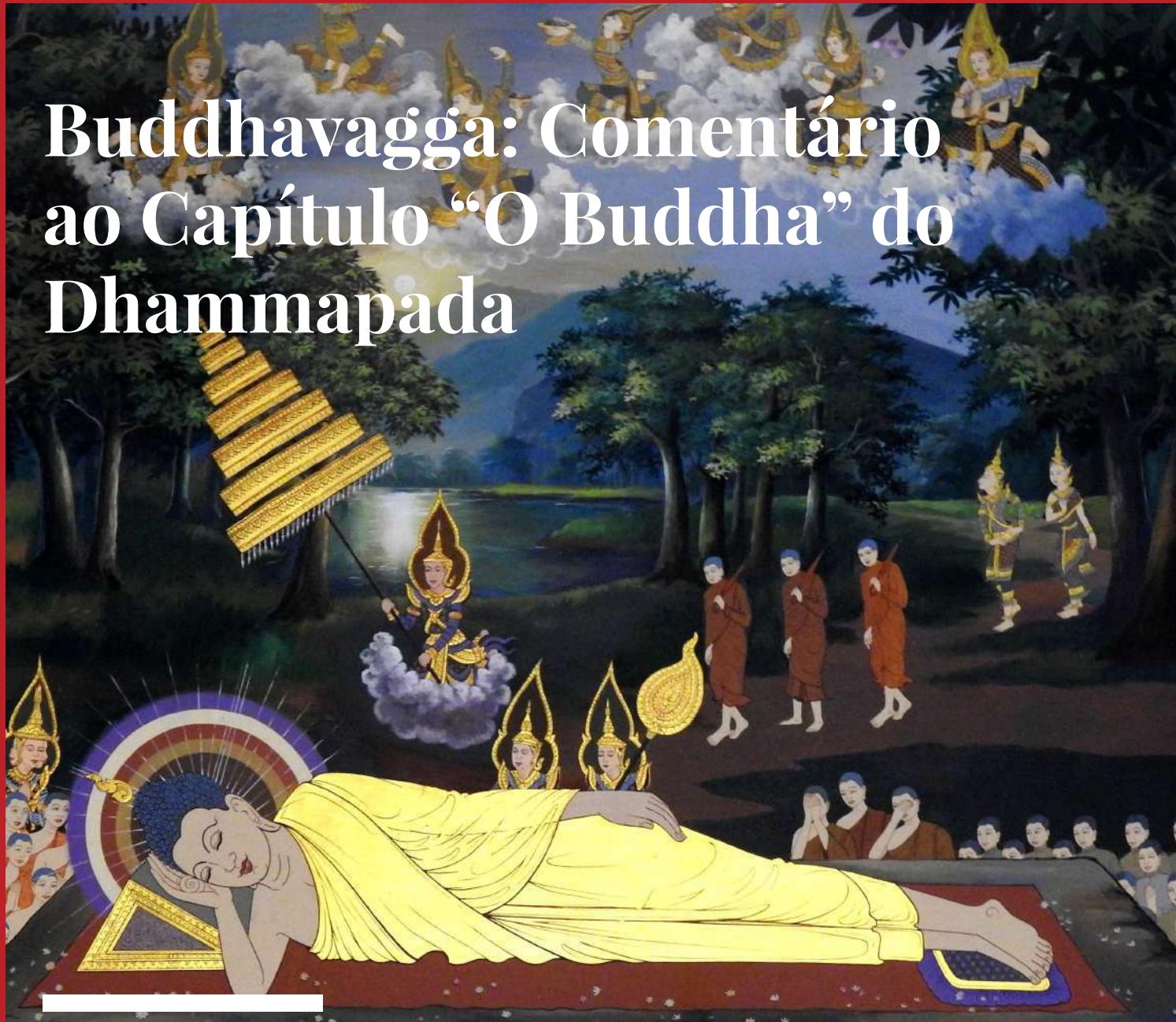


## Buddhavagga: Comentário ao Capítulo “O Buddha” do Dhammapada



- Akbar, O Grande Enigma
- Virtudes do Eterno Feminino no Bhagavad Gita
- A Dança Clássica Hindu, um Caminho para a Espiritualidade
- Os Festivais Solares no Budismo Tibetano
- Os Pequenos Gurus e a Compaixão

# CONTEÚDOS

- |   |  |
|---|--|
| <p><b>3 Akbar, O Grande Enigma</b><br/>Por Manjula Nanavati</p> <p><b>8 Virtudes do Eterno Feminino na Bhagavadgita 10.34</b><br/>Por José Carlos Fernández</p> <p><b>14 Buddhavagga: Comentário ao capítulo “O Buddha” do Dhammapada</b><br/>Por Henrique Cachetas</p> <p><b>20 A Dança Clássica Hindu, um Caminho para a Espiritualidade</b><br/>Por Purbasha Ghosh</p> | <p><b>26 Os festivais solares no Budismo Tibetano</b><br/>Por Giulia Giacco</p> <p><b>29 Filme Samsara</b><br/>Juan Adrada</p> <p><b>34 Budismo no Glossário Teosófico de H. P. Blavatsky</b><br/>Por Pandava</p> <p><b>38 Os Pequenos Gurus e a Compaixão</b><br/>Por Juan Martín</p> |
|---|--|





# Akbar, O Grande Enigma

Por Manjula Nanavati

Durante o Renascimento, enquanto a Europa passava por uma gigantesca mudança de ideias em quase todos os aspectos do conhecimento, nasceu na Índia um homem que, enquanto Imperador do Hindustão, usaria a sua indomável coragem e incessante busca pela sabedoria para tecer uma visão social, política e espiritual igualmente audaciosa no subcontinente indiano. O seu nome era Abu'l-Fath Jalal-ud-din Muhammad Akbar.

Existe muita documentação que justifica esta denominação de Akbar, O Grande. Durante a sua vida, escribas, artistas e poetas foram contratados para registar a sua vida e a cronologia dos eventos e circunstâncias do seu reinado. Acompanharam-no em campos de batalha e caçadas, e estiveram sempre presentes na corte para captar as suas imagens, as suas palavras e as suas ações num tesouro de material que nos dá uma visão sobre as

muitas facetas deste ser humano evidentemente extraordinário: o conquistador mogol impiedoso, o solícito e liberal Raja hindu, o místico sufi desinstruído mas iluminado, o generoso patrono de uma mistura única da cultura indo-persa, o fundador iconoclasta de uma religião sincrética revolucionária. Mas será que a soma destas partes é um reflexo verdadeiro do coração e do músculo do homem? Ou serão todos estes vislumbres separados denotativos de um propósito unificador mais profundo, de uma motivação superior que foi a força motriz e o combustível da sua vida?



Govardhan. Akbar com leão e bezerro ca. 1630, Metmuseum.  
Imagen de domínio público

Os historiadores concordam maioritariamente sobre os factos: Akbar, O Grande, o terceiro Imperador Mogol da Dinastia Timurida, que traçava a sua linhagem até Timur, genro de Genghis Khan, tinha 13 anos quando herdou o trono do seu pai Humayun. Como jovem príncipe, era um jovem enérgico, indisciplinado e distraído. Em vez de aprender matemática, história e filosofia sob tutela

real condizente com um príncipe mogol, Akbar permaneceu analfabeto e passou a sua infância a caçar, a domesticar elefantes selvagens, a praticar falcoaria e a correr com pombos. É irónico, portanto, que como rei ele supervisionaria a escrita, a tradução e a ilustração de trabalhos extraordinários, além de patrocinar generosamente artistas, músicos e poetas na sua corte. Além disso, possuía uma biblioteca com 24 000 livros em Hindavi, Persa, Grego, Caxemira e Árabe, que absorvia através da audição de recitações e discussões.

No final do século XVI, Akbar governava o que era, possivelmente, o maior e mais rico império do mundo. Entre batalhas que serviam para consolidar a sua expansão imperial, Akbar desfrutava de espetaculares e extravagantes caçadas organizadas, chamadas de Qumarghas. Estas eram uma exibição efetiva do poder e pompa dos Mogóis, bem como uma forma de avaliar a capacidade de combate das rajas locais nos seus territórios. Foi, portanto, surpreendente, quando, em 1578, aos 35 anos, pouco antes de entrar no campo de caça, ele cancelou subitamente todos os arranjos e ordenou que nenhum animal ou ave fosse ferido. Abu'l Fazl, historiador da corte, intelectual e autor de Akbarnama, definiu isto como “um raio divino de luz”. Muhammad Arif Quandahari, cronista da corte e autor de Ta'rikh-i-Akbari, descreveu-o como “um chamamento divino”, e até Abdal Quadir Badauni, poeta, tradutor e autor, conhecido por ter sido crítico das opiniões religiosas de Akbar, o descreveu como um “estado de Graça”.

De todas estes eventos bem documentados, parece que Akbar experimentou o que poderia ser chamado de uma espécie de epifania espiritual que mudaria o curso de seu governo. A partir daí, ele convidou estudiosos e pensadores de todas as religiões e seitas para o Ibadat Khana, a Casa de Adoração. Sufis, sunitas e xiitas envolveram-se em discussões e argumentações complexas com pensadores brâmanes, jainistas, budistas, zoroastrianos, judeus e cristãos, de modo que Akbar teve a oportunidade de avaliar a validade das suas várias crenças. A partir destas interações, Akbar concluiu que “existem homens sábios em todas as religiões, e homens de

ascese e receptores de revelação e trabalhadores de milagres podem ser encontrados em todas as nações". Isto tornou-se na base para os princípios pelos quais, doravante, Akbar governaria seu império; todas as pessoas poderiam viver e adorar Deus como quisessem, e em todos os assuntos legais, pessoas de todas as religiões seriam tratadas de forma igual, resultando numa liberdade social, cultural e espiritual que os historiadores concordam que não tinha precedentes na época.

Seria possível que o "lampejo de discernimento" a que os cronistas da corte de Akbar se referiram, longe de ser uma revelação isolada e inspirada, tenha sido realmente a culminação de uma busca contínua de um homem consumido pela procura de algo maior? Poderia a sua compulsão interior, ao passar a sua infância em estreita proximidade com a natureza, ter sido um impulso para ver e experimentar a vida por si mesmo, em vez de o fazer através da teoria e da aprendizagem formal? Este parece ter continuado na idade adulta também, pois Henrique, o padre jesuíta que visitou a corte de Akbar em Fatehpur Sikri, escreveu que o imperador muitas vezes podia ser visto "tosquiando camelos, cortando pedras, cortando madeira ou martelando ferro, com tanta diligência como se cumprisse a sua própria vocação". A exuberante curiosidade infantil encontraria a maturidade na sua juventude, pois Akbar, ele mesmo o escreveu, "na conclusão do meu vigésimo ano, experimentei uma amargura interna e, pela falta de provisão espiritual para a minha última jornada, a minha alma foi tomada por uma tristeza extrema". Até que, finalmente, os extensos argumentos filosóficos e religiosos no Ibadat khana talvez o tenham convencido da integridade da vida, levando-o a proclamar: "A verdade é habitante de todos os lugares."

