

A VIDA É O QUE É

O Buddhismo na Vida Diária

Sensei Gyomay Kubose



Edições Nalanda, 2015

Belo Horizonte

INTRODUÇÃO

Esta coleção de artigos já se tornou um tesouro pessoal para as muitas pessoas que tiveram a boa fortuna de os lerem. Eles são a obra de um homem que, muitos acreditam, exemplifica o espírito vivo do Buddhismo em todos os seus aspectos de universalidade.

Gyomay M. Kubose é o ministro principal do Templo Buddhista de Chicago, que ele fundou em 1944, ao final do realocamento japonês. Ele foi citado muitas vezes por seu trabalho no campo das relações humanitárias e fraternais, e também foi o recipiente dos maiores louvores no movimento dos escoteiros. Os serviços do reverendo Kubose são continuamente requisitados como palestrante nas universidades do centro-oeste, grupos cívicos e congregações religiosas. Suas muitas realizações são por demais numerosas para mencionar, mas é suficiente dizer que ele é mais conhecido como um dos raros indivíduos, um ser humano completo cujo insight a respeito do verdadeiro significado da vida é extraordinário e incomparável.

GYOMAY KUBOSE

Estes curtos artigos apareceram regularmente no boletim do templo por um longo período, e muitas pessoas pediram-lhe para selecionar alguns a fim de serem publicados no formato de livro, de modo a se poder compartilhar esta atitude maravilhosamente refrescante com outras pessoas.

O que é a Talidade? Ela consiste das coisas como elas são e a vida como ela é. É a verdade como ela é. Talidade é o mundo, livre da artificialidade ou maquiagem. É "Sonomama" em japonês e "Tathatā" em sânscrito. Uma rosa é uma rosa; um lírio é um lírio; e eu sou eu. Esse é o mundo da Talidade!

Ele aponta que a verdadeira felicidade está em nos identificarmos com algo que transcende as meras pulsões instintivas. Que o próprio bem-estar consiste em deixar para trás o indivíduo separado, temeroso e autocentrado com o qual frequentemente nos identificamos, para nos tornar a realidade universal e absoluta. A essência destes artigos é a libertação do apego às exigências e desejos que nos mantêm cativos; e ao eu constricto que ergue um muro protetor de separação entre nós mesmos e outras formas de vida.

As maiores verdades sempre têm sido as mais simples. Tão simples elas são que à primeira vista nos vemos incapazes de captar seu significado real.

GYOMAY KUBOSE

Neste livro, Kubose consegue transmitir a essência do pensamento budhista - da própria vida, com elementos notáveis de simplicidade e clareza, que é a marca de todo grande professor. Ele demonstra a possibilidade de uma vida mental relaxada, serena, perfeitamente clara e harmoniosa. Para aqueles que tiveram a boa fortuna de o conhecerem, sua mensagem é tanto forte quanto clara. O papel da sabedoria transcendental consiste não em condicionar a mente, mas em libertá-la.

William Gilbert

Presidente da American Buddhist Association.



PREFÁCIO DO AUTOR

Por algum tempo já me pedem para publicar no formato de livro os artigos que escrevi nos últimos anos. Entretanto, não tive oportunidade de fazê-lo. A fim de marcar meus 60 anos alguns de meus amigos praticamente me forçaram a publicá-los. O Sr. William Gilbert, presidente da American Buddhist Association, tomou a iniciativa e selecionou os artigos. Em resposta aos desejos de meus muitos amigos, finalmente decidi publicar tais artigos que são como passos honestos de meu crescimento espiritual. Nesta ocasião quero expressar minha apreciação a todos aqueles que me estimularam e me ajudaram a publicar este livro.

Agora que este livro finalmente será publicado, sinto como se meu próprio filho viesse ao mundo. Espero que você estenda sua amizade para este pequeno

GYOMAY KUBOSE

mensageiro de vida; assim, nos encontraremos no mundo daquilo que é como é, e desfrutaremos juntos do valor e da serenidade da vida.

Parece que as pequenas coisas são importantes em nossa vida. De fato, nossa vida é feita de pequenas coisas. Elas fazem a vida brilhar como uma pitada de sal faz a comida ter um gosto melhor, ou como uma gota de óleo faz uma máquina funcionar mais suavemente. Se por meio deste livro você encontrar a alegria e a serenidade, e um significado de vida for descoberto, então o propósito deste livro terá sido realizado.

Gostaria de dedicar este livro ao meu professor mais querido e reverenciado, o falecido Rev. Haya Akegarasu, ao qual toda minha vida é dedicada, pois se não o tivesse encontrado eu não teria encontrado nem o Budhismo nem a mim mesmo. Sinto que vim a este mundo para encontrar meu professor o qual me deu meu nome Gyomay, que significa Brilhante Amanhecer.

