

NIRVANA

Budismo passo a passo





Venerável Mestre Hsing Yun

NIRVANA

Escrito pelo Venerável Mestre Hsing Yun

Traduzido para o português por João Magalhães



© Fo Guang Shan International Translation Center,
todos os direitos reservados

CONTEÚDOS

O que é o nirvana?	5
Uma visão geral do Nirvana	7
Definir o Nirvana	8
Entender o Nirvana	10
Características do Nirvana	12
Vários tipos de Nirvana	15
O Nirvana está enraizado?	20
À vontade em qualquer encontro	25
Em paz com todas as circunstâncias	27
Encontra tranquilidade na natureza de Buda	27
Ensina o Dharma quando surgir a ocasião	28
O caminho para o Nirvana	30
O reino do Nirvana	35
O Ghata da transferência de Mérito	42
Atividades da BLIA Portugal	43
Contatos	44

NIRVANA

O QUE É O NIRVANA?

Embora muitas vezes ouvimos referências ao maravilhoso e alegre estado do nirvana, a maioria de nós não tem a menor ideia do que realmente é o nirvana. Algumas pessoas até confundem o nirvana como um eufemismo para a morte.

Alguns ascetas consideram o nirvana simplesmente como uma aniquilação ou dissolução. Eles dizem: “O término do corpo físico e a exaustão do mérito de alguém é o estado do nirvana”. A Escola Sautranika também considera o nirvana como a dissolução dos cinco agregados.

Um texto particular do Theravada diz: “O Nirvana é a exaustão completa dos agregados, como um incêndio que tudo queimou ou ventos que param”. Essas visões do nirvana são unilaterais e talvez até possam levar ao engano, na realidade, nirvana e aniquilação são tão diferentes quanto o dia e a noite.

Todos nós lemos uma vez ou outra a história do príncipe Siddartha a meditar sob a árvore bodhi. Compenetrado na meditação, ele olhou para o céu estrelado e, num lampejo de discernimento, viu a verdadeira natureza das coisas e tornou-se um Buda totalmente iluminado. Este despertar para as verdades da vida e do universo é o que chamamos de nirvana. Ele viu através da dualidade do eu versus eles, transcendeu a limitação do tempo e do espaço e entrou no reino ilimitado do dharmakaya.

Por que devemos preocupar-nos com o nirvana? Se pararmos e avaliarmos as nossas vidas, veremos que a existência humana é limitada em termos de tempo e espaço. A vida dura não mais do que algumas décadas, e o corpo geralmente não cresce mais que um metro e oitenta. O Nirvana liberta-nos de tais limitações e permite-nos romper a concha da ilusão. No nirvana, a vida permeia todo o espaço, “atravessa os três reinos da existência e abrange as dez direções”.

No nirvana, a vida pulsa a toda a hora, “estende-se da antiguidade ao presente sem mudanças, vive através de uma miríade de kalpas e é para sempre nova”. Nesse estado, “a mente abrange todo o universo, atravessando reinos tão nume-

rosos quanto grãos de areia”. Quando vemos que o eu e o mundo material ressoam em harmonia e quando entendemos o eu e o outro como um, então não há impulso para o ciúme, nem espaço para o ódio ou para a discriminação.

Simplificando, ao redescobrir a nossa natureza original, habitamos no nirvana e somos mais uma vez capazes de ver através da dualidade de sujeito versus objeto e a limitação do tempo e espaço.

Embora a linguagem humana e o cérebro humano sejam limitados, dificilmente propícios à compreensão do nirvana, devemos, no entanto, tentar entendê-lo. Nas próximas páginas, começaremos com uma visão geral do nirvana, falaremos sobre os fundamentos do nirvana, como ele pode ser realizado e, finalmente, como é o domínio do nirvana.

UMA VISÃO GERAL DO NIRVANA

A palavra nirvana e a “cessação do sofrimento” das Quatro Nobres Verdades são uma e a mesma. A cessação do sofrimento não significa a aniquilação do sofrimento, significa libertar-se do sofrimento causado pela ilusão da crença na dualidade e na discriminação. Também se refere ao estado

subsequente de bem-aventurança, harmonia e estar à vontade com o mundo ao nosso redor.

DEFINIR O NIRVANA

Existem duas maneiras de definir o nirvana: por negação e por afirmação. Também podemos desenvolver um sentido para o nirvana, observando como ele é explicado nos sutras.

A) Definir o nirvana pela negação - O Dharmaskandhapada define o nirvana apresentando quarenta e três exemplos do que não é o nirvana. Fala do nirvana como sendo “sem forma, sem limite, sem vazão, sem começo, sem apego, sem fim, sem surgir, sem apego...” O Catuhsatya-nirdesa define o nirvana ao usar sessenta e seis formas de negação, como “sem decadência, sem perda, sem igual, sem obstáculos, sem carência, sem paralelo, incomensurável, sem aflição...”