O que poderia fazer um monarca opulentamente rico e todo-poderoso envolver-se em todas estas atividades? Seria esta inquietude e melancolia emblemática de uma profunda inquietude? Terá sido a sua subsequente imersão em debates espirituais animados uma busca por significado? Talvez Akbar tenha encontrado algumas respostas no princípio da Harmonia e Unidade, incorporados

por Sulh-i-kul, e que ele mesmo se esforçou muito para impor em todos os aspectos de seu governo, tecendo-o no tecido religioso, social, económico, político e artístico da época.



Imperador Mughal Akbar treinando um elefante.  
Imagem de domínio público

O grande imperador Mogol começou, evidentemente, a criar para si uma nova identidade que refletia a natureza cosmopolita das suas crenças. Ele começava o dia com o ritual hindu de adorar o sol da manhã. Ele usava um tilak na testa, uma rakhi ou fio protetor no pulso e proibia o abate de vacas. Ele decretou que um fogo sagrado fosse mantido em Fatehpur Sikri em consonância com o ritual zoroastriano. Ele jejuava de acordo com a tradição de jainistas e budistas, repetia mantras e examinava a sua consciência num esforço por encontrar um código de ética que o tornasse numa pessoa melhor e num rei digno dos seus súbditos. Numa carta a Filipe II da Espanha, ele escreveu que os bons

imperadores devem procurar “a possibilidade de certificar a verdade, que é o objetivo mais nobre do intelecto humano”.

A harmonia também se refletia concretamente nas questões de estado e na diversidade dos seus cortesãos; homens cujas linhagens hindu, muçulmana, rajput, iraniana e turana normalmente se traduziram em temperamentos e crenças conflituantes, eram ainda capazes de administrar e coordenar as suas obrigações e deveres efetivamente. Para consternação dos clérigos da corte, Akbar aboliu o imposto jaziya que era coletado de todos os não-muçulmanos e o imposto de peregrino coletado nos locais sagrados hindus, afirmando que era moralmente errado penalizar alguém que estava em busca da luz de Deus. Foram construídas autoestradas com casas de repouso para aliviar o sofrimento dos peregrinos, e caravanserais foram construídos para abrigar e alimentar os pobres. Além disso, o sati forçado foi proibido, o casamento de viúvas foi permitido e a idade legal para o casamento foi elevada para 16 e 14 anos, para rapazes e raparigas, respectivamente.

No seu Maktab Khana, Casa das Traduções, começou a nascer uma vertente única da literatura Indo-Persa; um círculo de elite de escritores e teólogos começou a tradução do Mahabharata e dos Vedas do sânscrito para o persa; Akbar acreditava que “a harmonia seria incentivada se os muçulmanos se familiarizassem com este antigo sistema de pensamento”. Para promover ainda mais este espírito de entendimento e acordo, Akbar ordenou traduções de volumes persas, árabes e gregos para que todos “pudesse ter o prazer de beneficiar e procurar a Verdade Divina”.

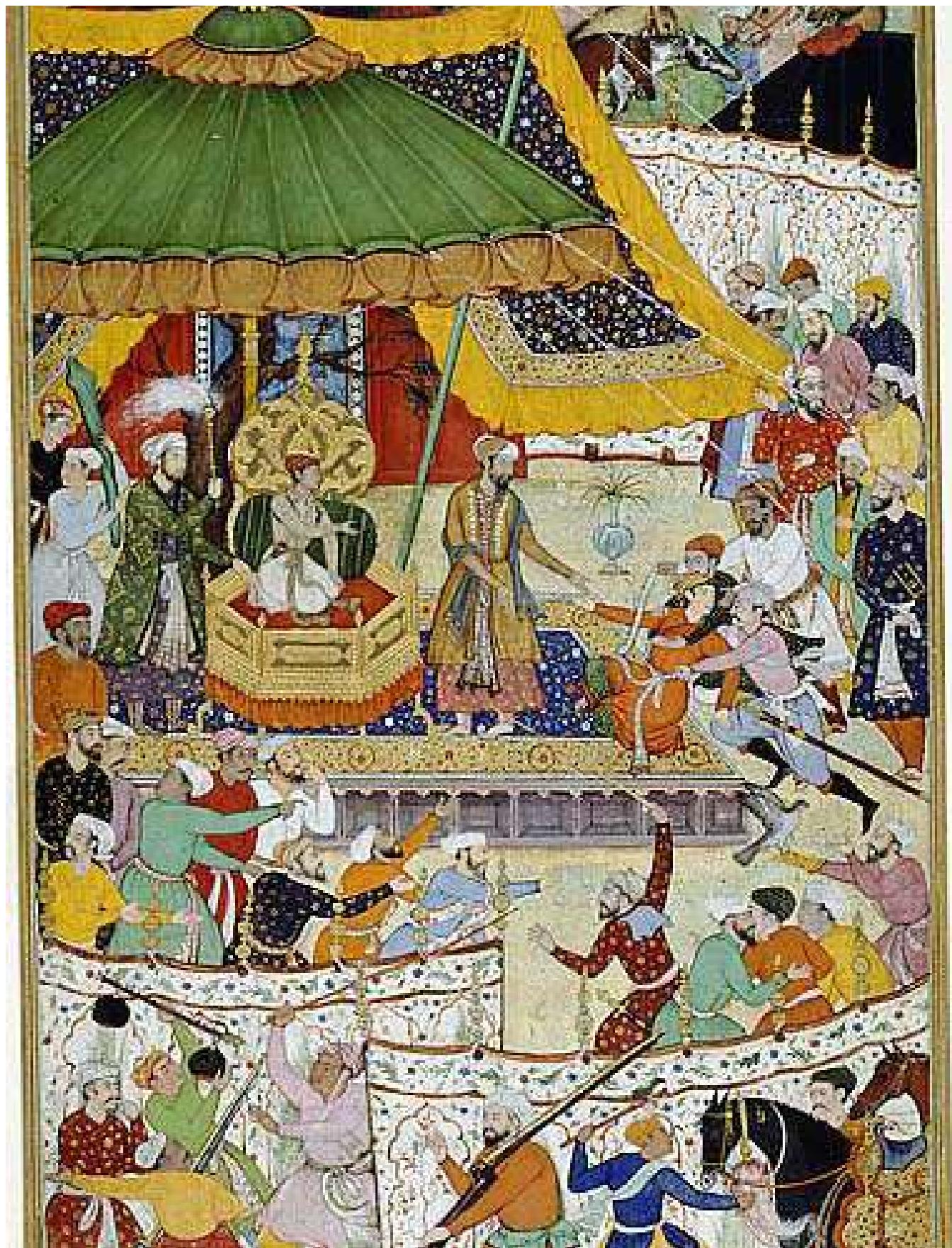
Acompanhando estas traduções, haveria ilustrações sumptuosas numa mistura dos estilos persa e indiano, refletindo também a influência do ocidente. O Tasveer Khana de Akbar estava repleto de artistas, trabalhando minuciosamente em miniaturas com pigmentos feitos de ouro e prata esmagados, lápis-lazúli, cobre e açafrão. Calígrafos e escribas foram encarregados de copiar o sagrado Corão. Um estilo de arquitetura chamado Akbari, uma amalgama de características hindus, budistas, jainistas e islâmicas, começou a moldar a paisagem do Hindustão na

forma de mesquitas, templos, palácios e túmulos de jardim.

Tão profundamente inspirado estava Akbar ao reconciliar as diferenças que dividiam o seu império, e tão convencido da correlação entre diferentes religiões, que até se atreveu a propor uma nova religião chamada Din-i-Ilahi, que se dizia ser uma síntese de elementos retirados do Islão, do Hinduísmo e do Zoroastrismo, mas incluindo também princípios do Budismo, Jainismo e Cristianismo. Mais do que uma religião, era um código moral pessoal, a ser adoptado totalmente por escolha pessoal, que procurava construir uma fraternidade e unir as diversas comunidades que compunham o seu império.

Ao longo da história, quando uma civilização está em ascensão, há frequentemente um líder cuja ousadia e energia incansável são cristalizadas na construção de um ambiente propício, não apenas para alguns, mas para TODOS os que procuram elevar-se e elevar a sua consciência. Eles tendem a ser figuras controversas, pois remam contra a maré, agitando as águas à sua volta, enquanto remexem dentro de si próprios, aprofundando-se para encontrar a luz. Para mim, Akbar foi sem dúvida um rei extraordinário em constante transformação, e já foi julgado por isso muitas vezes. Puristas islâmicos vilificaram-no, mitos e lendas divinizaram-no, Bollywood romantizou-o, e as sátiras folclóricas de Akbar e Birbal humanizaram-no.

No entanto, independentemente de como é visto, Akbar permanece um grande enigma e um exemplo inspirador: um rei-filósofo cuja vida foi marcada por uma busca sincera pela unidade e harmonia, e uma coragem implacável para lhe dar manifestação; um monarca poderoso que se aprimorou persistentemente no discernimento do essencial do não-essencial; um imperador cuja crença na investigação racional igualou a sua fé profunda e duradoura em Deus; um governante que escolheu constantemente a tolerância sobre o preconceito, a empatia sobre a indiferença e a unidade sobre a separação; e, em última análise, um visionário do passado, o qual podemos justificadamente olhar para obter lições para o nosso futuro.



A corte do jovem Akbar, de 13 anos, mostrando seu primeiro ato imperial: a prisão de um cortesão indisciplinado, que já foi o favorito do pai de Akbar. Ilustração de um manuscrito do Akbarnama. Imagem de domínio público



# Virtudes do Eterno Feminino na Bhagavadgita 10.34

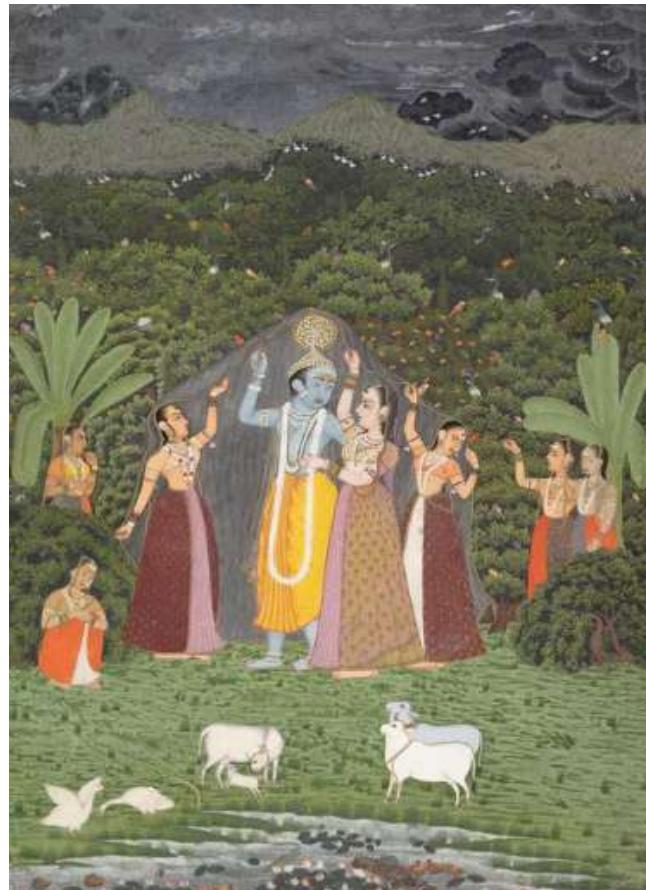
Por José Carlos Fernández

मतयः सरवृहरश्चाहमुद्भवश्च  
भविष्यतोम् । कौरतीः शरीरवोक्च नोरीणां  
समृतेरिमेधा धृतीः कृष्णमां ॥

*“Das mulheres, sou fama, beleza, fala, memória, prudência, firmeza e paciência.”*

Assim diz o verso 34 do capítulo 10 da Bhagavadgita. O capítulo 10 é de grande beleza, pois Krishna, assumindo-se como a raiz espiritual do que existe, explica o que é em cada reino ou categoria de natureza ou pensamento. Leão entre animais, águia entre pássaros, raio entre as armas, primavera entre estações, Himalaia entre as cordilheiras, etc. Em cada uma será o sublime, como o “A” entre as letras, ou a conjunção “E” que une as coisas, ou o dual que estabelece a vida entre o cume e o vale, ou entre o Mestre e o discípulo, ou entre a morte e o eterno. Pouco antes de fazer a declaração de abertura do artigo, Krishna, que simboliza o Logos platónico (como Vishnu ou grande poder conservador e até mesmo criador e destruidor de tudo o que vive), diz que ele é a morte devoradora e o princípio gerador de tudo o que ainda não existe.