G.M. Kubose

22 de fevereiro de 1967

PREFÁCIO PARA A EDIÇÃO BRASILEIRA

Parabéns a Ricardo Sasaki por sua tradução da obra clássica de meu pai, *A Vida É O Que É*. Foi nos anos 80 que pela primeira vez Ricardo-san visitou o Templo de meu pai em Chicago, onde eu fazia parte da equipe de ministros. Pelos últimos trinta anos, nossos caminhos kármicos continuaram a se cruzar e nos mantivemos em contato. Que coisa maravilhosa! Amigos no Dharma são um tesouro precioso na vida. Por meio das traduções de Ricardo-san sinto que uma qualidade universal está sendo acrescentada à obra de vida de meu pai. É como se o sabor dos ensinamentos de meu pai houvesse sido apanhado em um Vento de Dharma e carregado para o resto do mundo. Muito obrigado!

Gasshô,

Koyo Kubose

Coarsegold, California, 2015

GYOMAY KUBOSE



FELICIDADE

Todos os homens, sem exceção, desejam ter uma vida feliz, e trabalham muito para conseguir isso. Conquistar liberdade e igualdade significa, no final das contas, viver uma vida feliz. Muitas guerras foram feitas para conquistar esse prêmio. Parece que toda a história humana é a história da luta para o atingimento da felicidade. Todos os nossos planos são direcionados para esse fim, e todas as nossas energias são gastas para atingir isso. Parece que a felicidade é o último objetivo da vida. Examinemos o que é a felicidade, que todos nós buscamos, e o caminho para a felicidade que todos procuram.

O que é a felicidade? Devemos conhecer claramente o que é o objetivo quando o

GYOMAY KUBOSE

procuramos. Os antigos gregos pensavam que o bem é a felicidade. Mas na idade média e na era moderna, o significado formal de Aristóteles de que o bem é a felicidade foi alterado para um significado mais material de que felicidade é prazer ou ausência de dor. John Stuart Mill diz em seu *Utilitarianism*: “Por felicidade se quer dizer prazer e ausência de dor; por infelicidade, dor e ausência de prazer”. Ele dá diferenças qualitativas do prazer. John Dewey distingue entre felicidade e prazer dizendo que felicidade é permanente e universal, e é um sentimento de todo o ser, enquanto que o prazer é transitório e relativo, e é um sentimento de algum aspecto do ser. Aristóteles diz que o bem do homem, a felicidade, é uma atividade da alma de acordo com a excelência; ou, se houver mais excelências além de uma só, então, de acordo com a melhor e mais perfeita excelência. Spinoza diz que felicidade não é a recompensa da virtude, mas a própria virtude.

Felicidade em sânscrito é chamada de *sukha*. *Sukha* inclui tanto o estado relativamente estático que nomeamos de felicidade, quanto os momentos conscientes de tal estado que a nossa psicologia se refere como sensações agradáveis ou prazerosas. *Sukha* é aplicada tanto à saúde física, bem-estar

GYOMAY KUBOSE

material e beatitude espiritual. No Budhismo a sensação é dividida em três: *sukha*, a felicidade; *dukkha*, a dor; e *adukkhāsukkha*, a sensação neutra. A sensação neutra é idêntica à felicidade, a saber, a felicidade de um tipo mais sutil. Os prazeres e a felicidade que surgem dos cinco sentidos nós chamamos de felicidade dos desejos mundanos. O tipo mais sutil de alegria surge em relação com a prática da meditação, *dhyāna*. No último estágio de *dhyāna*, toda sensação positiva, alegria ou melancolia é fundida na sensação neutra ou indiferença; perfeita clareza da mente é atingida e a ignorância é banida, de modo que a consciência está em completa equanimidade e clareza mental. Sidgwick diz que a felicidade budhista é um hedonismo universalista, pois nem é egoísta nem altruísta. A missão do Buddha não foi apenas de superar o mal, mas atingir o bem e a felicidade de todos os seres: trazer felicidade para si e para os outros. No Budhismo, o esforço na direção de um objetivo é felicidade, quando comparada com os ascetas indianos que sacrificam tudo por um objetivo.

Agora vamos trazer este tema para mais perto de nossa vida diária. Podemos atingir a felicidade de várias maneiras em nossa vida. Entretanto, podemos

GYOMAY KUBOSE

dividi-la em três: física, material e espiritual. Por física quero dizer que alguém é feliz porque é saudável, belo ou bonito. Materialmente, alguém é feliz porque é rico, vive numa bela casa, tem um carro bonito, tem muitas roupas, joias e muita comida boa. Felicidade mental e espiritual relaciona-se com a amizade e o amor. Felicidade é criada quando alguém é homenageado, elogiado, recebe simpatia, conforto, etc.

Essas condições de felicidade dependem de causas externas. Felicidade é atingida ao se ter algo ou receber algo de alguém. Dessa maneira, quando a causa da felicidade se vai ou é destruída, a felicidade também desaparece. Ela está além de nosso controle. Tomemos alguns exemplos. Nossa felicidade física: você é jovem e belo, bonito, saudável e forte. De fato, você é feliz e agradecido. Mas suponha que sofra um acidente e fique aleijado ou doente. Sua felicidade não pode depender de sua saúde. É claro, sua beleza e sua força decairão com a passagem do tempo. Dessa maneira, não se pode depender de saúde, beleza e força como fontes de felicidade real e eterna, embora sejam fatores importantes de nossa felicidade. Devemos atingir um modo de felicidade diferente daquela física, de maneira que possamos

GYOMAY KUBOSE

desfrutar a vida, e sermos felizes e apreciativos mesmo quando estamos doentes, velhos ou aleijados.

