

**S.N. Goenka nas
Nações Unidas**



Vipassana Research Institute

Vipassana Research Institute
Dhamma Giri, Igatpuri-422 403
Maharashtra, India

□ 2003 por Vipassana Research Institute
Todos os direitos reservados

Primeira edição: 2003

Segunda edição: 2004

Primeira edição em português pelo Comitê de Traduções Vipassana do Brasil: 2012

ÍNDICE

1. Paz interior para a paz mundial

4

Palestra proferida na Cúpula do Milênio pela Paz Mundial, em 29 de agosto de 2000, no Salão da Assembléia Geral das Nações Unidas.

2. Buda: o supercientista da paz

7

Palestra proferida por ocasião da comemoração do Reconhecimento Internacional do Vesakha, em 29 de maio de 2002, nas Nações Unidas.



Paz interior para a paz mundial

Paz interior para a paz mundial

No final de agosto de 2000, Goenkaji participou da Cúpula Mundial do Milênio pela Paz - reunião na qual participaram 1.000 líderes religiosos e espirituais de todo o mundo. Foi realizada na Organização das Nações Unidas, sob o patrocínio do Secretário Geral Kofi Annan. O objetivo da assembléia foi o de promover a tolerância, fomentar a paz e promover o diálogo inter religioso. Tendo em vista que muitos pontos de vista diferentes estavam sendo representados, a possibilidade de haver grandes desacordos era forte. Goenkaji, durante sua apresentação aos representantes, tentou enfatizar o que há em comum entre eles e todos os caminhos espirituais: o Dhamma universal. Seus comentários foram recebidos com repetidos aplausos.

Amigos, líderes do mundo espiritual e religioso:

Esta é uma ocasião maravilhosa para todos nos unirmos e servir à humanidade. A religião é religião somente quando une; quando nos separa, não é nada.

Muito já foi dito aqui sobre a conversão, tanto a favor quanto contra. Longe de opor-me a ela, sou a favor, mas não da conversão de uma religião organizada para outra. Não, a conversão deve ser do sofrimento para a felicidade. Deve ser da escravidão para a liberdade. Da crueldade para a compaixão. Esta é a conversão necessária hoje em dia, e é isso que esta reunião deve tentar realizar.

A antiga terra da Índia deixou uma mensagem de paz e de harmonia ao mundo, a toda a humanidade, mas fez mais do que isso: deu um método, uma técnica para alcançar a paz e a harmonia. Parece-me que, se quisermos paz na sociedade humana, não podemos ignorar os indivíduos. Sem paz na mente dos indivíduos, não entendo como poderá haver paz real no mundo. Se tiver uma mente agitada, sempre cheia de raiva, ódio, ressentimento e animosidade, como poderei gerar paz ao mundo? Não posso, porque eu mesmo não tenho paz. É por isso que pessoas iluminadas disseram: “Primeiro encontre a paz dentro de ti mesmo.” Cada um deve examinar se existe realmente paz em seu interior. Todos os sábios, os santos e os profetas do mundo aconselharam: “Conhece-te a ti mesmo.” Isso significa não apenas conhecer intelectualmente, ou aceitar no plano emocional ou devocional, mas sim compreender através da experiência real. Quando se experimenta a verdade sobre si mesmo, dentro de si mesmo, no nível de experiência, encontra-se a solução para os problemas da vida.

Começa-se a compreender a lei universal, a lei da natureza, ou, se preferir, a lei de Deus Todo-Poderoso. Esta lei é aplicável a todos e a cada um: quando gero raiva, ódio, má vontade, ou rancor, serei a primeira vítima da minha raiva, serei a primeira vítima do ódio ou da animosidade que gerei em meu interior. Antes de qualquer coisa, prejudicarei a mim mesmo e - só então - posso começar a prejudicar os demais. Esta é a lei da natureza.