B) Definir o nirvana por afirmação - O Dharmaskandha-pada também descreve o nirvana com cinquenta afirmações, tais como: “realidade absoluta, a outra margem, sendo maravilhoso, sereno, permanente, seguro, essencial, difícil de encontrar...” O Catuhsatya-nirdesa usa quarenta

e seis afirmações para caracterizar o nirvana, como, “libertação, transcendendo tudo, sem paralelo, mais perfeito, puro, definitivo, a verdade, essência...”

C. Outras representações do nirvana - Nos sutras, as seguintes abordagens foram usadas para explicar o nirvana:

1. O Mahaparinirvana Sutra iguala nirvana à natureza de Buda.
2. O Avatamsaka Sutra chama o nirvana da natureza inerente a todos os dharmas.
3. O Sutra de Lótus equipara nirvana ao estado de Buda.
4. O Prajnaparamita Sutra explica o nirvana como a sabedoria que sabe o que o raciocínio não pode conhecer, a sabedoria que vê a natureza de todas as coisas.
5. O Surangama Sutra explica o nirvana como o “fim de todo o raciocínio e o acalmar de todos os distúrbios”.
6. O Vimalakirti Sutra chama o nirvana de “o caminho da não dualidade dos dez estágios do desenvolvimento da mente”.
7. O Srimala-devi-simhanada Sutra descre-

ve o nirvana como o Tathagata-garbha (o local de nascimento de todos os fenômenos) ou a natureza pura e original.

8. A Escola de Budismo Chan chama o nirvana de face original.

Embora todas estas descrições possam ser diferentes, o significado ainda é o mesmo. O que essencialmente dizem é que o nirvana é “a nossa natureza pura e original e o nosso verdadeiro ser original”. O Buda, por meio dos seus ensinamentos, mostra-nos o caminho para nos libertarmos das ilusões e alcançarmos o nirvana redescobrimdo a nossa verdadeira natureza.

ENTENDER O NIRVANA

Em termos mais concretos, os Agamas dão-nos quatro formas de avaliar o nosso progresso em direção à realização do nirvana.

- A. O Nirvana varre a mente da ganância.
- b. O Nirvana varre a mente do ódio.
- c. O Nirvana varre a mente da ignorância, ilusão e dos pontos de vista errados.

d. O Nirvana varre a mente da aflição.

Reserva um minuto e avalia-te para cada um desses critérios. Sê honesto contigo mesmo. Como te avalias? Se não atingires os teus próprios padrões, talvez dupliques os esforços sempre que houver espaço para melhorias.

O Vibhasa Sastra dá uma explicação semelhante do nirvana. Descreve o nirvana como “a erradicação de toda tristeza, a extinção dos três fogos, a separação do apego às três noções e a dissociação de todos os reinos do renascimento”.

Os três incêndios são a ganância, ódio e ilusão. As três noções são a noção de vida e morte, a noção de nirvana e a noção de não discriminação.

Como seres não iluminados, todos tendemos a dotar estas construções de um senso de substancialidade que nos impede de alcançar o nirvana. Ter a noção de nirvana impede-nos de nirvana, mesmo o apego à não discriminação é uma discriminação em si mesma.

Quando o venerável Xuanzang regressou da Índia à China, traduziu o termo nirvana como “completo e sereno”. Completo significa abranger tudo o que existe e sereno refere-se ao estado de ser sereno e imperturbável.

Frequentemente ouvimos as pessoas a falarem sobre a impermanência da vida, mas é nessa mesma impermanência da vida que encontramos a natureza imutável do nirvana.

Também ouvimos budistas a falar sobre o sofrimento neste mundo e o nirvana como a felicidade suprema. Quando dizemos que todo sofrimento está enraizado no conceito de eu, referimo-nos à conotação usual de si mesmo como uma unidade permanente e separada da identidade que existe, independentemente dos outros. Quando falamos do nirvana como a felicidade suprema, ainda estamos a falar de um eu que sente essa felicidade. O eu no contexto do nirvana é o verdadeiro eu e é diferente da conotação quotidiana do eu sobre a qual falamos anteriormente.

Esse eu está fundamentado na unidade e em total harmonia com todas as causas e condições.

CARACTERÍSTICAS DO NIRVANA

Além de definir e entender o significado do nirvana, também podemos desenvolver uma melhor apreciação desse estado de ser por meio de algumas das analogias que foram usadas para caracte-

rizar o nirvana.

A. Comparar o nirvana a uma flor de lótus

- Na literatura budista, há muitas referências a flores de lótus, especialmente na representação da pureza e altruísmo. O lótus começa a crescer no lodo e lama do fundo de um lago; atravessa a água e floresce no ar puro, sem ser manchado pela lama. O Nirvana cresce com as provações e tribulações da vida, mas permanece intocado por elas.

B. Comparar o nirvana com a água

- Como a água, que apaga incêndios físicos, o nirvana apaga os incêndios da ilusão. Assim como a água sacia a nossa sede física, a realização do nirvana elimina a sede do desejo.

C. Comparar o nirvana com um antídoto

- o nirvana é um santuário para os cansados. Como um antídoto, o nirvana neutraliza o veneno da ilusão.