Embora o verso contenha literalmente “das mulheres” – *nārīṇām* – percebe-se que não se trata de nomes de pessoas, mas das qualidades ou virtudes femininas. São, pois, as que conferem perfeição à alma humana, embora, numa certa interpretação, possam ser as “pedras preciosas” da coroa da mulher como tal. Inclusive, se formos pelo significado da palavra *Shakti*, que é o poder feminino e ativo de um Deus ou arquétipo, com a sua capacidade de atuar, gerar e transformar, seriam os 7 Poderes da Luz divina ou do espírito puro. Talvez uma relação também pudesse ser estabelecida com os 7 planetas da Astrologia Védica (e incluindo o Sol – *Surya*, entre eles, juntamente com Mercúrio-Buda, Vénus-Shukra, Lua-Chandra, Marte-Kartikeya, Júpiter-Brihaspati e Saturno-Shani). Estes planetas, e o Sol, seriam os canais – e, portanto, femininos – da sua ação e poder, como os órgãos da vitalidade humana, mas numa escala solar.



Krishna e as Gopis se abrigam da chuva.  
Imagen de domínio público

Ao traduzir este verso, não conseguimos ter todas as palavras no feminino (teríamos conseguido se, ao invés de “discurso”, tivéssemos usado “oratória”). Porém, em sânscrito, elas estão no feminino, como nos diz o nosso querido amigo e sanscritista Ricardo Martins, nas notas da sua tradução da Bhagavadgita, a qual estou a seguir.

O grande Shankaracharya, comentando este verso, pouco disse, apenas fazendo como se Krishna dissesse:

*“Eu sou essas excelentes feminilidades; ao possuir um único traço delas, podemos considerar-nos bem-sucedidos.”*

E Ramanuja especifica que elas representam “deusas que são os poderes do Senhor”.

Prabhupada chama-as de “as 7 opulências” e diz, redundante, que, se um ser-humano possui todas ou algumas delas, pode ser chamado de glorioso.

Chaitanya Charan diz que elas são, na cosmologia védica, as “esposas do Dharma”, e que, quando alguém segue o Dharma, essas qualidades naturalmente começam a florescer nele.

Analisemos essas virtudes, uma a uma, examinando detalhadamente as palavras sanscríticas que são os seus nomes, e lembrando que o verso da Bhagavadgita é:

*kīrtih śrīrvākca nārīṇāṁ smṛtīrmedhā dhṛtiḥ  
kṣamāḥ*:

## KIRTIH

Significa “fama, reconhecimento, glória”, até mesmo “extensão, expansão, palavra, luz, som”, o fato de ser mencionado em louvor por outro, e o oposto de “humilhação”.

Também uma boa maneira de expressar o Eterno Feminino, que se expande para preencher o espaço com vida e luz, ou como o ar que preenche todo o continente em que está, ou como a água que se adapta facilmente à forma como derrama, mas sem nunca perder a horizontal, o símbolo geométrico que expressa a Grande Mãe, e como virtude a equanimidade.

O masculino avança e conquista, e desaparece; o feminino irradia para o espaço o seu nome, a sua luz e beleza, e a sua proteção, e espera.

## SRIH



Imagen da Deusa Laxmi, a Deusa Hindu da riqueza e da prosperidade. Creative Commons

“Prosperidade, fortuna, riqueza, beleza, esplendor, graça” sendo o epíteto da Deusa Lakshmi, a deusa do Amor e as 8 formas de riqueza (de obras, filhos, conhecimento, renome, etc.). Atribui-se à etimologia de “queimar, irradiar luz”. A mulher é sempre o fogo do lar, o sentido de união, a sua graça. O feminino dá sempre o sentido de lar, porque é a “concavidade que retém a vida” em todos os planos de consciência. E o lar não tem de ser a casa; pode ser o mundo inteiro, mas neste caso o mundo inteiro torna-se no lar, como o feminino faz seu lar a Escola, o Hospital, etc.; sempre onde está.

## VACH



Sarasvati com sua cítara e pavão. Imagem Creative Commons

É a linguagem, a palavra, o discurso. E aparece como uma forma da deusa Sarasvati, o discurso musical das águas que correm, em todos os planos de consciência, incluindo os rios cósmicos que fertilizam o próprio espaço. Pois o discurso é como um rio que fertiliza o silêncio com as ideias da mente; especialmente se for o discurso belo, justo, nobre, aquele sobre o qual o Dhammapada diz “melhor que mil palavras vãs, é aquela que vai curar e devolver a esperança a quem a ouça”.

Assim como a lógica, com as suas estruturas geométricas ou às vezes simplesmente quadradas, é masculina, quando se torna o suporte de ideias, dos sentimentos, da necessidade de unir em virtude da palavra (esse é o sentido da comunicação), essa música é puramente feminina. Porque se adapta e transforma, cheia de vida, dança com o ritmo da linguagem, que dá corpo e vestimenta ao pensamento. O mesmo cérebro chamado “feminino”

incorpora a linguagem, que é a necessidade de criar laços para dar vida. O pensamento, a linguagem e a ação formam um poder trino que segue o modelo: pai-mãe-filho. A linguagem, como um barco de mentes e sons, é também portadora do fogo sagrado, que sem ele se apagaria no mar da matéria ou na própria noite do mistério sem fim.

## SMRTI



Krishna adornando o cabelo de Radha em um bosque isolado. Imagem de domínio público

“Memória, aquilo que é – ou deveria ser – lembrado, plenitude mental.” Porque a mulher é a guardiã da tradição, da memória; ela recorda-a ao marido, ensina-a ao filho e ao neto, recebe-a do pai; portanto, nela reside o poder da educação. Ela é a que conserva, como o mar que retém no seu seio todas as formas de vida; e a Terra, como a Grande Mãe, da mesma forma; ou a Luz astral, que guarda as formas nela impressas, como novas sementes do Karma; ou o solo, que abriga as sementes nele depositadas e que dele mesmo crescerão. Também no Egito encontramos a deusa da Memória, Seshat, que forma um casal com Thoth, a Inteligência, pois

ambas devem estar sempre unidas; caso contrário, a memória torna-se numa prisão e a inteligência, sem ela, não tem onde fixar-se e, volátil, desaparece. Neste verso, depois da “memória” vem, precisamente, a “inteligência” (medha).

## MEDHA

“Inteligência, sabedoria.” Com um “a” curto no final, em vez de longo, significa “sacrifício”, o que contribui para uma interessante equação filosófica. Lembremo-nos que também na Bhagavadgita se ensina que, de todos os sacrifícios, o melhor é aquele que nos torna mais sábios. Esta “equação” também faz de Medha a esposa de Agni, o fogo do espírito cuja radiação, depois de consumir a vítima (a madeira do conhecimento ou da experiência), a transforma na luz da sabedoria.

Na Pistis Sophia gnóstica, Ela é aquela que desce ao abismo e o vivifica até que o Cristo-Eros a resgate e suba ao topo. A sabedoria é a morada do real, o espaço em que vive aquilo que já não pode ser ferido pelo tempo. Em sânscrito também é chamado de “budhi”, como a luz espiritual. E assim como Maat (Sabedoria-Justiça) nasce de Ra (o Rei, o Eu), ela é irradiada de Atma (a Auto-Vontade) e torna-se seu veículo, à medida que o gelo transformado em água se torna o veículo da geleira, e então torna-se a vida de tudo o que cresce nela, já quente (aí a Sabedoria torna-se Amor e Vida).

## DHRTIH

“Determinação, firmeza, perseverança” e também “paciência” para alcançar um objetivo. E todos sabemos que a capacidade de amar de uma mulher geralmente é inflexível, uma vez que ela sabe o que quer. Tende para um centro único que tinge toda a sua vida com esse afeto; o amor não está na sua vida, o amor é a sua vida; e a partir daí a flecha de Eros vai sempre em direção ao alvo. Esta virtude é considerada um dos Yamas ou formas de retidão no caminho da consciência, a unidade do propósito. Se queremos aprender firmeza, determinação, prestemos atenção a como o feminino ama. Na

Bhagavadgita ele menciona que tal firmeza e determinação (drtri) podem não ser iluminadas pela luz do espírito (budhi, do qual constitui seu reflexo natural) e serem vítimas do desejo e ambição (rajas) ou da cegueira interior e desajustada (tamas). Mas isto deve-se à relação desta senhora-virtude com as condições mais obscuras da matéria. Quando levanta voo - e mais cedo ou mais tarde o fará - esta determinação e firmeza tornam-se uma com a própria sabedoria.

## KSAMA



Bhumi. Hindu Earth Goddess

Paciência (dita especificamente da Terra, Bhumi, com as suas criaturas, isto é, da mãe com os seus filhos), perdão, tolerância, submissão (no sentido da água que se adapta à forma que nela entra, mas que ninguém pode fazê-la mudar a sua natureza ao pressioná-la).

E pode haver uma virtude mais feminina do que esta, e no sentido de “A quem Deus a der, que São Pedro a abençoe”?

