais. Aprendemos a apreciar o trabalho dos outros? Imagina a visão limitada e a vida monótona se estas coisas não estivessem disponíveis. Causas e condições permitem-nos ligar aos outros por todo o mundo. O esforço e contribuições de muitos providenciaram-nos estas conveniências e nós devemos valorizar estas causas e condições. Como podemos pagar a bondade daqueles que nos providenciaram com tão boas condições? Podemos aprender a ter gratidão e aproveitar a riqueza e satisfação da vida em qualquer lado, a qualquer hora.

A lei da causa, condição, efeito e consequência é verdadeiramente profunda e muitas vezes mal compreendida. Algumas pessoas entoam o nome do Buda Amitabha, mas no momento que um pro-

blema surge, eles culpam o Buda Amitabha por não ter cuidado deles. Tais pessoas lamentam «eu fui enganado e agora estou na bancarrota. Porque Amitabha não me protegeu?» Ou «eu não consegui ganhar dinheiro algum na banca, onde está o poder de Amitabha?» ou «apesar de ser vegetariano, estou com pouca saúde. Porque o Buda Amitabha não é mais compassivo?».

Qual é a ligação entre recitar o nome de Buda ou ser vegetariano, com saúde, riqueza e longevidade? Não nos devemos confundir com o que são causas apropriadas e os seus efeitos. Se uma pessoa planta sementes de melão, como pode esperar colher feijões? Recitar e manter uma dieta vegetariana está no reino da causa e efeito da religião e moral. Acumular grande riqueza está no domínio da causa e efeito da economia. Porque as pessoas atribuem todos os seus problemas à religião? Muitas pessoas estão confusas sobre a relação entre causas e efeitos particulares e assim não compreendem como causa e efeito funcionam.

O Sutra Nagasena Bhiksu contém a seguinte história: uma vez viveu um homem que tinha uma árvore de fruta no seu quintal. Um dia, um transeunte agarrou uma fruta da árvore dessa pessoa.

O dono estava perto e exclamou, «hei, como se atreve a roubar a minha fruta?». O transeunte disse «O que quer dizer com a sua fruta? Esta fruta pertence à árvore».

O dono respondeu, «bem, eu fui o que a plantou».

O transeunte respondeu, «Não, não. A fruta que plantou está no chão. A fruta que agarrei está na árvore».

Como se pode dizer que ambas não estão ligadas? Causa e efeito estão sempre interligadas. Quando a causa encontra as condições corretas então surgirá o fruto. Existe um provérbio Budista que diz que «Bodhisattvas temem causas, os seres sencientes temem efeitos». Os bodhisattvas, sabendo que as causas não são para serem encaradas ligeiramente, não criam as causas de forma inconsciente. Os seres sencientes não temem o suficientemente as causas e agem sem pensar, temendo as consequências. No final, tais seres podem cair nas profundezas do inferno com as mais assustadoras consequências.

Na minha cidade natal, Yangzhou, na China, não havia polícia por dezenas de quilómetros e tribunais por centenas de quilómetros, no entanto cri-

mes ou assassínios eram muito raros. No caso de um conflito, as pessoas não lutavam ou discutiam. Ao invés, elas iam a um templo e ambas as partes tomavam um juramento perante os deuses. Todos acreditavam que tal era muito justo. Porquê? Porque acreditamos que a lei da causa e efeito sabe o que é melhor. Mesmo quando não havia forma de apelar, todos tinham uma paz de espírito. Todos sabíamos que a lei de causa e efeito não nos trairia. Como diz o ditado, «Todos os atos, bons e maus, têm consequências; é apenas uma questão de tempo».

Quando Buda era vivo, ele experienciou o fenómeno do envelhecimento, doença, vida e morte, como todos nós. Ele também estava sujeito às causas e efeitos. Esta é uma grande noção, pois à face das causas e efeitos, todos são iguais e nenhum pode escapar a tal. Existe um velho provérbio chinês que diz, «O homem pode tomar vantagem sobre as boas pessoas, mas o céu não o faz. O homem pode temer as pessoas más, mas o céu não o faz». Num contexto budista, «céu» é a lei da causa e efeito. Causa e efeito são sempre justas e equitativas. Os Budistas devem esforçar-se para estabelecer o conceito de causa e efeito pois é muito científico e

racional. Se todos acreditássemos em causa e efeito serviria como policia, guia e lei a cada pessoa.

6. CHAN, TERRA PURA E MADHYAMAKA

Os ensinamentos Budistas são vastos e profundos e há muitas fações e escolas. A escola Chan, a escola Terra Pura e a escola Madhyamaka são apenas algumas. O Budismo Humanista abarca todas as escolas e ensinamentos Budistas.

A escola Chan foca-se em meditações. Os grande mestres e patriarcas da escola Chan não praticam meditação para se tornarem Budas mas sim para terem realização. Com tal realização eles podem ser livres e disporem o seu corpo e mente no momento presente, nos afazeres da vida. O que é mais gratificante para um praticante Chan é encontrar a paz do corpo e da mente, o que é frequentemente chamado de «iluminar a mente e ver a verdadeira natureza». Os praticantes de Chan são muito focados na vida deste mundo.

A escola da Terra Pura é similarmente focada. Os praticantes da Terra Pura praticam a atenção ple-

na do Buda Amitabha e recitam o nome de Buda na esperança de alcançar o renascimento na Terra Pura. Com prática inadequada eles não renascerão na Terra Pura, então podem considerar este mundo como um ponto de apoio para desenvolver a sua atenção plena ao Buda Amithaba. Não há um atalho. Quando confrontados com as exigências da sociedade moderna, a prática da Terra Pura pode ser um caminho maravilhoso para acalmar o corpo e a mente. Se praticares ambos métodos Chan e Terra Pura, irás verdadeiramente praticar o Humanismo Budista.