D. Comparar o nirvana com o oceano

- o oceano aceita toda a água, independentemente da sua fonte. O oceano não conhece discriminação. O nirvana é um estado de equanimidade, sem preferência ou aversão. Assim como nunca poderíamos medir completamente a quantidade de água nos oceanos, nunca poderemos descrever completamente o reino do nirvana.

E. Comparar o nirvana com a comida - a comida mantém-nos vivos e saudáveis. Aqueles que atingiram o nirvana estão livres dos ciclos de nascimento e morte. No nirvana, a pessoa está além das limitações da vida humana. Assim como a comida nos livra da nossa fome, a realização do nirvana liberta-nos do sofrimento da aflição.

F. Comparar o nirvana ao espaço - Quando falamos em espaço, não se fala em surgir, subsistir, mudar ou morrer. O mesmo é válido para o nirvana. Uma vez que o nirvana é realizado, nunca podemos cair dele. O reino do nirvana é ilimitado. Não pode ser encontrado em nenhum lugar, mas está em todo o lado.

Não depende de nada, mas é o fundamento de todas as coisas. No nirvana, a pessoa mora no meio de todos os fenómenos e está em harmonia com o universo.

G. Comparar o nirvana a uma joia de valor inestimável - Como uma joia de valor inestimável, o nirvana é radiante e agrada a todos.

H. Comparar o nirvana a um pico de montanha - A firmeza do nirvana pode ser comparada a um pico alto, alcançando o céu, imperturbável

pelos elementos do clima. O Nirvana está no alto, além do alcance de todas as aflições.

VÁRIOS TIPOS DE NIRVANA

A Escola de Budismo Yogacara fala de quatro tipos de nirvana: nirvana de pura natureza original, nirvana com excedente, nirvana sem excedente e nirvana de não-permanente.

O nirvana de pura natureza original é a visão do dharmakaya (corpo da verdade), a verdadeira natureza de todos os fenômenos. Embora a ilusão temporariamente possa impedir-nos de ver o dharmakaya, a sua integridade nunca é comprometida.

O Dharmakaya tem inúmeros aspetos maravilhosos e abrange todas as coisas. Não é o mesmo que todos os dharmas, mas não é diferente. O Dharmakaya é a nossa natureza pura e original. Se olharmos para dentro de nós mesmos, todos podemos ver o dharmakaya.

O nirvana com excedente é alcançado quando alguém ainda está vivo. Nesse caso, a palavra excedente refere-se aos efeitos do karma. O termo

“com excedente” significa que, embora nenhum novo karma esteja a ser criado, os efeitos do karma passado não foram totalmente extintos. Devido à presença do corpo físico, ainda se sentem os vários efeitos da fome, da temperatura, da doença e do envelhecimento. No nirvana com excedente, ainda é preciso comer quando se tiver fome ou descansar quando se estiver cansado. Mesmo que o corpo continue a experimentar doenças, velhice e morte, a mente não é mais escravizada por esses processos.

Independentemente das circunstâncias, ainda é possível continuar com a vida de uma forma calma e reservada. Isto é o que se entende por nirvana com o excedente. Ainda hoje, existem alguns exemplos vivos de pessoas que atingiram esse tipo de nirvana. Mahakasyapa, um dos grandes discípulos do Buda, é um exemplo. Desde a época do Buda, há cerca de dois mil e quinhentos anos atrás, até ao presente, diz-se que Mahakasyapa ainda está vivo hoje, neste mundo. De acordo com um dos sutras que profetizou a vinda de Maitreya, o Buda instruiu Mahakasyapa a permanecer neste mundo e ser o guardião das suas vestes e esmolas até o Bodhisattva Maitreya se tornar o próximo Buda deste mundo, daqui a 67 bilhões de anos. Pindola, o

Arhat de longas sobancelhas, é outro exemplo de alguém que alcançou o nirvana com excedente. O Buda também pediu que ele permanecesse neste mundo para ensinar o Dharma a seres sencientes após a sua morte. Nas minhas leituras, encontrei três referências a ele ao fazer uma aparição para ajudar as pessoas deste mundo.

O estado de nirvana sem excedente, ou parinirvana, é alcançado quando todos os efeitos do karma são completamente trabalhados e o corpo físico é apenas uma coisa do passado.

Sem a criação de um novo karma, não há uma união dos cinco agregados e nenhum novo resultado do nascimento. Nesse estado, a verdadeira natureza de uma pessoa é “dissolvida” em todos os fenômenos e torna-se uma com o universo. Assim como o açúcar se dissolve na água sem deixar vestígios, a sua presença, embora não seja visível, é indiscutível. Essa total harmonia é resumida no ditado: “O tempo da antiguidade até ao presente não é separado do pensamento atual. A terra sem limites que te separa e eu nada mais é do que a ponta de uma pluma.

