

GATSAL

TEACHING



Pensamentos e o Meio ambiente

por
Jetsunma
Tenzin Palmo

A frase inicial do Dhammapada afirma que tudo é precedido pela mente, feito de mente. Vivemos num mundo de pensamento – tudo que percebemos dentro e fora depende de nossa consciência. Sem isso somos como um cadáver. O pensamento não fica restrito ao interior de nossos corpos, mas se irradia em todas as direções, permeando e influenciando sobre o meio ambiente, sobre todas as pessoas que encontramos e sobre o ar que respiramos.

Há alguns anos atrás eu vivi nas colinas próximas a cidade de Assis onde, apesar do ruidoso comércio e das hordas de turistas, existe uma aura de espiritualidade quase palpável que afeta até mesmo os visitantes casuais. Em várias ocasiões eu encontrei pessoas que me relataram, terem tido experiências inesperadas de paz, êxtase ou “insigth” espiritual ao visitarem Assis no seu trajeto entre Roma e Florença. Essas experiências, em muitos casos, mudaram o rumo de suas vidas.

Da mesma forma, muitos buscam santuários de certas igrejas ou templos que parecem irradiar paz e santidade. Através dos tempos, em todos os países pessoas têm buscado a companhia de santos e sábios, porque de sua presença emanam bênçãos e um sentimento de paz mesmo que eles estejam em silêncio. A graça está além de nossa mente conceitual que apreende, e é algo vivenciado no nível mais profundo do ser e pode ser conhecida mas não expressada.

Contrariamente, quando se visita Auschwitz não é necessário o conhecimento de sua pavorosa história para que se sinta acabrunhado pela aflição e desespero que permeiam a atmosfera. Quem nunca experimentou entrar num ambiente onde houve grande pesar e sentir-se varrido por um sentimento de opressão?

Desde o tempo de Buda. Tem sido uma tradição a prática de enviar-se pensamentos de bondade amorosa (maitri) através do universo para todos os seres sencientes desejando que eles estejam bem e felizes. “Seres sencientes”

são qualquer criatura com consciência, sejam visíveis ou invisíveis. Criaturas visíveis incluem não apenas humanos, mas todos os tipos de animais que vivem sobre ou sob a terra, nos céus ou nos oceanos e nos rios. Inclui também o reino dos insetos. Criaturas invisíveis são os habitantes dos vários reinos dos céus, dos infernos, reinos dos fantasmas, espíritos da natureza e assim por diante.

Então ao enviarmos pensamentos de bondade amorosa, incluímos todos os seres deste planeta e de fora dele envolvendo todos os habitantes de outros planetas e de outros reinos da existência. Nesta classificação a vida vegetal não está incluída, mas os espíritos da natureza estão. Isso porque tradicionalmente plantas não eram consideradas como tendo consciência. Todavia as plantas parecem reagir a pensamentos e a palavras. Plantas florescem sob cuidado amoroso num ambiente onde os pensamentos de amor e carinho são enviados a elas, quando alguém fala com elas com amabilidade e da mesma forma irão murchar ou crescer defeituosas quando recebem pensamentos raivosos ou palavras ásperas. Agora, é difícil dizer se quem reage é a planta ou o espírito que a acompanha.

Da perspectiva do Budismo Mahayana, tudo que experienciamos dentro e fora de nós é expressão da mente, isso significa que nada poderemos conhecer que não seja através da mente. Tudo que percebemos através dos sentidos – olhos, nariz, ouvidos, língua, corpo e mente, propriamente dita – depende da consciência. Por exemplo o olho físico enxerga um objeto e este é recebido pela e interpretado pela mente. Onde não há consciência não existe percepção. Isso inclui o sexto sentido da própria mente com seus pensamentos, memórias, conceitos, emoções e o jogo infundável do nosso jogo interno.

Fora essa interação de sentidos, seu objeto e consciência, nada pode ser conhecido, então nos damos conta do quão subjetiva é nossa relação com o universo exterior. Além disso todos já experimentaram o modo como mudanças de humor parecem alterar o mundo que nos cerca. Estamos nos sentindo depressivos e tudo parece cinza e pesado. Se estamos apaixonados o dia mais nublado parece banhado de sol.

Se de fato estamos nadando num mundo de energia mental, faz sentido vermos que essa energia é tão positiva quanto possível. Formas pensamento negativas evocarão respostas negativas tanto dentro quanto fora de nós. Isso

tem repercussões práticas como podemos ver hoje em nosso mundo que se dedica a cultivar as três atitudes venenosas que são cobiça, malevolência e confusão. Se as intenções são as raízes de nossas ações, uma ação motivada por cobiça, por egoísmo não trará paz nem harmonia. Cobiça humana e voracidade combinados com a básica falta de prudência ou responsabilidade têm resultado na trágica situação de nossas constantes guerras e conflitos, devastação ambiental e desequilíbrio nas condições climáticas e daí por diante. Esses desastres originaram-se nas nossas mentes indomadas. Diz um velho dito indiano que o mundo natural, inclusive lavoura, clima, pecuária etc florescem quando as pessoas vivem em harmonia e possuem conduta ética. Doenças, secas, enchentes e outros desastres aumentarão onde houver ruptura na conduta moral de seus habitantes e as leis da natureza já não estejam sendo respeitadas.

Algumas vezes o mundo atual parece embebido em escuridão e ignorância entregue a gratificação e ocupação com os interesses pessoais.

E nunca necessitou tanto e com urgência de sabedoria genuína e daquilo que sua santidade o Dalai Lama chama de responsabilidade universal. Nessa escuridão mesmo uma pequena luz brilhará longe. Nossos pensamentos realmente influenciam o meio ambiente para o bem ou para a doença. Então fica ao nosso critério ver que pelo menos nossa contribuição é positiva. Uma pessoa pode influenciar muitos e realizar muito. Cada um de nós tem a responsabilidade de melhorar nosso entorno e quem quer que tenha contato conosco. Ninguém pode fazer isso por nós. Se cada um de nós tentar com sinceridade desenvolver um bom coração, todos compartilharão do benefício.

Portanto se vivemos dentro do reino da mente, faz sentido criarmos lá um reino pacífico e harmonioso. Se queremos trazer felicidade para nós e para os outros, devemos começar onde estamos. A mente domada traz felicidade enquanto que o oposto traz dor e caos. É bem simples. Mas em última instância a escolha é nossa.