O poeta Fernando Pessoa, num belo poema, que mais parece um hino órfico à Noite, mergulhou neste mistério:

Vem, Noite antiquíssima e idêntica,  
Noite Rainha nascida destronada,  
Noite igual por dentro ao silêncio. Noite

*Com as estrelas lantejoulas rápidas  
No teu vestido franjado de Infinito.  
(...)  
Vem soleníssima,  
Soleníssima e cheia  
De uma oculta vontade de soluçar,  
Talvez porque a alma é grande e a vida pequena.  
E todos os gestos não saem do nosso corpo  
E só alcançamos onde o nosso braço chega,  
E só vemos até onde chega o nosso olhar.  
Veja, doloroso,  
Mater-Dolorosa das Angústias dos Tímidos,*

*Turris-Eburnea das Tristezas dos Desprezados,  
Mão fresca sobre a testa em febre dos humildes.  
Sabor da água sobre os lábios secos dos  
cansados.*

Pois a Grande Mãe é, como se diz de Lakshmi e da Terra, “a que apoia os que apoiam”; por isso a sua paciência é infinita; e é infinito o seu esquecimento dos erros e ofensas. Porque, se o Karma não perdoa, é para evitar que nos percamos nos caminhos do Nada; mas o Eterno Feminino, a Grande Mãe, nunca para de esperar o melhor, a vitória, a realização de seus filhos.





# Buddhavagga: Comentário ao capítulo “O Buddha” do Dhammapada

Por Henrique Cachetas

Existe uma velha lenda budista segundo a qual um cego de nascença dizia:<sup>1</sup>

— Não acredito no mundo de luz das aparências.  
Não há cores, nem brilhos, nem sombras.  
Não há sol, nem lua, nem estrelas. Ninguém viu essas coisas.

<sup>1</sup> Parábola recolhida por Jorge Ángel Livraga, no seu artigo “Parábolas e Ensinamentos de Buda”.

*Os seus amigos respondiam-lhe que não era assim, mas ele continuava firme na sua opinião.*

*– O que pretendéis ver – respondia – não passa de ilusão. Se as cores existissem, eu poderia tocá-las. Não têm substância nem realidade.*

*Naquela época vivia um médico que foi visitar o cego; misturou quatro elementos simples e curou-o da sua cegueira.*

Esta simples lenda fala-nos da limitação dos nossos sentidos, os quais utilizamos para indagar a realidade. Do mesmo modo que um cego poderia negar a existência do mundo das cores e das estrelas, aquele a quem faltam os seus sentidos internos pode negar a existência de um mundo espiritual. Mas uma vez desenvolvido o sentido, aquilo que era oculto torna-se manifesto.

A existência de Buda encerra um grande mistério: o nirvana. Aquele que não o alcançou, não o pode conhecer. O que o alcançou, não pode descrevê-lo. Existem, contudo, ensinamentos ocultos que nos explicam o que existe na natureza interna do ser humano que permite alcançar tal estado.

*Os despertos são poucos e difíceis de encontrar.  
Feliz é a casa onde um homem desperta.  
Bendito seja o seu nascimento.  
Bendito o seu ensino do caminho.  
Bendita a compreensão entre quem o segue.  
Bendita a sua determinação.  
E benditos os que reverenciam  
O homem que desperta e segue o caminho.  
Eles estão livres do medo.  
Eles são livres.  
Eles cruzaram o rio do sofrimento.*

O nirvana implica a existência de planos metafísicos da consciência, uma sabedoria cósmica alcançável pela evolução (ou despertar) do espírito humano, uma luz pura que não é tingida pelo medo, nem pelo desejo, nem pelas emoções, nem pelos pensamentos.

Na “casa onde um homem desperta” há apenas felicidade, bem-aventurança, descondicionada liberdade, imaculada beleza.



*Escultura anicônica representando o nirvana final de um Buda em Sanchi. Imagem com licença Attribution-ShareAlike 3.0 Unported (CC BY-SA 3.0)*

H. P. Blavatsky expõe na sua obra “A Doutrina Secreta” que o estado nirvânico se pode distinguir de um conjunto de outros estados possíveis para a consciência humana, que estão em relação, de acordo com os ensinamentos orientais, com as suas três componentes espirituais: Manas (a mente pura, o Eu Humano), Buddhi (intuição, Ego Espiritual), e Atma (Vontade, Eu Superior Divino). Estes três componentes, considerados de forma unitária, constituem aquela dimensão da natureza humana que atravessa as portas da morte e progride na sua evolução e despertar interior através dos sucessivos ciclos de renascimento.

Diz-nos o Dhammapada que longo é o caminho até ao despertar final:

*Difícil é nascer,  
Difícil é viver,  
Mais difícil ouvir qual o caminho,  
E difícil é subir, avançar, despertar.  
Mas alcançar é simples.  
Evita o mal.  
Faz o bem.  
Sê puro.  
No final do caminho há liberdade.  
Até lá, paciência.*

Na vida diária e quotidiana, a consciência humana mantém-se nos planos inferiores àqueles, chamados de Kama-manas (a mente concreta, organizativa) e astral (o mundo das emoções e apegos). O veículo físico (stula sharira) e a sua energia (prana) completam os veículos pessoais da estrutura septenária do ser humano. Enredada nestas quatro dimensões terrenas, a consciência humana fica prisioneira dos seus desejos e apegos, das suas angústias e doenças, das suas perdas e tristezas. É certo que alegrias e prazeres vão intercalando com as dores e sofrimentos, mas uma felicidade permanente só é alcançada quando a consciência se eleva a uma região mais permanente, onde uma vida interior começa a preencher os nossos dias e derramar a sua sabedoria sobre as experiências externas.



Através de um movimento ascendente da consciência – que pode ocorrer através da contemplação artística e do pensamento científico, através de gestos e sentimentos altruístas e fraternais, ou através de uma profunda reflexão filosófica – o centro da nossa vida interior começa a deslocar-

-se para Manas, assim capaz de abstrair-se das suas circunstâncias espaço-temporais e captar princípios universais. Este movimento é conquistado através da completa liberdade de condicionamentos, tanto externos como internos. Essa liberdade significa um desprendimento de todos os desejos e apegos, forças que desviam a mente do recto pensamento, do recto caminho em direção à verdade.

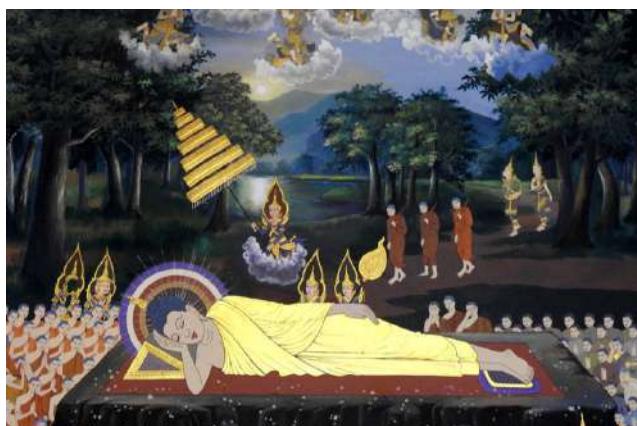
*A chuva pode tornar-se ouro  
E ainda assim não te matar a sede.  
O desejo é inextinguível  
Ou acaba em lágrimas, mesmo no céu.  
O que deseja despertar  
Consome os seus desejos  
Alegremente.*

Com base na utilização de Manas – a mente purificada de todos os apegos – podemos obter um sentido de medida para todos os nossos atos, uma medida que é critério para a harmonia nas emoções e relações, para a escolha de uma ação justa, para o comando do recto pensamento, ou seja, a medida para uma vida sábia. Deixa de haver essa medida, que no oriente se chama Dharma, para aquele que alberga medos ou alimenta desejos. É indo além do medo e do desejo, na recta compreensão do óctuplo nobre caminho do Buda, que se podem desenvolver as virtudes humanas, alicerces fundacionais da vida espiritual.

*Se magoas o outro,  
Ainda não estás no caminho.  
Não ofendas em palavras ou atos.  
Come com moderação.  
Vive no teu coração.  
Eleva a consciência.  
Domina-te pelo dharma.  
Este é o simples ensinamento do que despertou.*

Uma vez sedimentada a vida moral e virtuosa, tanto prática como teórica, pode então a consciência ascender um passo mais na evolução interior

através da intuição espiritual, fazendo com que a luz de Buddhi incida sobre Manas de modo a iluminá-la com a sua inata sabedoria. Aqui se compreendem paulatinamente os mistérios cósmicos e humanos, aqui se vai dominando todas as dimensões da personalidade humana, com todos os seus poderes latentes, e consequentemente se vai compreendendo as leis da harmonia e evolução da natureza.



A pintura mural tradicional do Khmer retrata Gautama Buda entrando no parinirvana. Imagem com licença Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

Isto permite alinhar a vida do sábio com as leis da natureza, fazendo da sua ação e pensamento uma expressão natural do Dharma. Este tipo de vida é descrito como um refúgio, como um lugar seguro onde não existe medo, nem desejo, nem sofrimento, pois é um caminho que se percorre através das regiões mais elevadas da nossa consciência, regiões que tocam o imutável, o duradouro e permanente, onde a mudança não mais nos afeta.

Pelo medo um homem procura abrigo  
Nas montanhas ou nas florestas,  
Em bosques de árvores sagradas ou em  
templos.  
Mas onde pode esconder-se do sofrimento?  
O que toma abrigo no Caminho  
E caminha com aqueles que o seguem  
Vislumbra as quatro nobres verdades.

A existência do sofrimento.

A causa do sofrimento.

O caminho óctuplo

Que leva ao fim do sofrimento.

Só então encontra verdadeiro abrigo.

Afastou o sofrimento.

Está livre.

Seguindo o caminho, o karma acumulado vai deste modo dissolvendo-se, vida após vida de trabalho desinteressado, degrau após degrau no despertar interior, até que as correntes kármicas vão libertando o seu espírito, unindo com indissolúveis laços o seu Eu Espiritual (Buddhi) com o seu Eu Superior (Atma). A esta união final chamou-se de libertação, iluminação ou nirvana.

*Ele está desperto.*

*Sua é a vitória.*

*Ele conquistou o mundo.*

*Como seguir o caminho*

*Daquele que foi além do caminho?*

*Os seus olhos estão abertos*

*Os seus pés estão livres.*

*Quem o poderá seguir?*

*O mundo não pode retê-lo,*

*Nem levá-lo a desviar-se,*

*Nem a rede do desejo segurá-lo.*

*Ele está desperto!*

Esta é a gloriosa e suprema meta da vida espiritual humana, cuja alma imortal é peregrina pelas regiões do medo, desejo e sofrimento, até que por fim se eleva à região da paz e da felicidade permanentes. Sabendo o seu destino, a consciência não pode mais ficar indiferente. Temos que procurar refúgio num verdadeiro caminho espiritual que nos faça avançar em direção à luz, auxiliando à medida que caminhamos quem tem vontade de caminhar junto a nós.



Miniatura mongol do século XVIII que mostra um monge gerando uma visualização tântrica. Imagem de domínio público

Deixamos aqui uma tradução livre do capítulo XIV do Dhammapada, tal como o encontramos na versão inglesa de Thomas Byrom.