Nos Agamas, há uma história sobre um brâmane com o olho divino. Ele podia olhar para alguém e

ver as vidas passadas da pessoa. Quando ele olhava para uma pilha de ossos humanos, ele podia supor com precisão quem era a pessoa e quando ela morreu. Um dia, o Buda apontou para uma pilha de ossos humanos e perguntou se ele sabia a quem eles pertenciam. Ele olhou atentamente para os ossos, mas não tinha ideia da identidade deles. O Buda então explicou aos Brahmacari: “Esta pessoa entrou no nirvana. O seu ser agora está além do tempo e do espaço. Ele está livre da vida e da morte. Ele agora é um com o fenómeno e o númeno. Agora abrange todas as dez direcções e percorre todos os reinos do dharma. É por isso que tu não podes identificá-lo. A partir daí, podemos ver que quem alcançou o nirvana sem deixar resíduos está totalmente livre dos encargos do corpo físico.

O nirvana dos não-permanentes também é conhecido como mahanirvana ou anuttara-samyak-sambodhi. Daqueles que alcançaram o mahanirvana, os sutras dizem: “Pela sabedoria, não se está mais apegado à vida e à morte. Por compaixão, não se está mais apegado ao nirvana.” Eles vêm através do vazio do ciclo de renascimento e reaparecem continuamente neste mundo para guiar os seres sencientes através do mar do sofrimento.

Eles têm tudo, mas não chamam nada de seu. Eles estão sempre ativos a ajudar seres sencientes, mas estão sempre em paz. Eles não estão apegados a nenhuma forma e podem habilmente empregar todos os meios.

A partir da discussão desses vários tipos de nirvana, podemos ver que não é preciso esperar até ao final da vida para entrar no nirvana. Quando o príncipe Sidarta se tornou um buda totalmente iluminado sob a árvore bodhi, ele entrou no reino do nirvana com o restante. Quando o Buda faleceu aos oitenta anos entre duas árvores, ele entrou no nirvana sem deixar restante. Durante os quarenta anos em que o Buda viajou por toda a parte para ensinar o Dharma a todos aqueles com ouvidos dispostos, ele viveu uma vida livre de apego. Este tipo de vida que é com propósito, mas sem fixação de propósito, é livre e tranquila. Este é o reino do nirvana do não-permanente.

O NIRVANA ESTÁ ENRAIZADO?

Geralmente dizemos que vivemos neste mundo ou moramos nesta ou naquela casa, mas podemos realmente dizer onde moramos no nirvana?

Segundo os sutras, diz-se que aqueles que entraram no parinirvana se tornam um com o vazio. Alguns de vocês podem achar isso assustador e pensar que vazio significa extinção ou aniquilação. Não precisas ter medo do vazio, não significa aniquilação. O vazio permeia todo o espaço e está sempre presente em todas as coisas. No nirvana, a pessoa está fundamentada no vazio - sem nenhum lar ainda em casa em todos os lugares.

O Imperador Tang Shunzong, certa vez, perguntou ao Mestre de Chan, Foguang Ruman, sobre o paradeiro de Buda depois dele entrar no parinirvana. O imperador perguntou:

“De onde o Buda veio?

Depois do nirvana, para onde foi o Buda?

Como dizemos que o Buda está sempre presente neste mundo,

Onde está o Buda agora?

O Mestre Chan respondeu:

“Na verdade, o Buda veio.

Após o nirvana, na verdade o Buda foi. O dharma-kaya preenche todo o espaço;

Vive sempre em mentes não iludidas.

O pensamento restaura o sem pensamento;

O apego retorna ao não-apego. [O Buda] chega pelo bem dos seres sencientes;

Parte para o bem dos seres sencientes. Claro e puro como o oceano; Profundo e sempre presente.

O sábio deve contemplar e não ter dúvidas.

O imperador, ainda em dúvida, perguntou:

“O Buda, nascido num palácio,

Morreu e entrou no nirvana, entre duas árvores. Ensinou neste mundo ao longo de quarenta e nove anos;

No entanto, declarou que não falava de nenhum Dharma.

Montanhas, rios e vastos oceanos, Céu, terra, sol e lua,

Haverá um tempo em que eles cessarão. Quem

pode dizer que eles não estão sujeitos a nascimento e morte?

Eu ainda tenho algumas perguntas; Sábio, por favor, explique.

Ao tentar usar a lógica e o raciocínio mundanos para entender o nirvana, o imperador não conseguiu entender como o dharmakaya pode estar sempre presente. O Mestre de Chan novamente explicou:

“A natureza de Buda é a verdade. Os iludidos não a entendem. O dharmakaya é como o espaço, não tem nascimento nem morte.

Com as condições certas, Buda apareceu neste mundo;

Quando as condições corretas passaram, o Buda entrou no nirvana.

Alcançando seres sencientes em todos os lugares, [Buda] é como a lua na água. Não permanente e ainda não intermitente; Sem nascimento e sem morte.

Vive, mas nunca nasce;

Entra no nirvana, ainda não cessou. Quando a mente vê o vazio,

Não há Dharma para falar.”

Como o espaço, o dharmakaya do Buda é totalmente completo, sem surgir ou cessar. Como homem neste mundo, ele estava vinculado pelos processos de nascimento, velhice, doença e morte, mas o dharmakaya do Buda é sem surgir ou cessar. O Buda histórico surgiu desta natureza para nos ensinar o Dharma e o caminho da libertação do ciclo de renascimento. Quando as causas e condições aconteceram, o Buda regressou à verdade da qual ele veio. Dharmakaya, assim, ir e vir - nada é acrescentado ou retirado. Sem apego, a verdadeira natureza do Tathagata é eternamente inteira. O nirvana é um reino livre de apegos. Se alguém tem algum apego, não pode realizar o domínio do nirvana.

