

O verdadeiro refúgio



Meus queridos meditadores,

Venham, vamos nos refugiar no Dhamma. O refúgio no Dhamma é imensamente benéfico. Dhamma é verdade, é a própria lei da natureza, é a lei que se aplica ao mundo inteiro; tudo depende de Dhamma. Cada átomo, cada objeto, o universo inteiro opera com base em Dhamma.

Dhamma é sem fronteiras, infinito e ilimitável. Existe em cada partícula, cada átomo. Penetra tudo, é todo poderoso e supremo. É o supremo senhor do mundo, a própria base do mundo, o controlador do mundo. Dhamma é o verdadeiro refúgio para aqueles que dele necessitam.

Queridos meditadores, sempre que enfrentarem dificuldades na vida, devido a tempestades ou furacões, ou sintam uma sensação de desamparo, aprendam a tomar refúgio em Dhamma nesses momentos. O refúgio em Dhamma traz muito alívio.

Às vezes uma tempestade diabólica na forma de uma guerra, uma fome ou uma epidemia pode ocorrer. Ou ondas imensas podem surgir em um lago plácido, e

essas ondas elevadas silvam para nós como uma cobra venenosa. Ou talvez um redemoinho ameace arrastar todo mundo para o fundo. Nesses momentos, até nossos amigos podem fugir, ou desviar o olhar como um papagaio. Até nossos entes próximos e queridos estão

cupados protegendo suas próprias vidas; todos que estão se afogando buscam alguma coisa na qual se agarrar para se salvar. Todo sentimento de pertencimento desaparece.

Nesses momentos, queridos meditadores, somente o Dhamma nos oferece proteção. O Dhamma se torna nossa âncora, o Dhamma se torna nossa ilha. Refúgio no Dhamma é o verdadeiro refúgio. Quando uma pessoa está fraca e sofrendo, se ela se entregar ao Dhamma e começar a praticar Dhamma com total devoção e sinceridade, então o Dhamma se torna a sua armadura e começa a protegê-la. Dhamma nunca trapaceia, nunca trai nossa confiança, nunca nos derruba. Meditadores, aprendam ao menos a se entregarem ao Dhamma.

Meditadores, eu não falo com base naquilo que ouvi ou li, falo com base na minha própria experiência. Verdadeiramente, um grande alívio é obtido quando você se entrega ao Dhamma, quando toma refúgio no Dhamma.

Mas, tomar refúgio em um Dhamma abstrato é uma tarefa difícil. Fomos habituados a tomar refúgio em uma pessoa com uma forma física. E tal pessoa, seja quem for, aquela pobre pessoa está, por sua vez, presa, sem paz, insegura, precisando de refúgio. Que refúgio pode então oferecer aos demais? Vendo um refugiado buscar refúgio, ele mesmo irá se sentir desamparado. Começará a se perguntar sobre sua própria proteção. Como uma pessoa fraca pode ajudar outra pessoa fraca? Que apoio pode um órfão dar a outro? Como pode um cego mostrar o caminho a outro cego?

Portanto, recorram à ajuda do forte e capaz, embora abstrato, Dhamma. Refugiem-se somente no Dhamma. Mesmo que apenas por um breve tempo, procure olhar dentro de si e se permita adentrar o fluxo de Dhamma. Isso lhe dará muita força e autoconfiança. Estando no fluxo de Dhamma, deixamos de criar novos padrões de hábito. É por isso que surge a oportunidade para nos livrarmos dos velhos padrões de hábito, e as tempestades que surgiram, devido a esses velhos padrões de hábito, começam a perder sua força por conta própria. É desse modo que se toma refúgio em Dhamma.

Observe e veja, ao mesmo tempo, toda vez que enfrentar qualquer dificuldade. Seu futuro será repleto de alegria auspiciosa. Seu entorno será repleto de esperança e energia. Dentro de pouco tempo, toda a sua tristeza começará a se evaporar. Toda a atmosfera será repleta de vibrações benéficas.

Por isso, ó meditadores, venham, vamos tomar refúgio no Dhamma. O refúgio no Dhamma é verdadeiramente benéfico.

Kalyanamitta,
Satyanarayan Goenka

Fonte: Vol. 30, Nr. 4, 8 Abril 2020.

Publicação mensal de Vipassana Research Institute

www.vridhamma.org

Edição especial on-line da Vipassana Newsletter (Boletim Vipassana do VRI)

Texto publicado originalmente no Boletim Vipassana Hindi (VRI) vol.6
nr.12_2.6.1977