## O iluminado

Ele está desperto.  
 Sua é a vitória.  
 Ele conquistou o mundo.  
 Como seguir o caminho  
 Daquele que foi além do caminho?  
 Os seus olhos estão abertos  
 Os seus pés estão livres.  
 Quem o poderá seguir?  
 O mundo não pode retê-lo,  
 Nem levá-lo a desviar-se,  
 Nem a rede do desejo segurá-lo.  
 Ele está desperto!  
 Os deuses velam por ele.  
 Ele está desperto,  
 Regozija na quietude da meditação  
 E na doçura da entrega.  
 Difícil é nascer,  
 Difícil é viver,  
 Mais difícil ouvir qual o caminho,  
 E difícil é subir, avançar, despertar.  
 Mas alcançar é simples.  
 Evita o mal.  
 Faz o bem.  
 Sê puro.  
 No final do caminho há liberdade.  
 Até lá, paciência.  
 Se magoas o outro,  
 Ainda não estás no caminho.  
 Não ofendas em palavras ou atos.  
 Come com moderação.  
 Vive no teu coração.

Eleva a consciência.  
 Domina-te pelo dharma.  
 Este é o simples ensinamento do que despertou.  
 A chuva pode tornar-se ouro  
 E ainda assim não te matar a sede.  
 O desejo é inextinguível  
 Ou acaba em lágrimas, mesmo no céu.  
 O que deseja despertar  
 Consome os seus desejos  
 Alegremente.  
 Pelo medo um homem procura abrigo  
 Nas montanhas ou nas florestas,  
 Em bosques de árvores sagradas ou em templos.  
 Mas onde pode esconder-se do sofrimento?  
 O que toma abrigo no Despertado e no Caminho  
 E caminha com aqueles que o seguem  
 Vislumbra as quatro nobres verdades.  
 A existência do sofrimento.  
 A causa do sofrimento.  
 O caminho óctuplo  
 Que leva ao fim do sofrimento.  
 Só então encontra verdadeiro abrigo.  
 Afastou o sofrimento.  
 Está livre.  
 Os despertos são poucos e difíceis de encontrar.  
 Feliz é a casa onde um homem desperta.  
 Bendito seja o seu nascimento.  
 Bendito o seu ensino do caminho.  
 Bendita a compreensão entre quem o segue.  
 Bendita a sua determinação.  
 E benditos os que reverenciam  
 O homem que desperta e segue o caminho.  
 Eles estão livres do medo.  
 Eles são livres.  
 Eles cruzaram o rio do sofrimento.



# A Dança Clássica Hindu, um caminho para a Espirpiritualidade

Por Purbasha Ghosh

Na nossa busca perpétua pelo que se define como sucesso, as nossas mentes e corpos enveredam incessantemente por ocupações superficiais; estar-se 'ocupado' parece ser uma escolha natural para saciar as nossas vorazes necessidades materiais e

intelectuais. Porém, em algum lugar dentro de nós, permanece um centro superior faminto, sendo palpável um intenso desejo de nos unirmos a algo maior do que aos nossos eus individuais. Apesar da abundância material, do avanço tecnológico e

das liberdades irrestritas, é incontestável o imenso vácuo espiritual. É verdade que existem exemplos passageiros onde conseguimos estabelecer uma conexão efêmera com o reino espiritual. No entanto, os caminhos para abordar, de uma maneira mais sustentada, essa fugidia dimensão superior que se encontra no fundo, parecem abstratos. Para abordar esse vazio predominante, vale a pena, para aquele que busca, explorar os poucos portais inequívocos que facilitam essas transições.

O filósofo, no seu amor incessante pela sabedoria, esforça-se para transpor o abismo entre a materialidade finita e a transcendentalidade infinita. A sua viagem é caracterizada por uma evolução da consciência. Uma vez que a arte tem sido muitas vezes reconhecida como um veículo de transição para o reino do sublime, é fascinante para um filósofo explorar o caminho do artista para superar esse dualismo existencial.



Deus Ganesha a dançar. Imagem com licença de Pixabay

Qualquer forma de arte pode servir como um canal para invocar este aspeto inato e essencial de nossa existência. Abordamos este aspeto por uma infinidade de nomenclaturas: a dimensão superior, o espiritual, o invisível e infinito, o Divino, Deus, etc. Este artigo investiga uma forma específica de arte – a dança clássica. A Wikipédia define a dança como uma sequência de movimentos humanos propositadamente selecionados, com significado estético e também simbólico. A dança clássica, em particular, enfatiza reviver o clássico – o atemporal ou o centro eterno que nos é intrínseco. Embora a nossa atual percepção da dança por vezes a considere, na pior das hipóteses, uma mera diversão e um meio de expressão ou até mesmo uma catarse, na melhor das hipóteses, muitas vezes deixamos de reconhecer essa forma de arte performática como uma escada potencial para ascender a um reino superior de consciência.

O aspeto meditativo da dança clássica é universalmente reconhecido. Nesta forma de arte, estar centrado é essencial e a atenção do bailarino não deixa margem para a menor incoerência. É fundamental a atenção simultânea a várias capacidades: os gestos, as expressões, as posturas, os movimentos, o ritmo e o recital musical. A atenção plena é uma consequência colossal ao conjurar uma sinergia meticolosa entre os vários elementos que constituem a dança. Desta forma, a prática da dança clássica também pode oferecer um antídoto para as distrações dispersas nas nossas vidas.



Mulher a dançar. Imagem com licença de Pixabay

A dança também envolve vencer as inibições, a ansiedade com a possibilidade de ser rejeitado, convidando o dançarino a realinhar seu ponto de vista de fora para dentro. Enquanto o palco fornece uma plataforma preliminar ao dançarino para combater a timidez, servindo como um ímpeto para o impulsionar para fora de sua zona de conforto, é preciso ser cauteloso para não depender tanto dele. O verdadeiro propósito da dança não é apelar à atenção de quem a vê, embora esta seja uma consequência natural. Em vez disso, o dançarino clássico aspira focar a atenção para dentro tão intensamente, que pode capacitá-lo a canalizar um estado elevado de consciência para o impermanente. Assim, um verdadeiro dançarino é movido pelo dar e não pelo receber.

Atingir tal altitude de consciência e tranquilo equilíbrio da mente e do corpo não é uma meta-

morfose que ocorre da noite para o dia. Envolve anos de prática paciente e persistente, superando a monotonia da repetição, a fadiga aguda, as vicissitudes do humor e a tentação das distrações que oferecem gratificação instantânea. Como filósofos e buscadores da verdade, também aprendemos a desafiar as nossas zonas de conforto em todos os aspetos das nossas vidas, a tentar evitar distrações e a estar constantemente atentos às vozes traiçoeiras que emergem da personalidade e que mascaram o nosso potencial superior.

Na verdade, para além da superficial dicotomia entre os caminhos de um dançarino e de um filósofo, existe uma aliteração poética entre o propósito último da dança e a filosofia. Segundo Platão, o artista é também um filósofo; ambos buscam a veracidade final, cada um usando um aparelho diferente. A dança clássica tenta alcançar o divino por meio do

arquétipo da beleza, enquanto o filósofo busca a mesma dimensão transcendental por meio de uma jornada investigativa motivada pelo amor à verdade.

Esta hipótese é corroborada pela importância dos rituais de danças dos templos, costumeiros na Índia antiga, que representam a reverência ao divino. Em maio passado, a fraternidade dos filósofos em Nova Acrópole (Mumbai, Índia) teve a oportunidade de receber e testemunhar esse lado sublime da dança clássica indiana num encantador recital de dança Kuchipudi pela eminente Vaidehi Kulkarni.

Vaidehi apresentou o Kuchipudi como uma das oito principais formas de dança clássica indiana, desenvolvida sobre os fundamentos do Natya Shastra de Bharata Muni, o Santo Graal das artes performáticas indianas. As suas raízes remontam à vila de Kanchelapuram, no distrito de Krishna, em Andhra Pradesh, no sul da Índia. A princípio realizada exclusivamente por homens, surgiu como uma oferenda sagrada de veneração às divindades nos templos.



Dançarina dançando um passo de Kuchipudi.  
Imagen de Jean-Pierre Dalbéra com licença Creative Commons Attribution 2.0 Generic

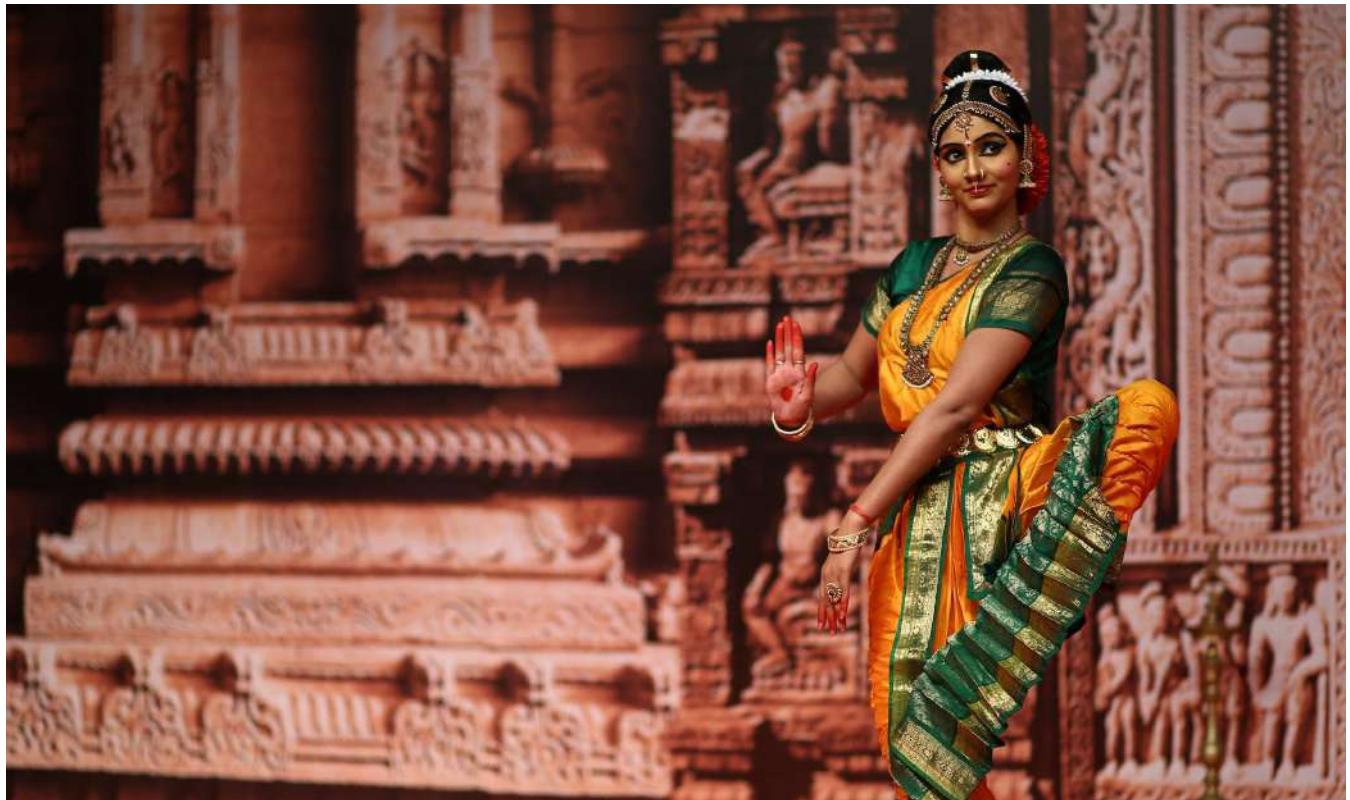
Aludindo aos encantos únicos do Kuchipudi, Vaidehi enfatizou que a arte do drama é fundamental para esta forma de dança. Os três principais constituintes do Kuchipudi são:

- Nritta – demonstra a técnica do artista a conter uma fusão rítmica e sinfónica de ritmo, movimento e coordenação.
- Nritya – envolve rotinas de dança mais lentas repletas de emoções evocadas por meio de expressões faciais e gestos com as mãos.
- Natya – é a encenação na qual os movimentos de dança estabelecem personagens e retratam uma narrativa mitológica.