Na história budista chinesa, há uma história de um Mestre de Chan, altamente cultivado, com o nome de Jin Bifeng. Segundo a história, ele quase regrediu no seu cultivo por causa de um único apego. Ele podia deixar de lado todos os seus desejos, exceto o amor pela tigela de esmolas em jade. Antes de entrar no samadhi, ele certificava-se que a sua tigela de esmolas havia sido cuidadosamente guardada antes de poder descansar a mente.

Um dia, quando o seu tempo de vida estava a chegar ao fim, o rei Yama enviou vários dos seus mensageiros para reivindicar a vida do mestre. Como o mestre Chan pôde prever a sua morte, ele entrou em profundo samadhi. Os mensageiros do submundo não podiam fazer nada além de esperar que ele saísse da meditação. Depois de esperar alguns dias, apresentaram um plano. Sabendo que o mestre Chan apreciava muito a sua tigela de esmolas, obtiveram-na e começaram a mexer nela com toda a força. Quando o mestre de Chan ouviu o barulho, imediatamente saiu do seu samadhi para tentar impedir que a tigela se partisse. Quando os mensageiros de Yama viram a oportunidade, bateram palmas e disseram: “Bom, agora tens que vir connosco”. Quando o mestre de Chan percebeu que a sua determinação estava prestes a ser testada, ele agarrou a tigela de jade e lançou-a ao chão, partindo-a em pedaços. Então reentrou em samadhi, deixando este versículo ao fazê-lo:

Para alguém reivindicar a vida de Jin Bifeng,

As cadeias devem primeiro ser capazes de vincular a vastidão do espaço.

Se o espaço puder ser algemado,

Então podes vir reivindicar Jin Bifeng.

Naquele exato momento, ele entrou no nirvana. A partir daqui, podemos ver que, para entrar no nirvana, é preciso deixar de lado qualquer fragmento de apego e ilusão. Quando não somos apanhados em fenómenos mundanos, estamos em paz em todas as circunstâncias.

Enquanto dizemos que temos que deixar todo o apego para entrar no nirvana, isso não significa que devemos tornar-nos indiferentes, ou que devemos romper todos os relacionamentos com os outros, pois o nirvana não pode ser alcançado fora da vida quotidiana. O Sutra do Diamante diz: “Que surjam intenções sem nenhum apego”. Como levamos uma vida mundana sem apego? Permite-me discutir esta questão com os quatro pontos a seguir.

À VONTADE EM QUALQUER ENCONTRO

O sexto patriarca da escola Chan, Huineng, exemplifica esse tipo de vida. Depois de receber a túnica e a esmola como símbolo da passagem da linhagem do Quinto Patriarca, ele escondeu-

-se daqueles que queriam contestar a sua legitimidade. Ao longo de quinze anos, viveu entre um grupo de caçadores. Todos os dias ia com eles caçar. Sempre que via animais a serem apanhados nas armadilhas armadas pelos caçadores, tentava secretamente libertá-los. Sempre que tinha uma oportunidade, falava com os caçadores sobre a importância da compaixão. Quando regressavam de uma caçada para cozinhar o que mataram, ele entrava na floresta para encontrar folhas e plantas comestíveis para enfeitar a sua refeição comum. Costumava ser provocado por evitar a carne e comer apenas os vegetais. Quinze anos podem parecer muito tempo, mas Huineng não ficou nem um pouco incomodado com a espera, pois ele já havia percebido o nirvana e vivia numa paz pacífica. Embora não tenha sido capaz de ensinar formalmente o Dharma, fez uso de todas as oportunidades para ensinar da maneira que pôde. Embora não tenha observado os preceitos tão estritamente quanto gostaria, encontrou paz ao observar os preceitos da maneira que pudesse.

EM PAZ COM TODAS AS CIRCUNSTÂNCIAS

No Sutra do Diamante, podemos ver como o Buda, depois de atingir o nirvana residualmente, viveu uma vida pacífica e serena. O sutra começa: “Na hora das refeições, o Abençoado vestiu as suas vestes, tomou a sua tigela de esmolas e entrou na cidade de Sravasti. Depois de pedir esmolas, em devida ordem, regressou para onde estava hospedado. Tendo comido, guardou a túnica e a tigela de esmolas, lavou os pés e sentou-se numa postura de pernas cruzadas...”. Superficialmente, estas são as curiosidades da vida, mas se olharmos mais profundamente, podemos ver como o Buda está em paz com todos os aspetos da vida. O totalmente esclarecido, não denegride as demandas da vida. Mesmo tendo atingido o nirvana, ele ainda precisava comer e dormir e fazia-o sem apego.