Se observar meu interior, perceberei que, tão logo surgir uma negatividade na mente, haverá uma reação física, meu corpo se aquecerá e começará a arder, haverá palpitações e tensão: sentir-me-ei infeliz. Quando gerar negatividade dentro de mim e me tornar infeliz, não guardarei esse sofrimento para mim mesmo, mas o distribuirei aos outros. Faço com que toda a atmosfera ao redor de mim se torne tão tensa que qualquer pessoa que entrar em contato comigo também se tornará infeliz. Mesmo que eu fale de paz e de felicidade, o que estiver realmente acontecendo dentro de mim é mais importante do que as palavras que diga. Quando a minha mente estiver livre de negatividade, a lei começará a funcionar de novo. No momento em que não houver negatividade na mente, a natureza - ou o Deus Todo-Poderoso – começará a me recompensar: sentir-me-ei em paz. Isso também posso observar dentro de mim.

Qualquer que seja nossa religião, tradição ou nacionalidade, quando alguém violar a lei da natureza e gerar negatividade na mente, estará condenado a sofrer: a própria natureza estabelecerá o castigo. Aqueles que violam as leis da natureza começam a sentir o sofrimento do fogo do inferno em seu interior aqui e agora. A semente plantada neste momento será uma semente do fogo do inferno e o que os esperará após a morte, nada mais é do que o fogo do inferno. Da mesma forma, de acordo com a lei da natureza, se mantiver a minha mente pura, cheia de amor e de compaixão, usufruirei o reino dos céus dentro de mim, aqui e agora. A semente que plantei terá como fruto o reino dos céus após a morte. Não faz diferença se eu chamo a mim mesmo de hinduista, muçulmano, cristão ou jainista: um ser humano é um ser humano, a mente humana é a mente humana.

A conversão necessária é a da impureza da mente para a pureza da mente. Esta conversão muda as pessoas de maneiras maravilhosas. Não se trata de mágica nem de milagres, esta é a pura ciência da observação da interação entre a mente e matéria dentro de nós mesmos. A pessoa examina a maneira como a mente influencia o corpo material e como o corpo afeta a mente. Através da observação paciente, a lei da natureza se torna tão clara: sempre que alguém gerar negatividade mental, começará a sofrer, e quando alguém estiver livre de negatividade, desfrutará paz e harmonia. Esta técnica de auto-observação pode ser praticada por todos e cada um de nós.

Nos tempos antigos, a técnica foi ensinada pelo Iluminado na Índia e, de lá, se espalhou por todo o mundo. Hoje em dia, pessoas de diferentes comunidades, tradições e religiões vêm para aprender esta técnica e obtêm o mesmo benefício. Eles podem continuar a chamar-se hinduistas, budistas, muçulmanos ou cristãos. Esses rótulos não fazem a menor diferença: um ser humano é um ser humano. A diferença é a de que, com a prática, eles se tornam pessoas verdadeiramente espirituais, cheias de amor e de compaixão. O que estiverem fazendo será bom para eles e para todos os demais. Quando alguém gera paz na mente, toda a atmosfera em torno dessa pessoa fica impregnada com a vibração da paz, e qualquer pessoa que entre em contato com ela também começará a desfrutar de paz. Esta mudança mental é a verdadeira conversão de que se necessita. Nenhum outro tipo de conversão faz sentido.

Deixem-me ler uma mensagem de boa vontade da Índia para o mundo. Gravadas na pedra há 2.300 anos, estas são as palavras do imperador Ashoka “o Grande”, um governante exemplar que explica como governar. Ele disse: “não se deve honrar somente a própria religião e condenar outras religiões.” Esta é uma mensagem importante para os nossos tempos. Ao condenar os outros e insistir que sua própria tradição é a melhor, criam-se dificuldades para a humanidade. Ashoka continua: “Em vez disso, devemos honrar as outras religiões por diversas razões.” Toda religião digna de seu nome tem uma essência saudável de amor, de compaixão e de boa vontade. Deveríamos honrar a religião por causa desta essência. A forma externa sempre difere: há muitas

variações nos ritos, nos rituais, nas cerimônias e nas crenças. Não discutamos sobre isso, em vez disso, demos importância à essência interior. Ashoka diz: “ao fazer isso, contribuimos para o crescimento da nossa própria religião e também servimos às religiões dos outros. Ao agir de outra forma, cavamos o túmulo de nossa própria religião e prejudicamos também as outras religiões.”