Além disso, os gestos, as expressões faciais, a melodiosa música carnática, juntamente com os ornamentos e trajes, são elementos integrais que se unem em meticulosa sincronização. Estes unem-se em movimentos complexos, como saltos altos e curvas rápidas que são características do Kuchipudi. A sincronização labial com a música traz a narrativa viva para o público. As sequências geralmente começam com uma invocação divina e compreendem subsequências de exibição de dança técnica e representações de narrativas mitológicas.

Um artista a solo interpreta muitas vezes várias personagens no Kuchipudi e é fundamental que ele/ela atue de forma a dar vida a cada parte desempenhada. Isto alude subtilmente aos vários papéis que o ser humano desempenha na vida – como o de filho, cônjuge, pai, mãe, profissional, cidadão, entre outros. Talvez esta seja uma referência velada na qual nos possamos inspirar, incorporando os nossos papéis no acto da vida com plenitude, de maneira aprimorada e equilibrada.

À medida que Vaidehi representava a mitologia através da dança, as barreiras linguísticas eram eliminadas pelas suas expressões, gestos, posturas e movimentos. Foi fascinante perceber que muitos jovens membros do público que não tiveram nenhum contato anterior com a dança clássica, expressaram o seu encantamento com a apresentação.



Vaidehi Kulkarni. Imagem tirada do seu site <https://kuchipudivaidehi.wordpress.com/>

A notável jornada de Vaidehi começou na tenra idade de cinco anos, quando ela experimentou o Kathak e o Bharatanatyam, até que descobriu a sua verdadeira vocação – o Kuchipudi. Aos dez anos, em visita a Chennai, um conhecido da família acompanhou-a à renomada Academia de Arte de Kuchipudi, onde a jovem Vaidehi “se apaixonou” por esta forma de dança. Com a sua mãe e irmã, ela mudou-se para Chennai para procurar este amor intenso, embora recém-descoberto. Vindo de Nashik (Maharashtra, Índia), no início ela lutou com a linguagem e com um subtil preconceito, na sua análise desta forma de dança do sul da Índia. Apesar do seu compromisso absoluto, este foi enormemente desafiador para Vaidehi, treinada em Kathak e Bharatnatyam, adaptar-se ao Kuchipudi, chegando a um ponto, em cerca de um ano da sua estadia, de ela considerar desistir desta aventura audaciosa. Esta conjuntura marcou um ponto de viragem; uma energia inexplicável dentro dela inverteu a sua relação com esta forma de dança.

Ela lembrou que, milagrosamente, quase da noite para o dia, começou a sentir-se à vontade com o Kuchipudi e houve uma transformação perceptível na sua habilidade com ele. Era como se a essência da dança tivesse sido finalmente absorvida por ela. Não havia como voltar atrás para esta criança precoce e a sua determinação e devoção conseguiram superar os muitos obstáculos ao longo do caminho.

Até hoje, a talentosa dançarina não está dissuadida de buscar mais aperfeiçoamentos e ela visita com frequência o seu professor em Bengaluru, no seu esforço por refinar ainda mais a sua destreza na dança. A sua jornada é motivadora para o filósofo ou filósofa que busca a verdade, superando contratempos e dispersando a complacência, independentemente da magnitude dos avanços obtidos ao longo do caminho.



Vaidehi Kulkarni na Nova Acrópole de Colaba, India

Anos de disciplina árdua, estima inabalável pelos seus professores, determinação e sacrifícios dos seus pais encontram expressão gratificante nas apresentações de Vaidehi hoje. Ela não distingue mais a dança de outros aspectos da sua vida e explica que a dança penetrou a sua vida tão profundamente e a sua entrega a esta forma de arte é tão completa, que a dança se tornou na sua vida. Ela diz, literalmente, que dança os seus desafios e que isto é uma fonte de força, um canal de catarse, bem como um meio de comunicação com o público.

Kuchipudi transformou a vida de Vaidehi e agora ela espera retribuir a arte que a ajudou a evoluir enquanto ser humano. Perturba-a o facto de que o Kuchipudi não seja tão popular quanto os seus primos ilustres – o Bharatnatyam e o Kathak, e que muitos falham em reconhecê-lo como uma forma distinta de arte. Ao lado de seu professor Smt. Manju Bhargavi de Bengaluru, ela pretende contribuir para a sua divulgação, para expandir o seu reconhecimento, estabelecendo institutos de Kuchipudi que possam aderir aos princípios do

antigo guru-shishya parampara, a tradição mestre-discípulo. Vaidehi exorta a juventude da atualidade ao orgulhar-se da herança indiana e ao reviver as antigas formas de arte.

Os célicos entre nós podem descartar a dança clássica como sendo arcaica. Os condescendentes do assunto podem deliciar-se com a sua dimensão visual exotérica. Outros que são pedantes podem maravilhar-se com a sua sofisticação técnica. Este artigo é um esforço humilde para convidar o leitor a desvendar a dança clássica, para além do aparente. O clássico implica atemporalidade e, portanto, a dança clássica é tão potente hoje quanto era há mil anos para invocar a essência espiritual que está dentro de nós, se alguém estiver disposto a mergulhar profundamente nela. Platão fez uma citação famosa: “Homem, tu és Deus, mas esqueceste-te”, referindo-se à memória do espírito atemporal que reside em nós e que nos une com a inteligência cósmica eterna e omnisciente. A dança clássica é potencialmente um meio para reviver essa memória indescritível. Quando a narrativa da música, a intenção e atenção do dançarino e a acuidade da habilidade confluem ceremoniosamente com a atitude certa do observador no momento oportuno – algo mágico pode acontecer. Talvez essa magia seja a reminiscência da alma.

As tradições esotéricas sugerem que todos nós temos essa centelha inata. Cada um pode alimentar a sua chama de maneira diferente. Não existe uma panaceia única para o vazio espiritual que experimentamos intermitentemente, mas a dança clássica merece ser explorada em nome do reacendimento da luz sagrada, a memória da alma, intrínseca à nossa existência.



# Os Festivais Solares no Budismo Tibetano

Por *Giulia Giacco*

As qualidades do solstício de verão: a tranquilidade, a luz, a clareza, a abertura, o calor e a abundância, são comparáveis, em muitos aspectos, aos elementos de iluminação nos ensinamentos de Buda. No entanto, o budismo não celebra o solstício de verão. As celebrações do solstício de verão não parecem sincronizar-se bem com o conceito de “caminho do meio”. Uma das razões para o solstício de verão ter

sido historicamente um momento de celebração e alegria está, sem dúvida, ligada à quantidade de luz solar recebida. O solstício marca o dia mais longo do ano e o verão é uma época de mais facilidade e maiores excessos, exemplificado pelo rebentar da luz e pela vontade de se movimentar e estar ao ar livre para recuperar o tempo “perdido” durante o escuro, frio e longo inverno.



Solstício de Verão no Stonehenge. *Imagen com licença de Pixabay*

No entanto, o verão também pode ser uma época de apatia, inércia, de ansiedade velada, mas crescente, à medida que a cimeira da luz solar é alcançada e o sol já inverteu a sua trajetória. A aparente associação do solstício e da estação do verão com as “reações do corpo” às circunstâncias naturais do “clima”, pode parecer, de facto, do ponto de vista budista, muito mais relacionada com a vida no corpo físico do que com a vida interior. É uma forma bastante “relativa” de iluminação, se assim podemos dizer.

Nem todas as culturas usam um calendário solar. Nas tradições budistas Mahayana, baseadas no mês lunar, é a relação entre o sol e a lua que é importante na determinação e celebração dos festivais solares. A tradição budista convida a reconhecer a transitoriedade de tudo o que se manifesta, o que é um reflexo da lei da ciclicidade: toda e qualquer festa sagrada no mês, seguindo o ritmo das fases da lua, reconhece essa ciclicidade ao mesmo tempo que celebra a iluminação física e metafísica. Na lua cheia, o sol e a lua estão em oposição exata e, portanto, a lua é totalmente iluminada pela luz do sol. Portanto, os períodos de lua cheia têm sido

chamados de “festivais solares” ou “festivais do fogo solar”, abrangendo cinco dias – dois dias antes, o dia da lunação em si e os dois dias seguintes.



Fases da Lua. *Imagen com licença da Pixabay*

O mais sagrado entre os festivais solares mensais cai no quarto mês do calendário tibetano, e é chamado *Saka Dawa*. As festividades atingem o pico no 15º dia lunar (lua cheia), que está associado a três grandes eventos na vida de Buda – o seu nascimento, a sua iluminação numa noite de lua

cheia e o seu *Parinirvana* (morte). O *Saka Dawa* costuma ser comemorado entre abril e maio, mas em anos bissextos, cai entre maio e junho. Os budistas tibetanos acreditam que imensas quantidades de méritos e purificação podem ser acumuladas através da prática neste período. Estes atos meritórios giram em torno dos primeiros ensinamentos de *Sila* (moralidade), *Dana* (generosidade) e *Bhavana* (meditação). Como o dia de lua cheia é o mais sagrado, esses atos são praticados com mais atenção e entusiasmo.

As práticas realizadas durante o *Saka Dawa* e os festivais solares podem ser vistas como experiências recentradas em momentos de devoção e conexão com o sagrado, refletindo a forma como a ação se expressa no mundo. O período seguinte à cimeira da luz (“verão” nos nossos calendários solares) é um momento de consolidação do que se ganhou em termos de ideias durante estas práticas, um tempo de colher os frutos do trabalho interno com a presença e abertura características deste tempo de aparente “tranquilidade”.



Festival Saka Dawa

Como observamos acima, os fatores externos do verão são muitos e podem representar um momento de dispersão. À medida que os espaços exterior e interior que habitamos se “expandem”, exigindo de nós mais atenção e compaixão, a nossa luz interior pode ajudar-nos a navegar com dignidade e aceitação, sabendo ao mesmo tempo que os dias quentes e a luz do sol vêm e vão. É um momento de integração e aplicação do que aprendemos, em todas as atividades, também olhando para fora ao passo que deixamos as nossas preocupações enquanto estamos juntos, experimentando algo maior do que nós mesmos. Os tempos de luz ajudam-nos a reorientar, a refletir, a ver claramente, diretamente, sem julgamentos, no interior das nossas sombras. Da mesma forma que os agricultores armazenam a colheita durante o verão para o resto do ano, podemos “armazenar” o que adquirimos através dos nossos esforços e méritos pessoais e aceder-lhes quando precisarmos de ganhar perspectiva e de nos conectar com a essência das coisas durante as estações mais sombrias da nossa alma.