ENCONTRA TRANQUILIDADE NA NATUREZA DE BUDA

O nirvana é um estado em que se vê através do vazio de todos os fenómenos. Assim, aqueles que

entraram no nirvana não serão perturbados pelas provações e tribulações da vida, pois podem vê-los como impermanentes e vazios na natureza. Eles observam a vida com serenidade, sem se apegar ou desenvolver aversão a qualquer aspecto da vida. No nirvana, eles encontram tranquilidade na natureza búdica. “Quando a mente é pura, a terra é pura.” Eles fazem uma terra pura, mesmo no meio do mar do sofrimento. No Sutra de Vimalakirti sobre este diz-se “viveu a vida de um leigo, mas não estava apegado aos três reinos da existência; vivia com uma esposa, mas sempre praticava a vida pura”. A vida que ele viveu era de fato uma vida sem apego.

ENSINA O DHARMA QUANDO SURGIR A OCASIÃO

Depois do príncipe Siddhartha entrar na iluminação, simplesmente não entrou num nirvana feliz sem resíduos. Ao invés disso, entrou no nirvana com o restante e optou por permanecer no sofrimento do samsara, viajando pela Índia para ensinar o Dharma. No nirvana, não se pensa apenas na própria libertação do sofrimento, mas trabalha-se

incansavelmente para ajudar os outros a se libertarem. Muitos que entraram no nirvana reaparecem neste mundo para ensinar o Dharma a outros.

O Bodhisattva Avalokitesvara é um excelente exemplo de quem age desinteressadamente. O Bodhisattva Ksitigarbha disse uma vez: “Enquanto um ser permanecer no inferno, juro não me tornar um buda”.

Muitas pessoas têm noções preconcebidas de que uma vida de cultivo significa uma vida de solidão e meditação, mantendo um muro de indiferença entre o praticante e os outros. Tal noção é totalmente incompatível com os muitos exemplos mostrados pelo Buda na forma como ele levou a sua vida. Viver uma vida no nirvana significa estar à vontade com todos os encontros, em paz com todas as circunstâncias, encontrar tranquilidade na natureza búdica e ensinar o Dharma quando a ocasião surge.

O CAMINHO PARA O NIRVANA

Antes de nos comprometermos a trabalhar para o nirvana, como podemos saber que existe algo como o nirvana? Esta é, de fato, uma pergunta muito difícil de responder. É como perguntar: “Quanta água existe no oceano e quantas criaturas marinhas habitam nele?”

Tais questões estão além do escopo da razão cotidiana. Da mesma forma, a linguagem humana mundana não é capaz de descrever completamente a maravilha do nirvana, pois o nirvana transcende todos os fenômenos mundanos.

Embora não possamos descrever com precisão o nirvana, podemos, através dos ensinamentos do Buda, gradualmente percebê-lo por nós mesmos. De fato, é dito nos sutras: “Se alguém deseja experimentar o reino búdico, a mente deve ser pura como o espaço”. Embora não possamos “experimentar” o nirvana através dos nossos órgãos sensoriais, não podemos negar categoricamente a sua existência.

Embora o olho humano não veja organismos microscópicos como germes e bactérias, aceitamos, no entanto, o que os cientistas dizem sobre eles.

Os cientistas são especialistas nessas áreas, e nós diferimos sobre o seu julgamento nesses assuntos. Da mesma forma, embora nós mesmos não tenhamos experienciado o Nirvana, podemos aprender com aqueles que o possuem.

O Nirvana não pode ser encontrado em nenhum lugar ou momento. Nesse sentido, o nirvana é como o fogo. O fogo não é algo que existe por si só. É criado quando duas pedras são esfregadas ou quando acendemos um fósforo. Quando prajna e compaixão brilham através da ilusão, o nirvana apresenta-se e veremos em primeira mão que o nirvana existe.

Como podemos entrar no nirvana? Deixa-me oferecer três sugestões:

1. Dizem nos sutras que se praticarmos diligentemente de acordo com os preceitos, todos nós podemos alcançar o nirvana um dia. Os preceitos são como os nossos olhos. Com os nossos olhos, podemos ver independentemente de onde estamos. Com a orientação dos preceitos, podemos experimentar o nirvana independentemente das circunstâncias em que nos encontramos.

2. O Buda ensina que, para alcançar a ilumina-

ção, devemos contemplar continuamente os Três Selos do Dharma: Todos os samskaras (formas e ações deste mundo) são impermanentes, todos os dharmas não têm um eu substancial e o nirvana é uma paz perfeita. Quando realmente entendermos o vazio de todos os fenômenos, veremos as coisas como elas são, sem apego ou aversão por elas. Quando estamos livres de todos os apegos, qualquer agitação que possamos sentir é acalmada. Se pudermos aceitar o que a vida traz com serenidade, chegamos ao estado tranquilo e sereno do nirvana.

3. Para experimentar o nirvana, devemos fundamentar o nosso corpo e mente nas três raízes da aprendizagem: preceitos, concentração e sabedoria. Devemos usar as quatro virtudes abrangentes de dar, falar com bondade, conduta benéfica para os outros e cooperação como meio hábil para ensinar o Dharma. Além disso, devemos integrar as seis paramitas em todos os aspectos das nossas vidas diárias, para que possamos permanecer vigilantes nas nossas mentes e abrir continuamente os olhos para as nossas próprias ilusões.