A escola Madhyamaka é uma escola filosófica que postula um «caminho do meio» que é a harmonia entre a existência e o vazio, apontando aos seus adeptos a verdadeira realidade de todos os fenómenos. Alcançar uma profunda sabedoria sobre esta realidade, permite-nos apreciar a felicidade e bênçãos nesta mesma vida. Algumas pessoas prestam demasiada atenção ao mundo material e perdem-se nas demandas mundanas. Outros abandonam este mundo, retiram-se para uma vida solitária nas montanhas e tornam-se cegos ao sofrimento do mundo. Estas pessoas podem ser comparadas com um bocado de madeira seco

ou uma pilha de velhas cinzas. Ambos demasiado apegados e ser demasiado apegado não é saudável pois falta a harmonia do Caminho do Meio.

A escola Madhyamaka ensina que a sabedoria vem de realizar que a harmonia entre os extremos. Este tipo de sabedoria permite-nos conhecer os princípios subjacentes, em ação, em cada situação e a ação apropriada a tomar para lidar com elas. Com a sabedoria do Caminho do Meio, podemos compreender que a existência surge do vazio, pois sem vazio nada poderia existir. Por exemplo, sem o espaço vazio num quarto como nos poderíamos reunir para escutar o Dharma? Sem o espaço vazio, como poderiam todos os fenómenos do universo surgir? A existência pode apenas surgir dentro do vazio.

O Budismo Humanista reconhece que o material e o espiritual são igualmente importantes em vida e assim apela a uma vida que providencie ambos. Existe o mundo externo da ação e existe o mundo interno da mente. Existe o mundo à nossa frente e o mundo atrás de nós. Se sempre insistirmos em mudar cegamente naquilo que está à nossa frente iremos magoar-nos. É importante olhar para traz e olhar para dentro. O Budismo Humanista permi-

te existência e vazio, ter muitas posses e nenhuma posses, comunidade ou solidão. Ao encontrar o Caminho do Meio em todas as coisas, o Budismo Humanista permite as pessoas alcançarem uma vida bela e maravilhosa.

O tipo de Budismo Humanista que advogo pode ser visto nos princípios de trabalho que estabeleci para a Ordem Budista Fo Guang Shan. Eles são:

1. Dar aos outros confiança;
2. Dar aos outros alegria;
3. Dar aos outros esperança;
4. Prestar serviço aos outros.

Eu acredito que tendo vontade de servir os outros, dar aos outros uma ajuda, estabelecer laços amigáveis e dar alegrias são os ensinamentos de Buda.

Colocado de forma simples, o objetivo do Budismo Humanista, como promovido pela Fo Guang Shan é tornar o Budismo relevante no nosso mundo, nas nossas vidas e em cada um dos nossos corações. Simplesmente fecha os olhos e todo o universo está lá, dentro. Podes dizer para ti mesmo, «Todos no mundo podem abandonar-me, mas o

Buda dentro do meu coração nunca me irá abandonar».

Neste mundo dos nossos dias, somos todos sobrecarregados com responsabilidades. Todos sentimos stress dentro das nossas obrigações em casa, trabalho e família. Então como podemos viver uma vida feliz e contente? Se aplicarmos os ensinamentos de Buda no nosso quotidiano, então todo o universo pode ser nosso e podemos ser felizes e estar em paz, em tudo o que fazemos. O Mestre Chan Wumen, escreveu:

A primavera traz as suas flores, o outono a lua cheia brilhante;

O verão tem as suas brisas frescas, o inverno a sua neve.

Enquanto não formos apanhados pelas preocupações mundanas,

Então cada estação é uma estação maravilhosa.

Isto para dizer que quando a mente está sobrecarregada, o mundo também parece limitado, mas quando a mente está livre dos pesos, até uma pequena cama parece vasta e expansiva. Quando es-

tamos verdadeiramente capazes de conter o mundo dentro das nossas mentes, então somos um com todos os seres sencientes e todos os mundos. Com esta atenção, podemos ser contentes, estando à vontade. Isto pode ser alcançando ao aplicar os ensinamentos de Buda na nossa vida. Este é o espírito do Budismo Humanista.

ATIVIDADES DA BLIA PORTUGAL

A BLIA tem uma série de atividades no Templo, para o desenvolvimento pessoal, esclarecimento e estudos sobre Budismo.

- Estudos de Budismo em horário pós-laboral e aos sábados;
- Meditação Ch'an;
- Cerimónia do Chá;
- Aulas de Tai Chi;
- Prática de Caligrafia;
- Cerimónias budistas ao domingo.
- Retiros

Torne-se associado, ajude a prática do budismo em Portugal.

CONTATOS

BLIA – Associação Internacional Buddha's Light de Lisboa
Rua Centieira, nº 35 - 1800-056 Lisboa Portugal

Tel: 218599286

email: ibps.pt@gmail.com

www.facebook.com/bliaportugal

O GHATA DA TRANSFERÊNCIA DE MÉRITO

Que a generosidade, a compaixão,
a alegria e a equanimidade
permeiem todo o universo;

Que valorizem as bênçãos, criem vínculos,
beneficiem o céu e a terra.

Pratiquemos o Chan com pureza,
sigamos os preceitos,
aceitemos tudo com serenidade;

Façamos os Grandes Votos
com humildade e gratidão.



BLIA

**Associação Internacional
Buddha's Light de Lisboa**

Rua Centieira, n.º 35

1800-056 Lisboa Portugal

Tel: 218599286

email: geral2@ibps.pt

www.facebook.com/bliaportugal