Esta é uma séria advertência para todos nós. A mensagem diz: “aquele que honra a sua própria religião e condena as outras religiões pode fazer isso por devoção à sua própria religião ao pensar ‘glorificarei a minha religião’, mas as suas ações ferem sua religião ainda mais profundamente.”

Finalmente, Ashoka apresenta a mensagem da Lei Universal, a mensagem do Dharma: “Que todos ouçam! A concórdia é boa, as disputas não. Que todos estejam dispostos a ouvir as doutrinas professadas pelos outros!” Em vez de discordar e de condenar, demos importância à essência do ensinamento de cada religião, então haverá paz de verdade, harmonia de verdade.



Buda: o supercientista da paz

Buda: o supercientista da paz

Na época de Vesakha- dia da lua cheia de maio, Goenkaji foi convidado à sede da Organização das Nações Unidas para proferir uma palestra de abertura durante a Comemoração do Reconhecimento Internacional do Vesakha, que honra o nascimento, a iluminação, e o falecimento do Buda.

O evento foi organizado pela Missão Permanente da União de Mianmar junto das Nações Unidas, em 29 de maio de 2002. Os embaixadores das Missões Permanentes do Sri Lanka, do Camboja e de Mianmar, falaram brevemente antes da palestra de abertura de Goenkaji.

A palestra foi proferida no auditório da Biblioteca Dag Hammerskold diante de uma platéia formada por embaixadores, dignatários e membros das Nações Unidas, veneráveis monges e alguns meditadores de Vipassana. A palestra, que (abordou, mostrou) colocou o ensinamento do Buda histórico sob uma perspectiva moderna, foi muito bem recebida por toda a audiência.

Veneráveis monges e amigos amantes da paz:

Agradeço às Nações Unidas e aos organizadores desta magnífica comemoração de Vesakha, especialmente às delegações de Mianmar e do Sri Lanka, pela oportunidade que me foi dada para poder dirigir-me a esta distinta assembléia.

Eu me sinto muito triste quando vejo o que está acontecendo no mundo. O homem tornou-se o inimigo do homem. Não há qualquer inimizade pessoal, matam-se pessoas só porque pertencem a uma seita ou a uma comunidade, a um grupo étnico ou a um determinado país. Tal é o nível de crueldade, que uma pessoa mata outros seres humanos mesmo que inocentes, inclusive mulheres e crianças indefesas. A tecnologia moderna torna terrivelmente devastadora esta trágica violência, talvez a pior da história da humanidade. Portanto, hoje mais do que nunca, precisamos de uma mudança básica a fim de proteger a humanidade contra estes crimes hediondos e desumanos, decorrentes das emoções negativas.

O mundo está assolado pela doença do ódio, da ansiedade e do medo. Precisamos do remédio de um médico extraordinário. O Buda foi um grande médico da paz e da felicidade. Seus ensinamentos de paz e de harmonia são tão relevantes hoje quanto eram vinte e seis séculos atrás, quando pôs em funcionamento a Roda do Dhamma, a Roda da Paz. Na verdade, é muito mais relevante hoje. Estamos aqui reunidos esta noite para homenagear os ensinamentos desta pessoa de destaque na história da humanidade. Vejamos como o seu ensinamento elimina as emoções negativas que são a raiz da violência cruel e como estas podem ser transformadas pela compaixão positiva. Na maioria das vezes, a fé cega e o forte apego às nossas próprias opiniões geram negatividade que, por sua vez, produz essas atrocidades.

Entrei em contato com o ensinamento do Buda quando recebi meu primeiro curso de Vipassana em minha terra natal, a Birmânia. Lembro-me de que, antes do início do curso, meu

professor me deu um livreto (uma brochura) para ler. Começava com uma citação de um sermão do Buda aos *Kālāmas*.

O Buda aconselha:

Não aceite algo:

- porque já o ouviu muitas vezes;
- porque é tradicionalmente objeto de fé durante gerações;
- porque é aceito por um grande número de pessoas;
- porque está de acordo com suas escrituras;
- porque parece lógico;
- porque está em consonância com suas próprias crenças;
- porque é proclamado pelo seu professor, que tem uma personalidade atraente e por quem você tem grande respeito.