Quando ouvimos como os outros entraram no nirvana, podemos sentir que não estamos à altura.

Essa atitude derrotista também é uma forma de fixação e é uma visão errada. O Buda ensina-nos que, com esforço diligente, todos podemos tornar-nos iluminados. De fato, precisamos saber que entrar no nirvana não tem nada a ver com quantos anos temos, quão espertos somos ou quanto tempo praticamos.

Aprendemos com os sutras que pessoas com qualquer idade podem entrar no nirvana. Subhadra, o último convertido do Buda, tinha cento e vinte anos quando percebeu o nirvana. No outro extremo do espectro, Sarmanera Kunti, um discípulo de Sariputra, tinha apenas sete anos quando percebeu o nirvana. Entrar no nirvana ou não, depende da nossa maturidade espiritual e não da nossa idade cronológica.

Com os sutras, aprendemos que a realização do nirvana é independente de quão inteligentes somos, mas depende de saber se podemos ou não descobrir a nossa natureza interior de Buda. Este processo de descoberta não exige um certo nível de educação ou capacidade intelectual. Entre os discípulos do Buda, o sábio Sariputra, bem como o lento Ksudrapanthaka, alcançaram o nirvana. Quando prometemos embarcar no caminho para

o estado de buda, devemos ter confiança de que o nirvana está finalmente ao nosso alcance. Enquanto estivermos totalmente comprometidos em praticar o Dharma, um dia veremos as nossas ilusões e alcançaremos o estado de buda.

Perceber o nirvana também é independente de quanto tempo praticamos. A sinceridade da prática é um fator muito mais importante. Entre os cinco homens aos quais o Buda expôs o Dharma logo após alcançar a iluminação, Kaundinya alcançou o nirvana após alguns dias. Ksudrapanthaka, que demorou a aprender, percebeu o nirvana após vinte dias de esforço diligente. Upali alcançou o nirvana enquanto raspava os cabelos do Buda. Quanto a Ananda, ele tinha a responsabilidade de atender ao Buda e isso o impedia de alcançar a iluminação até que o Buda tivesse entrado no parinirvana.

Dos muitos exemplos daqueles que alcançaram o nirvana, podemos ver que a realização do nirvana é independente de fatores ou circunstâncias externas. O Avatamsaka Sutra enfatiza que o nirvana é alcançado pela eliminação de delírios internos e não pelo culminar de fatores externos.

O REINO DO NIRVANA

O nirvana é a libertação total do sofrimento. Aqueles que realizaram o nirvana experimentam uma alegria sem paralelo que flui de dentro. Até o modo como os iluminados se comportam reflete a serenidade interna. Simplesmente por estarem na presença deles, outros também podem partilhar dessa felicidade sem limites. Com os sutras, aprendemos que quando Maudgalyayana viu Sariputra, recentemente iluminado, ficou impressionado com o seu esplendor e orientação. Perguntou: “Sariputra, pareces excepcionalmente radiante - puro como um lótus recém-florescido, digno como o sol quente e pacífico como uma brisa suave. Encontrei a saída do ciclo de renascimento? Sariputra sorriu gentilmente e acenou com a cabeça.

Muitos anos depois, quando Sariputra entrou no parinirvana, o seu aluno Kunti ficou pesaroso. Com lágrimas a escorrer e o nariz a escorrer, agarrou o monte de ossos do seu professor e foi ver o Buda. O Abençoado consolou-o dizendo: “Agora que o teu professor entrou no parinirvana, achas que o mérito do teu cultivo também desapareceu com a sua morte?”

Kunti respondeu: “Não”.

“Correto. Enquanto o teu professor está agora livre de todo o sofrimento, o teu mérito vive para sempre. Não há motivo para chorar.

Quando Kunti o escutou, imediatamente entendeu o que o Buda ensinava. Olhou para o viver e morrer sob uma luz totalmente diferente. O importante não é o corpo físico, pois o corpo representa o acúmulo de karma e, como tal, vive e morre. O importante é o ser da iluminação, sem causa e atemporal, iluminando a escuridão que envolve os seres sencientes e iludidos.

Os sutras também falam do estado destemido do nirvana. Havia um bhiksuni que foi mordido por uma cobra venenosa enquanto meditava numa caverna. Quando os seus discípulos viram o que aconteceu, a primeira reação foi procurar ajuda médica. O bhiksuni disse calmamente: “Não há necessidade de procurar ajuda. O veneno espalhou-se por todo o corpo. Poderias pedir a Sariputra que viesse aqui para que eu pudesse falar com ele antes de morrer?”

Quando Sariputra chegou, ficou muito surpreso ao encontrar o bhiksuni com uma aparência tão

boa como sempre. Ele disse: “Pareces estar cheio de saúde, não como alguém que está prestes a morrer. Tens a certeza de que foste mordido por uma cobra venenosa?”

O bhiksuni respondeu: “Eu tenho contemplado o vazio e encontrei a paz no nirvana. A cobra só pode prejudicar o meu corpo, mas não pode perturbar a serenidade do nirvana.