Kenko, um famoso sacerdote buddhista e autor de "Tsurezuregusa", disse certa vez: "Não vale a pena ter um amigo que nunca tenha tido a experiência da doença". Uma pessoa tão saudável que nunca tenha ficado doente não entende o significado real da simpatia e da bondade. Alguém que seja tão saudável tende a se tornar teimoso e criar atrito e problemas. Nesse caso, a saúde não é uma fonte de felicidade, mas de perturbações. Também, é evidente que a felicidade material é incerta e não se pode depender dela. Nesta era de ambições, dinheiro é tudo. As pessoas acreditam que o todo poderoso dólar pode comprar tudo e qualquer coisa. Verdade, o dinheiro é muito importante neste mundo consciente do dinheiro. Mas a felicidade que é comprada com dinheiro se esvai quando o dinheiro some. Dinheiro traz felicidade, mas ao mesmo tempo, traz a desgraça. Assim, dinheiro não é o caminho para a felicidade. Um belo carro, uma boa casa, boa comida, roupas finas e outros pertences estão na mesma categoria. Eles são importantes e trarão felicidade, mas não se pode depender deles e são incertos; e muitas vezes

GYOMAY KUBOSE

trazem sofrimento através da destruição, do roubo ou da inveja. Mesmo a felicidade que vem do amor, amizade, simpatia e bondade dos amigos não é algo que de que se possa depender, pois o amor frequentemente se torna ódio, e amigos se tornam inimigos, pois todos são relativos. Felicidade que surge de meios materiais, físicos e mentais é atingida através de causas externas. Essa é a exata razão porque não são confiáveis. Dessa maneira, deveríamos buscar por causas de felicidade que sejam internas ao invés de externas.

O Buddhismo nos ensina a olhar para o centro das coisas, ao invés de olhar ao redor. Devemos olhar para dentro de nós mesmos a fim de ver o que cria a felicidade. Por exemplo, SER AMADO é felicidade, mas AMAR também é felicidade. Ficamos felizes ao receber algo; mas 'dar e compartilhar' também é felicidade. A felicidade do doador é mais permanente e rica que a do recebedor. No espírito da real doação, compartilhamento e amor, não há limite. A felicidade é o amor e o dividir em si mesmos, e não necessariamente o resultado. O real desfrute do trabalho é o próprio trabalho ao invés de o resultado do trabalho. Verdadeira felicidade não é a felicidade que é recebida de fora, mas aquela criada a partir de dentro. As pessoas atuais

GYOMAY KUBOSE

em geral buscam por resultados. Sua atitude é de que se conseguirem algum benefício então agirão; mas se não houver algum lucro, por que fariam alguma coisa? Os buscadores de resultados são buscadores de lucro. Em outras palavras, as pessoas atuais pensam que o fim é mais importante que os meios. Alguém já disse que duas ideologias modernas são representadas por Stalin e Gandhi: o modo de Gandhi é de que os meios são mais importantes que o fim, enquanto que para Stalin, o fim é tão mais importante que ele justifica os meios. Os budistas aprendem que cada passo e cada meio são muito importantes. Todos os meios são em si mesmos um fim. Para artistas, músicos e escultores o trabalho em si é prazer e felicidade, mas para os fazedores de dinheiro o trabalho é apenas um meio para fazer mais dinheiro. Trabalho é dor e sofrimento, e sofrimento deve ser compensado gastando-se dinheiro: esta é a vida moderna. Penso que é algo muito triste viver esse tipo de vida. A pessoa mais feliz e sortuda é aquela que desfruta de seu trabalho enquanto ganha dinheiro.

O verdadeiro caminho para a felicidade é a realização da própria vida. É o desdobrar totalmente de si mesmo. O verdadeiro caminho para a felicidade é o caminho da doação, ao invés

GYOMAY KUBOSE

da felicidade do receber. Devemos encontrar o caminho do amor ao invés do caminho de ser amado. É a vida de sempre dar, amar, compartilhar e desfrutar do trabalho que é sempre criativo e não tem fim, enquanto que outros caminhos de felicidade tornam-se fracassos ou desapontamento. A verdadeira felicidade não é receber - nós a criamos. Se você é infeliz, não culpe os outros ou o seu ambiente. É sua mente, sua atitude, que o faz miserável. Mudar de lugar ou trabalho pode ajudar, mas não é a completa cura para seus problemas e infelicidade. A atitude adequada, e uma mente clara e correta, são o caminho para a felicidade.

Adquira seu exemplar aqui: <http://goo.gl/x4daxG>