Aceite-o apenas depois de tê-lo entendido por si mesmo no nível da experiência e constatar que é saudável e benéfico para todos. Então, não somente deve aceitá-lo, mas também terá de viver em conformidade com o que prega.

Esta mensagem foi como uma atração magnética. Eu nasci e cresci em uma tradição diferente, onde me ensinaram a aceitar as palavras das escrituras e do professor, sem questionar. Na idade de trinta e um anos, estas foram as primeiras palavras do Buda com que me deparei. Fiquei encantado ao lê-las.

Esta foi talvez a primeira proposta para a liberdade de pensamento na história humana. Ficou claro que não há margem para a crença ou para a fé cega nos ensinamentos do Iluminado. Decidi dar-lhe uma chance justa com uma mente aberta, aceitando a verdade à medida que a experimentava. Enquanto percorria o caminho, a experiência diária me convencia de que isto é racional, pragmático e científico. Não há necessidade de qualquer aceitação cega. Não havia dúvida, já que aceitava a verdade só depois de tê-la experimentado, tal como me havia sido recomendado. Também aprendi que cada passo no caminho é universal e não sectário; isso me deu muita confiança.

Ao final do curso de dez dias, constatei que o ensinamento era completamente voltado para resultados. Achei muito benéfico física, mental e espiritualmente. Portanto, o aceitei de todo coração e continuei caminhando pela trilha, como ensinado pelo Iluminado.

Depois de uns quinze anos, fui autorizado pelo meu professor a ensinar cursos de Vipassana na Índia e em todo o mundo. Centenas de milhares de pessoas de diferentes países, pertencentes a diferentes seitas e a tradições alcançaram os mesmos bons resultados. O ensinamento atrai pessoas de todos os âmbitos, porque o julgam completamente não-sectário e orientado para resultados.

O ensinamento: o Dhamma

As qualidades do caminho dado pelo Buda são:

1. *Svākkhāto*:- É simples e bem definido capaz de permitir a qualquer pessoa praticá-lo sem qualquer tipo de confusão na mente.

2. *Sandiṭṭhiko*:- Cada passo se baseia na realidade do momento presente. Não há qualquer imaginação, qualquer especulação, qualquer auto-sugestão ou qualquer sugestão externa.
3. *Akālika*:- Cada passo dá resultados saudáveis, aqui e agora, nesta mesma vida. Não se desperdiça qualquer esforço no caminho.
4. *Ehi-passiko*:- O ensinamento o convida a vir e testemunhar por si mesmo, a experimentar a verdade por si mesmo.
5. *Opaneyyiko*:- O caminho é reto; cada passo que se dá, o aproxima cada vez mais da meta final da libertação de todo o sofrimento.
6. *Paccattaṃ veditabbo viññūhī'ti*:- Qualquer pessoa sensata e racional de qualquer comunidade pode experimentar a verdade interior por si mesma.

Quando continuamos a caminhar na trilha e experimentamos as palavras do Buda, se torna cada vez mais claro que o ensinamento não está destinado a converter pessoas de uma religião organizada para outra. O ensinamento em si não é uma religião organizada. Pode ser praticado por todos.

Quando lemos as palavras do Buda, os comentários e subcomentários, é surpreendente descobrir que, através da literatura, as palavras “budismo” e “budista” estão conspicuamente ausentes: o Buda nunca usou tais palavras. Durante vários séculos, seus seguidores tampouco usaram tais palavras. Ele chamou seu ensinamento de Dhamma, que significa *a lei, a verdade*. Ele chamou seus seguidores de *Dhammi, Dhammaṭṭho, Dhammiko, Dhammacāri, Dhammavihāri* etc. Nas línguas indianas, a palavra para definir “budismo” ou “budista” é *Bauddha*, uma palavra sem equivalente na vasta literatura pāli.