Os Avadanas falam do nirvana como a felicidade suprema. Aqueles que não conseguem compreender o significado do nirvana, pensam que a bem-aventurança do nirvana vem da supressão de todos os desejos. Isso é um grave mal-entendido, como ilustrado pelo diálogo entre o rei Milinda e o monge Nagasena. O rei perguntou: “O Buda ensina que, para realizarmos o nirvana, devemos deixar de lado os prazeres sensoriais. Isso é muito difícil de fazer e causa-me muita dor. Qual é o sentido de realizar o nirvana se ele tirar toda a alegria de viver?”

Nagasena respondeu: “É incorreto equiparar o nirvana à ‘dor’ da abstenção. Quando o Buda nos ensina a evitar a indulgência, é apenas um meio para atingir um fim. Quando se quer aprender uma habilidade, é preciso primeiro ‘penosamente’ praticar o básico dessa habilidade antes de se poder sobressair nela.”

O nirvana é a libertação total do sofrimento. Quando deixamos de lado todo apego e aversão, vivemos em harmonia com tudo o que está condicionado e, ao fazê-lo, acalmamos a agitação que vem com o desejo. O reino do nirvana é sem o surgir, sem o permanecer, sem o apego ao eu fenomenal e sem defeito.

No nirvana, não há surgimento e, consequentemente, cessação e impermanência. Não apenas não há surgimento de fenómenos mundanos, mas também não ocorre em relação à noção de nirvana em si. É o reino da verdade absoluta do Caminho do Meio, sem a dualidade do eu versus ambiente ou pureza versus ilusão. A história a seguir ilustra como frequentemente criamos algo do nada. Era uma vez um comerciante que puxava um carrinho de mercadorias para o mercado. No caminho, o seu carrinho caiu numa vala e não conseguiu puxá-lo, por mais que tentasse. Um transeunte ofereceu-se para ajudar e, entre os dois, conseguiram colocar o carrinho de volta à estrada. O transeunte perguntou ao comerciante: “Agora que te ajudei a tirar o carrinho da vala, como me vais agradecer?”

O comerciante respondeu: “Não há nada que eu possa dar para mostrar a minha gratidão”.

“Bom, dá-me esse ‘nada’”, disse o transeunte.

O comerciante estava num dilema e disse: “Como te posso dar ‘nada’?”

“Tenho a certeza que podes encontrar esse ‘nada’ para me dar.” Da palavra “nada”, a noção de algo surge no transeunte.

Como o reino do nirvana é sem surgir, segue-se que também é sem permanência, mesmo sobre a noção de nirvana.

No nirvana, a pessoa não permanece no nada, pois agora está em todo o universo, em todos os reinos do dharma, na natureza búdica, na vastidão do espaço, assim como na pureza do coração e da mente.

No nirvana, não há apego ao eu fenomenal. Para realizar o nirvana, é preciso primeiro ver que esse ser que chamamos de eu nada mais é do que a acumulação de karma, como tal, é impermanente e não existe independente dos outros. Quando nos livramos dessa fixação que temos sobre nós mesmos, podemos experimentar a grande libertação do altruísmo. Do desinteresse, podemos encontrar o nosso verdadeiro eu.

Esta verdadeira natureza do eu é a nossa natureza atemporal de Buda. Com os sutras, aprendemos

sobre um certo diálogo entre o Buda e um cético que o queria testar.

O cético perguntou: “Abençoado, eu gosto de tudo o que disseste até agora, exceto a parte sobre a abnegação. É um conceito assustador demais para eu aceitar. O Buda respondeu: “Mas dentro do desprendimento, encontrarás um verdadeiro eu”. O verdadeiro eu a que o Buda se referiu aqui é, obviamente, a nossa natureza de Buda. Quando percebemos a nossa própria natureza búdica, somos privados da ilusão de ver o corpo físico como permanente e existindo independentemente. Quando vemos a natureza de Buda como o nosso verdadeiro eu, somos como um pedaço de ouro que recupera o seu brilho após a purificação.

O Nirvana é sem defeito, é muito maravilhoso e perfeito. A serenidade e a alegria experimentadas no nirvana não são algo que possa ser descrito em palavras. Dito isto, também é algo que todos nós podemos experimentar e está disponível para nós a qualquer altura. Havia um bhiksu que meditava quando um praticante de uma tradição diferente passou por ele. Perguntou ao bhiksu: “Estás sentado aqui a cultivar a felicidade para a tua próxima vida?” O bhiksu respondeu: “Não, estou a cultivar

a felicidade para esta vida, aqui e agora.” A partir disto, podemos ver que o nirvana não é algo que só pode ser experimentado após a morte. O instante em que extinguimos os fogos da ilusão é o instante em que experimentamos o nirvana.

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.*

ATIVIDADES DA BLIA PORTUGAL

A BLIA desenvolve uma série de atividades no Templo, para 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 Centeira, nº 35
1800-056 Lisboa Portugal

Tel: 218599286
email: geral2@ibps.pt
www.facebook.com/bliaportugal