Podemos recorrer ao nosso “armazenamento da colheita” interno para ganhar confiança e saber que a capacidade de iluminação, de nos tornarmos um Buda, existe em cada indivíduo, independentemente da época do mês ou do ano, da quantidade de luz solar ou da temperatura. A luz está sempre lá, seja dia ou noite, inverno ou verão: ela nunca se apaga. Precisamos de nos conectar com ela conscientemente e de sermos capazes de a expressar. A fonte, o fator da luz, o nosso sol, a nossa lua cheia, está dentro de nós. O solstício de verão e os festivais solares são apenas lembretes cílicos definidos pela natureza nos nossos calendários pessoais e coletivos.



# Filme Samsara

Por Juan Adrada

O que significa Samsara? Para os Budistas, é a roda das reencarnações, mais especificamente, significa movimento e mudança. A sua rotação (movimento) provém de uma força primordial que deu origem ao movimento de causa-efeito – também conhecido como a Lei do Karma – que está em constante movimento e que guia a Mónada, o Espírito, para o oceano da vida e da

morte. O seu grande propósito é libertar a alma da produção kármica, quebrando as algemas da roda e a necessidade de renascer. Apesar disto, o Karma força a alma a entrar no reino da matéria, por forma a ganhar a experiência necessária para atingir a sua origem divina e a sua iluminação. Atingindo este propósito, a alma não mais necessita de entrar no mundo material.



Mural da Roda da Vida (Trongsa Dzong) no Butão. Licença de Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0.

O Buddha é um modelo de homem encarnado que atingiu a divindade, que se libertou dos elos da roda do Samsara. Para atingir este feito, ele teve de, primeiramente, se libertar das suas antigas riquezas e glórias (ele era um príncipe de um pequeno reino) e abandonar a sua esposa e filho na busca do seu Dharma. Ele submete o seu corpo a terríveis privações e dificuldades, mas, mesmo assim, não conseguiu encontrar a paz no seu coração; até que um dia, sentado debaixo da árvore de Bodhi (árvore da sabedoria), ele ouve a canção de uma mulher que o salvou, oferecendo-lhe uma humilde refeição.

*... quando as cordas da vina estão muito apertadas, elas partem-se, e quando estão muito soltas, não produzem som.*

Ele foi iluminado e descobriu as Quatro Nobres Verdades, que conduzem ao Caminho do Meio, o Caminho da Lei do Dharma.

1. A primeira verdade refere-se à dor. Todas as coisas manifestadas são submetidas à dor;
2. A segunda refere-se à causa da dor; esta é a Maya deste mundo; ela toma as coisas como reais e eternas, mas que, na realidade, são instáveis e enganosas;
3. A terceira verdade refere-se à eliminação da dor, que apenas pode ser alcançada quando a sede de viver é transformada num maior nível de consciência;
4. A quarta verdade é como cumprir esta tarefa. É designada de “Os oitos nobres caminhos” que conduzem à eliminação da dor e que incluem os seguintes passos: observação correta, intenção correta, discurso correto, ações corretas, subsistência adequada, esforço correto, pensamentos e concentração corretos.

Este filme é sobre a dor e o prazer. O amor e a luxúria vacilam entre estas duas condições. E é devido ao amor que uma alma desce dos céus à terra, ao reino de Maya. Dor e prazer são, em muitas ocasiões, os dois lados de uma mesma moeda. Poderão existir um sem o outro?



Deusa Maya

O protagonista é um monge, que aos 5 anos se juntou a um mosteiro, onde se aprisionou por 3 anos, 3 semanas e 3 dias. O número 3 é um número sagrado para o budismo. Ele representa o Espírito Superior, o Triplo Logos Solar. O Triplo é a expressão da Unidade Vontade, Amor e Inteligência. Três anos mais tarde, o seu mestre e outros monges visitaram-no. Eles encontraram-no num estado físico deplorável, não era mais do que um esqueleto. No entanto, ele havia dominado o seu corpo para não o prejudicar nos seus exercícios de meditação. As suas funções físicas estavam funcionais, apesar da ausência de consciência. O seu cabelo era cumprido e seboso e as suas unhas tanto dos pés como das mãos eram grandes e finas. O sacerdote limpou-lhe o corpo para que o espírito pudesse regressar das esferas da sua jornada e encontrasse a paz. Os outros monges honraram-no e respeitaram-no pelos seus esforços.

De repente, nada disto importa para ele, enquanto ele vê uma mulher a amamentar o seu bebé. A luxúria dentro dele transborda e por mais que ele a tente esconder, ela acaba sempre por aparecer nos seus sonhos e vagarosamente lança-lhe sombras de dúvida.

Para os budistas, a manifestação do espírito não está apenas relacionada com o corpo físico. Há também o corpo astral das emoções (Linga Sharira) e o corpo mental, a mente dos desejos (Kama Manas). O monge pode ter dominado, temporariamente, as funções do seu corpo físico, mas isso não significa que ele tenha derrotado o campo material, pois há mais 3 formas subtils de aprisionar o espírito. Ele sente intensamente as necessidades destes corpos e não consegue lutar contra elas.

*“Até a Ele (Buddha) lhe foi permitida uma existência mundana até aos 29 anos! Mas desde os 5 anos eu fui disciplinado a viver como o Buddha, após ele ter renunciado o mundo. Porquê? Como podemos saber se a sua iluminação não é resultado direto da sua vida mundana?” perguntou ele ao seu mestre.*

*“...onde está a liberdade que me foi prometida, depois de uma restrita disciplina monástica? Onde está a recompensa pelo nosso voto de celibato?”*

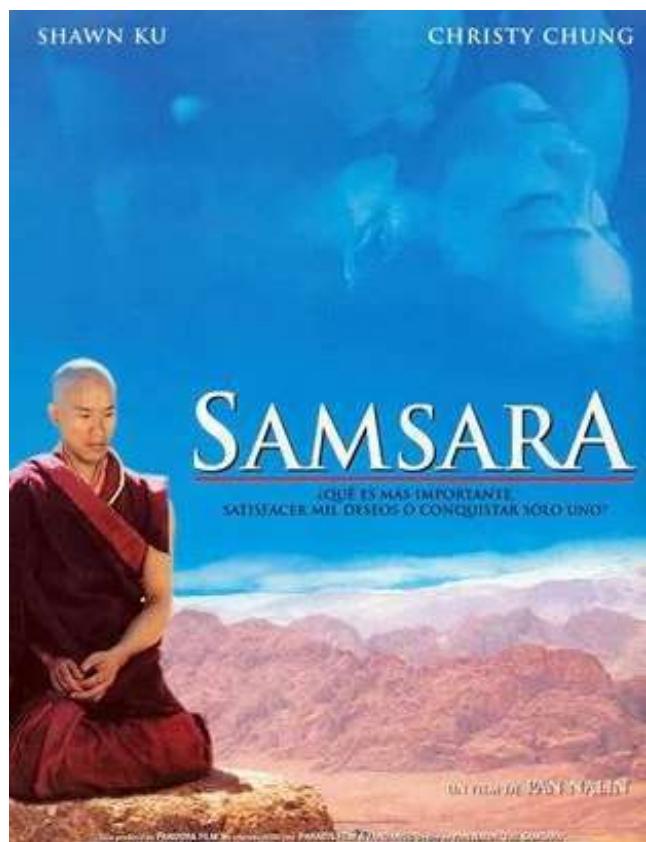
Assim fala a alma aprisionada, cheia de desejos. Ela quer viver, sentir, amar, ser magoada. Ele recorda as palavras de Buddha:

*“Tu não deves aceitar os meus ensinamentos como meros dizeres, até que estejas pronto para os compreenderes a partir do teu ponto de vista.”*

Ele decidiu abandonar a vida monástica dizendo: “Há coisas que temos de desaprender para as aprender de novo. E há coisas que temos de possuir para lhes podermos renunciar.”

O significado da evolução, na compreensão budista, está contido nesta frase. A alma esquece a sua

origem divina para aprender através da experiência. Quando entra em contacto com a matéria e possuiu coisas, elas tornam-se na sua prisão; mas só depois disso é que ela as consegue renunciar e libertar-se da sua necessidade. Ela ganha consciência da sua origem divida. Ela atingiu o seu objetivo.



Capa do filme

Assim, o protagonista deixa, sem anunciar, o mosteiro durante a noite, tal como Budha deixou o seu palácio. Mas, ao contrário de Budha, ele não parte para salvar a sua alma, mas sim para a encontrar. Casa-se, tem filhos, torna-se agricultor, luta para viver, enfrenta exploradores que o tentam enganar, experienciando todos os bons e maus momentos de uma vida normal. E depois comete um pecado comum: o adultério.

Este pecado leva-o para uma segunda crise. Ele está desapontado consigo mesmo, pelas suas más escolhas; ele sente que não está a evoluir e que se esqueceu da luta contra os seus desejos e erros. Mais uma vez, ele decide partir. Abandona a sua esposa

e filho, partindo, à noite, sem aviso, e regressa ao mosteiro, para acalmar a sua mente sob a proteção dos espíritos e aconselhamento do seu mestre. Ele ganhou experiência; agora ele sabe...

No entanto, ao virar da rua espera-o a sua mulher. Ele gerou karma, ele criou laços e tais laços não podem ser quebrados do dia para a noite.

*“Yashodhara... Conheces este nome? Príncipe Siddhartha, Gautama, Shakyamuni, Buddha. Toda a gente conhece estes nomes. Mas Yashodhara?”*

Yashodhara foi casada com Siddhartha. Ela amou-o profundamente. Certa noite, Siddhartha deixou-a, a ela e ao seu filho, Rahula, para procurar a iluminação e tornar-se Buddha. Ele nem lhe disse uma palavra quando a abandonou. Yashodhara demonstrou compaixão pelo sofrimento e doença muito antes de Siddhartha ter consciência do sofrimento! Quem poderá dizer se a sua iluminação não foi oferecida por ela?...” estas palavras rasgaram a sua alma, tornando a decisão ainda mais difícil. Ele não pagou o karma que criou e foi chamado de volta. Ele arrependeu-se e compreendeu a sua dívida, mas a sua mulher libertou-o dela. Ela parte dizendo uma grande verdade.

*“Se os teus pensamentos para com o Dharma tiverem a mesma intensidade como o amor e a paixão que me demonstraste, tu tornar-te-ás num Buddha neste corpo, nesta vida.”*

Ela já não é a sua esposa, ela é um símbolo da sabedoria da nossa alma. Ninguém lhe pode esconder nada. Então, quais são os desejos que devemos controlar? Talvez o desejo da satisfação que incorpora em si milhares de desejos...

Então, o filme acaba, mas a jornada do protagonista começa agora.



# Budismo no Glossário Teosófico de H. P. Blavatsky

Por Pandava

## PRIMEIRA PARTE

**Abhaya**/ “Destemor” – um filho do Dharma; e também uma vida religiosa de dever. Como adjetivo, “Destemido”, Abhaya é um epíteto dado a todo o Buda.