Se a palavra “budismo” é usada para os ensinamentos do Buda, acaba limitando-se a uma determinada comunidade, mas o Dhamma é ilimitado- *appamāṇo Dhammo*. Não é para uma determinada comunidade ou religião. É para todos. Todos sabemos que a palavra “budismo” ganhou adeptos e é fácil de usar. Há também muitos que a usam e entendem que a estão usando para o Dhamma universal ou Dharma.

O Nobre Caminho Óctuplo

Entendamos o que é o ensinamento do Buda. É o Nobre Caminho Óctuplo. A trilha é nobre, no sentido de que qualquer pessoa que caminhar por ela de forma diligente, tornar-se-á uma pessoa nobre, uma pessoa santa, uma pessoa de coração puro.

O Nobre Caminho Óctuplo está dividido em três partes.

A primeira é *sīla*-moralidade que se resume como:

Sabba pāpassa akaraṇaṃ

Abster-se de qualquer ação pecaminosa. Isto é, abster-se de todas as ações nocivas, físicas ou vocais que prejudiquem outros seres e perturbem sua paz e sua harmonia.

A segunda parte do caminho é *samādhi*: concentração saudável da mente em um ponto, resumido em:

Kusalassa upasampadā

Realizar ações saudáveis com base em uma mente saudável e concentrada.

A terceira parte é *pañña* – sabedoria ou conhecimento, resumida em:

Sacittapariyodapanam

Purificar a totalidade da mente mediante o desenvolvimento da própria sabedoria.

Estas três práticas são o ensinamento de todos os Budas do passado e serão o ensinamento de todos os Budas do futuro. É por isso que se diz:

Etam Buddhāna sāsanaṃ

Este é o ensinamento de todos os Budas.

O ensinamento prático do Buda

Viver uma vida de moralidade é o ensinamento de todas as religiões. É a essência, o coração de todos os ensinamentos espirituais; mas o Buda não estava interessado em apenas proferir sermões sobre como viver uma vida moral. Ele nos ensinou a dar o próximo passo importante de *samādhi*- o domínio sobre a mente, para o qual é necessário um objeto de concentração. Existem muitos objetos através dos quais se pode treinar a mente. O próprio Buda deu muitos objetos e, destes, um dos mais populares é a própria respiração. Ele o chamou *Ānāpānassati*- o desenvolvimento da faculdade da consciência na inspiração e na expiração. A respiração é comum a todos os seres humanos, independentemente da comunidade a que pertençam. Ninguém pode se opor à prática da consciência da respiração. Como pode a respiração rotular-se como muçulmana ou hinduísta ou cristã ou judia ou budista ou jainista ou sikh ou parsi, caucasiana ou africana ou asiática, masculina ou feminina?

Ānāpānassati nos obriga a permanecer atentos à respiração na área abaixo das narinas e acima do lábio superior. É a concentração em um único ponto no meio do lábio superior- *uttaroṭṭhassa vemajjhappadese*.

À medida que a mente se concentra nesta pequena área, tornar-se-á cada vez mais afiada, cada vez mais sensível. Depois de apenas três dias de prática, começamos a sentir sensações físicas nesta parte do corpo. Em seguida, passamos para o próximo treino de *pañña*- sabedoria ou compreensão.

Observamos sensações em toda a estrutura física, desde o topo da cabeça até a ponta dos dedos dos pés. Ao fazermos isto, percebemos que as sensações estão intimamente relacionadas com o que acontece na mente. Torna-se claro que cada vez que praticarmos uma ação insalubre, geraremos uma impureza de um tipo ou outro na mente. Antes de matar, geramos um ódio imenso. Antes de roubar, geramos ganância. Antes de nos perdermos na má conduta sexual, geramos imensa paixão. Não podemos ferir os outros sem antes ferir a nós mesmos - *Pubbe hanati attānaṃ, pacchā hanati so pare*.

As negatividades como raiva, ódio, desejo, má vontade, inveja, egoísmo e medo tornam uma pessoa infeliz, sofredora e violenta. Tornamo-nos agitados e, quando estamos agitados, não limitamos essa agitação a nós mesmos, mas começamos a distribuí-la para os outros, começamos a

prejudicar os outros na sociedade. Damos-nos conta dessa lei da natureza dentro da moldura do corpo e da mente.

Na superfície, alguém pode parecer feliz ao praticar ações prejudiciais, mas a situação real é como a de um carvão incandescente coberto por uma espessa camada de cinzas *bhāsmacchannova pāvako*. Estamos queimando por dentro por causa das negatividades mentais e, no entanto, ignoramos completamente o que está acontecendo em nosso interior.

Isto é *avijjā, moha*- ignorância. Para o Buda, a ignorância não é a falta de conhecimento de alguma crença filosófica, mas a falta de conhecimento do que está acontecendo dentro de nós. Não entendemos como nos tornamos infelizes por causa deste véu de ignorância. Ninguém quer permanecer infeliz e, contudo, continuamos a ser infelizes porque continuamos gerando *taṇhā*-avidez e aversão - o tempo todo, continuamos a reagir às sensações. Quando a ignorância é removida, à medida que começarmos a olhar dentro de nós mesmos, perceberemos: “olhe, estou gerando infelicidade para mim mesmo ao gerar *taṇhā* em resposta a essas sensações. Quando elas são agradáveis, gero avidez e quando são desagradáveis, gero aversão. Ambas me fazem infeliz. E olhe, agora tenho a solução: ao compreender a natureza transitória das sensações e manter a equanimidade com relação a elas, não haverá *taṇhā*, não haverá nem avidez nem aversão. O velho padrão de comportamento da mente começará a mudar e começarei a sair do sofrimento.” Isto é *vijjā* ou sabedoria, segundo o Buda. Nada tem a ver com qualquer crença filosófica ou sectária. É a verdade sobre a própria felicidade e sobre o próprio sofrimento, que todas as pessoas poderão experimentar dentro de si, quando trilharem o caminho.

As Quatro Nobres Verdades não são um dogma filosófico, são realidades autênticas pertinentes a mim mesmo e que começo a experimentar dentro de mim. São Nobres Verdades somente quando começarmos a experimentá-las, e é assim que começaremos a nos converter em uma pessoa nobre.

Quando trabalhamos com as sensações, estamos trabalhando nas profundezas da mente. Independentemente do que surja na mente, estará acompanhado de sensações no corpo- *Vedanā-samosaraṇā sabbe dhammā*. Mesmo o pensamento mais efêmero que surja na mente, estará acompanhado de por uma sensação no corpo- *Vedanā-samosaraṇā saṅkappavitakkā*. Esta foi uma grande descoberta do Buda.

Outra grande descoberta do Buda foi a de que geramos *taṇhā* em resposta às sensações. Isto era desconhecido pelos outros professores antes da época do Buda, na época do Buda ou depois do Buda. Os professores antes do Buda e na época do Buda continuavam a aconselhar as pessoas a não reagir aos objetos sensoriais que entram em contato com as portas sensoriais: os olhos com o objeto visual, o nariz com o cheiro, o ouvido com o som, e assim por diante. Eles ensinavam: “Quando os objetos dos sentidos entrarem em contato com os seus sentidos, não reaja julgando-os como bons ou maus, não reaja com avidez nem com aversão.” Este ensinamento já existia. No entanto, o Buda disse que, na verdade, você não está reagindo a esses objetos. Ele deu o exemplo de um touro preto e de um touro branco (um representando as portas sensoriais e o outro os objetos sensoriais) atados um ao outro por uma corda. Nem o touro preto nem o touro branco é a amarra; a corda é a amarra. O Buda disse que a corda de *taṇhā* é a amarra, e que geramos *taṇhā* (avidez ou aversão) em resposta à *vedanā* (sensações) - *vedanā paccayā taṇhā*. Esta foi a grande descoberta do Iluminado. Ele se tornou uma pessoa iluminada graças a esta descoberta.

Havia muitas outras pessoas que diziam que não se deve reagir aos objetos sensoriais. Mas elas não se tornaram Budas. Havia professores que ensinavam que não devemos gerar nem *lobha* (desejo) nem *dosa* (aversão).

O Buda explicou que haveria *lobha* e *dosa* enquanto houvesse *moha* (ignorância); por isso, aconselhou-nos a sair de *moha*. E, o que é *moha*? *Moha* é a ignorância. *Moha* é *avijjā*. Você não sabe o que está acontecendo em seu interior. Você não conhece a verdadeira causa de *lobha* nem de *dosa*. Você é ignorante. Como sairá da ignorância? Ataque a raiz do problema e saia do sofrimento ao trabalhar com as sensações.

Enquanto não estiver consciente das sensações, você ainda continuará lutando contra os objetos externos, pensando “isso é ruim” ou “isso não é ruim.” Continua trabalhando na superfície. Você pensa no touro preto ou no touro branco como a causa da amarra. Na verdade, as amarras são a avidez e a aversão que geramos em resposta às sensações. Um alcoólico acha que é viciado em álcool. Na realidade, é viciado nas sensações que sente quando ingere álcool.

Quando observarmos as sensações de maneira objetiva, começaremos a sair da ignorância. Ao compreendermos a natureza impermanente das sensações, geraremos *pañña* em resposta à *vedanā*. Esta é a lei da natureza. *Dhamma niyāmatā* é a lei por trás da ordem natural dos fenômenos. Havendo ou não um Buda, *Dhamma niyāmatā* permanecerá eterna.

O Buda disse:

*Uppādā vā tathāgatānaṃ anuppādā vā tathāgatānaṃ,
ñhitāva sā dhātu dhammatthitā dhammaniyāmatā idappaccayatā.
Taṃ tathāgato abhisambujjhati abhisameti.
Abhisambujjhitvā abhisametvā ācikkhati deseti paññāpeti paṭṭhāpeti vivarati vibhajati uttānikaroti.
‘Passathā’ti cāha.’*

Ele disse: “Vivenciei esta lei da natureza, a Lei da Origem Dependente dentro de mim e, depois de tê-la experimentado e compreendido, então a proclamo, a ensino, a esclareço, a estabeleço e a mostro aos outros. Só depois de tê-la compreendido por mim mesmo, a declaro.”

Esta é a arrojada afirmação de um supremo cientista. De maneira análoga, quer haja quer não haja Newton, a lei da gravidade continua sendo válida. Newton a descobriu e a explicou para o mundo. Da mesma forma, com Galileu ou não, o fato de que a Terra gira em torno do sol ainda é verdadeiro.

Sentir as sensações é o ponto crucial a partir do qual poderemos tomar dois caminhos que seguem direções opostas. Se continuarmos reagindo cegamente às sensações agradáveis e desagradáveis, multiplicaremos o nosso sofrimento. Se aprendermos a manter a equanimidade com relação às sensações agradáveis e desagradáveis, começaremos a mudar o padrão de hábito no nível mais profundo e começaremos a sair do sofrimento. As sensações são a raiz. Enquanto negligenciarmos a raiz, a árvore venenosa voltará a crescer, mesmo que seu tronco seja decepado.

O Buda disse:

*Yathāpi mūle anupaddave daḷhe,
chinnopi rukkho punareva rūhati;
Evampi taṇhānusaye anūhate,
nibbattati dukkhamidaṃ punappunaṃ.*

Assim como uma árvore com raízes intactas e seguras,
apesar de cortada, volta a brotar;
ainda assim, enquanto a avidez latente não tiver sido desenraizada
o sofrimento ressurgirá novamente.

Foi assim que este supercientista descobriu que temos de trabalhar na raiz da mente para nos libertar completamente das impurezas mentais. Cada indivíduo deve despedaçar de vez as raízes de *taṇhānusaya*.

Quando a floresta inteira estiver seca, cada árvore deve ser nutrida, a doença de suas raízes eliminada, para, e em seguida, ser regada. Só assim, toda a floresta voltará a florescer. Da mesma forma, para que a sociedade melhore, cada indivíduo tem que melhorar. Para que a sociedade se torne pacífica, cada indivíduo terá de se tornar pacífico. O indivíduo é a chave.

Para que o mundo se torne pacífico, cada país ou sociedade deve se tornar pacífica. Aqui eu gostaria de voltar citar uma exortação muito importante feita pelo Buda deu ao povo da República de *Vajjian* dos *Licchavis*. O Buda deu-lhes as seguintes instruções práticas que tornariam os *Licchavis* inexpugnáveis:

- Enquanto mantiverem a sua unidade e se reunirem regularmente, serão invencíveis.
- Enquanto se reunirem na unidade, crescerem unidos e desempenharem suas funções unidos, continuarão a ser invencíveis.
- Enquanto não transgredirem seus antigos princípios de boa governança e o seu sistema de justiça, continuarão a ser invencíveis.
- Enquanto reverenciarem, respeitarem, venerarem e honrarem os mais velhos e prestarem atenção especial às suas palavras, continuarão a ser invencíveis.
- Enquanto protegerem suas mulheres e suas crianças, continuarão a ser invencíveis.
- Enquanto venerarem os objetos de culto dentro e fora de sua república e lhes derem apoio financeiro, continuarão a ser invencíveis.

Naquele tempo, havia também muitas seitas com seus próprios templos e locais de adoração. A sabedoria está em manter todas as pessoas felizes e satisfeitas. Elas não devem ser vítimas de assédio, o que as obrigará a se tornarem inimigas do Estado. Seus lugares de adoração devem receber uma proteção adequada; enquanto os governantes oferecerem proteção e apoio às pessoas santas, continuarão a ser invencíveis.

Este sábio conselho do Buda também é aplicável hoje em dia para manter a paz e a harmonia no mundo. Não podemos ignorar as questões relacionadas à religião, se quisermos ter sucesso em trazer a paz ao mundo.

É o dever de cada governo proteger seus cidadãos de ataques externos e fazer todo o possível para que seu povo e seu território estejam seguros. Enquanto isto estiver sendo feito, devemos ter em mente que tais medidas trarão apenas benefícios a curto prazo. Só a boa vontade e a compaixão

podem eliminar o ódio que está na raiz de todos os atos praticados por qualquer pessoa pertencente a qualquer seita. Na Índia, nos Estados Unidos e em outros países onde são realizados cursos de Vipassana em prisões, já podemos ver como as pessoas mudam. As raízes do terrorismo jazem nas mentes dos terroristas. Temos visto como alguns criminosos duros e violentos transformaram-se durante nossos cursos em prisões. Raiva, medo, vingança e ódio começam a se dissolver, criando uma mente pacífica e compassiva. Primeiramente, pedimos a alguns funcionários da administração da prisão que aprendam Vipassana e, só então, oferecemos cursos para os detentos. Isso dá resultados maravilhosos.

Nos ensinamentos do Buda encontraremos uma ponte que pode unir várias seitas. As três divisões fundamentais dos ensinamentos do Buda - moralidade, concentração da mente e purificação da mente - são a essência de cada religião e de cada caminho espiritual. *Sīla, samādhi e pañña* são os denominadores comuns de todas as religiões. Não pode haver conflito sobre esses três fatores básicos necessários para se viver uma vida benéfica. Toda a ênfase dos ensinamentos do Buda encontra-se na prática destas três premissas, a fim de aplicar o Dhamma na vida real. Este é o cerne de toda religião, e em vez de dar importância a este cerne, continuamos discutindo sobre a aparência, a camada externa, que pode variar nas diferentes religiões.

A história tem mostrado que, sempre que o ensinamento universal, não-sectário do Buda chegou a qualquer lugar ou qualquer comunidade, nunca entrou em conflito com a cultura tradicional. Pelo contrário, tal qual o açúcar que se dissolve no leite, os ensinamentos têm sido assimilados delicadamente para adoçar e para aprimorar a sociedade. Todos sabemos o quanto a doçura da paz e da tranquilidade é necessária no amargo mundo de hoje. Que os ensinamentos do Iluminado tragam paz e felicidade para um número cada vez maior de pessoas, assim tornando as sociedades em todo o mundo cada vez mais pacíficas e felizes.

Qué todos los seres estén en paz.
Que todos os seres sejam felizes.
Que todos os seres se libertem.