**abhayagiri**/ “Monte Destemido” no Ceilão. Possui um antigo Vihâra, ou mosteiro, no qual o conhecido

viajante chinês Fa-hien encontrou 5 000 sacerdotes budistas e ascetas no ano 400 da nossa Era, e uma Escola chamada de Abhayagiri Vâsinah, “Escola da Floresta Secreta”. Esta escola filosófica era considerada herética, pois os ascetas estudavam as doutrinas tanto dos veículos “maiores” quanto dos “menores” – ou os sistemas Mahâyâna e Hinayâna, e Triyâna, ou os três graus sucessivos de Yoga;

assim como faz agora uma certa Fraternidade além do Himalaia. Isto prova que os “discípulos de Kâtyâyana” eram e são tão não-sectários quanto os seus humildes admiradores, os teósofos, o são agora (ver Escola “Sthâvirâh”). Esta era a mais mística de todas as escolas e famosa pelo número de Arhats que produziu. A Irmandade de Abhayagiri chamava-se a si mesma de discípulos de Kâtyâyana, o Chela favorito de Gautama, o Buda. A tradição diz que, devido à intolerância fanática e à perseguição, eles deixaram o Ceilão e passaram além do Himalaia, onde permanecem desde então.



Estátua de bronze dourado de Amithabha, século VIII Silla, Coréia. Imagem de domínio público

**abhidharma/** A metafísica (terceira) parte do Tripitaka, um Trabalho budista de Kâtyâyana.

**abhijna/** Seis dons fenomenais (ou “sobrenaturais”) que o Buda Shakyamuni adquiriu na noite em que alcançou o estado de Buda. Este é o “quarto” grau

de Dhyâna (o sétimo nos ensinamentos esotéricos), que deve ser alcançado por todo o verdadeiro Arhat. Na China, os ascetas budistas iniciados consideram seis desses poderes, mas no Ceilão eles consideram apenas cinco. O primeiro Abhijñâ é Divyachakhus, a visão instantânea de qualquer coisa que alguém queira ver; o segundo, é Divyasrotra, o poder de compreender qualquer som, etc., etc.

**abhuta-dharma/** A “lei” das coisas nunca antes ouvidas. Um tipo de budista trabalha sobre eventos milagrosos ou fenomenais.

**adhi-hautika/** A segunda dos três tipos de dor; lit., “Mal originado por coisas ou seres externos.”

**adhi-daivika/** A terceira dos três tipos de dor. “Mal originado por causas divinas, o justo castigo kármico.”

**adhyatmika/** A primeira dos três tipos de dor; lit., “Mal originado em Si mesmo”, um mal induzido ou gerado por Si mesmo, ou pelo próprio homem.

**adi/** O Primeiro, o primordial. O Primeiro, o primigénio. Na filosofia Esotérica, os “Filhos de Adi” são chamados os “Filhos da Névoa de Fogo”. Um termo usado por certos adeptos.

**adi-buddha/** O primeiro e supremo Buda, não reconhecido na Igreja do sul. A Luz Eterna.

**adhibudhi/** Inteligência Primigénia ou Sabedoria; o eterno Budhi ou Mente Universal. Usado como Ideação Divina, sendo “Mahâbuddhi” sinônimo de MAHAT.

**amitabha/** A perversão chinesa do sânscrito Amrita Buddha, ou o “Imortal Iluminado”, um nome de Gautama Buda. O nome tem variações como Amita, Abida, Amitâya, etc., e é explicado que este significa “Idade sem limites” e também “Luz sem limites”. A concepção original do ideal de uma luz divina impessoal foi antropomorfizada ao longo do tempo.



Representação tibetana de Asaṅga e Maitreya.  
Imagen de domínio público

**anagamin**/ Aquele que não renascerá no mundo do desejo. Uma etapa antes de se tornar num Arhat e pronto para o Nirvana. O terceiro dos quatro graus de santidade no caminho para a Iniciação final.

**ananda**/ Bem-aventurança, alegria, felicidade. Um nome do discípulo favorito de Gautama, o Senhor Buda.

**arahat**/ Também é pronunciado e escrito Arhat, Arhan, Rahat, etc., “o digno”, lit., “merecedor de honras divinas”. Este foi o nome dado primeiro aos jainistas e depois aos homens santos budistas iniciados nos mistérios esotéricos. O Arhat é aquele que entrou no caminho mais elevado e melhor e, portanto, está emancipado do renascimento.

**aryahata**/ O “Caminho do Arhat”, ou da santidade.

**aryasangha**/ O Fundador da primeira Escola Yogâchârya. Este Arhat, um discípulo direto de

Gautama, o Buda, é inexplicavelmente misturado e confundido com uma personagem com o mesmo nome, que teria vivido em Ayôdhyá (Oude) por volta dos séculos V ou VI d.C., e ensinou a adoração Tântrika para além do sistema Yogâchârya. Aqueles que tentaram torná-lo popular afirmaram que ele era o próprio Âryasangha, que tinha sido um seguidor de Sâkyamuni e que tinha 1 000 anos de idade. A evidência interna por si só é suficiente para mostrar que as obras escritas por ele e traduzidas por volta de 600 d.C., obras cheias de adoração tântrica, ritualismo e princípios agora amplamente seguidos pelas seitas do “chapéu vermelho” em Sikkim, Butão e o Pequeno Tibete, não podem ser as mesmas que o sistema elevado da primitiva escola Yogâchârya de Budismo puro, que não é do norte nem do sul, senão absolutamente esotérico. Embora nenhum dos livros genuínos de Yogâchârya (o Narjol chodpa) se tenha tornado público ou comercializável, encontramos no Yogâchârya Bhûmi Shâstra do pseudo-Âryasangha, muito do sistema mais antigo, em cujos princípios ele pode ter sido iniciado. Está, no entanto, tão misturado com o Sivaísmo e a magia tântrica e as superstições, que a obra frustra o seu próprio fim, apesar da sua notável subtileza dialética. O quão duvidosas são as conclusões alcançadas pelos nossos orientalistas e contraditórias as datas por eles atribuídas, pode ser visto no caso em questão. Enquanto Csoma de Körös – que, aliás, nunca conheceu os Gelukpa (chapéus amarelos), mas obteve todas as suas informações dos lamas “chapés vermelhos” da Fronteira –, coloca o pseudo-Âryasangha no século VII da nossa era; Wassiljew, que passou a maior parte da sua vida na China, prova que viveu muito antes; e Wilson (ver Roy. As. Soc., Vol. VI., P. 240), ao falar do período em que as obras de Âryasangha, ainda existentes em sânscrito, foram escritas, acredita que agora “ficou estabelecido que elas foram escritas pelo menos um século e meio antes da era do Cristianismo ou então, em igual período, mas depois.” Seja como for e como é indiscutível que as obras religiosas Mahâyâna foram escritas muito antes da época Âryasangha – quer tivesse vivido no “século II a.C.” ou no “VII d.C.” – e que estas contêm mais do que todos os princípios fundamentais do sistema Yogâchârya, tão desfigurado pelo imitador

Ayôdhyan - a inferência é que deve existir em algum lugar uma genuína interpretação livre do Shivaísmo popular e da magia da mão esquerda.

**aryasatyani**/ As quatro verdades ou os quatro dogmas, que são (1) Dukha, ou que a miséria e a dor, são concomitantes inevitáveis da existência consciente (esotéricamente, física); (2) Samudaya, a obviedade de que o sofrimento é intensificado pelas paixões humanas; (3) Nirôdha, que o esmagamento e a extinção de todos esses sentimentos são possíveis para um homem “no caminho”; (4) Mârga, o caminho estreito, ou esse caminho que leva a um resultado tão abençoado.

**attavada** / O pecado da personalidade.

**avaivartika**/ Um epíteto de cada Buda: lit. aquele que não volta atrás; aquele que vai direto para o Nirvana.



Bodhisattva Avalokiteshvara com mil braços, final do século XVIII – início do século XIX Don Gustave Dumoutier. 1889.

Imagen de Jean-Pierre Dalbéra com licença *Attribution 2.0 Generic (CC BY 2.0)*

**avalokitezvara** / “O Senhor que Vê” Na interpretação exotérica, é Padmapâni (o portador do lótus e o nascido do lótus) no Tibete, o primeiro antepassado divino dos tibetanos, a plena encarnação ou Avatar de Avalokitesvara; mas na filosofia esotérica Avaloki, o “observador”, é o Eu Superior, enquanto Padmapani é o Ego Superior ou Manas. A fórmula mística “Om mani padme hum” é especialmente usada para invocar a sua ajuda conjunta. Enquanto a fantasia popular reivindica para Avalokitesvara muitas encarnações na terra e vê nele, não muito erroneamente, o guia espiritual de todos os crentes, a interpretação esotérica vê nele o Logos, tanto celestial como humano. Portanto, quando a Escola Yogâchârya declarou Avalokitesvara como Padmâpani “para ser o Bodhisattva Dhyâni do Buda Amitâbha”, é de fato porque o primeiro é o reflexo espiritual no mundo das formas do segundo, ambos sendo Um, um no céu, o outro na terra.

**avarasaila** / A Escola dos Moradores na montanha ocidental. Um famoso Vihâra (mosteiro) em Dhankstchâka, segundo Eitel, “construído em 600 a.C. e abandonado em 600 d.C.”

**avatara**/ Encarnação divina. A descendida de um deus ou algum Ser Exaltado, que progrediu além da necessidade de Renascimentos, ao corpo de um simples mortal. Krishna era um avatar de Vishnu. O Dalai Lama é considerado um avatar de Avalokiteswara e o Teschu Lama como o avatar de Tsong-kha-pa ou Amitâbha. Existem dois tipos de avatares: os nascidos de mulher e os sem pais, os anupapâdaka.

**avidya**/ Oposto de Vidyâ, Conhecimento. A ignorância que procede e é produzida pela ilusão dos Sentidos ou Viparyava.

**avitchi**/ Um estado: não necessariamente depois da morte ou entre dois nascimentos, porque também pode acontecer na terra. Lit.: “inferno ininterrupto”. O último dos oito infernos, é-nos dito, “onde os culpados morrem e renascem sem interrupção, mas não sem esperança de redenção final”. Isto é porque Avitchi é um outro nome para Myalba (a nossa terra) e também um estado ao qual alguns homens sem alma estão condenados neste plano físico.



# Os Pequenos Gurus e a Compaixão

Por Juan Martín

O desprezo pelos pequenos gurus é política tradicional no Oriente, ou seja, por aqueles que adotam a posição de mestres dos outros, quando, na verdade, nem conhecem nem seguiram o caminho para serem aquilo que preconizam.

O caminho inicia e passa por dois eixos fundamentais: a compaixão na multidão; e o trabalho interior na

solidão. São dois caminhos complementares, ao fim dos quais uma coisa só existe, pois a compaixão é também o trabalho interior que se faz com vista a melhorar-se para melhor ajudar os outros e, por outro lado, ajudar os outros é mais eficaz quando se faz a partir da visão que a solidão interior provoca nas pessoas, solidão profunda que nos permite ver para além das aparentes necessidades do ser

humano e, por conseguinte, encontrar a melhor forma de ajudar o próximo: aquilo que vai direto ao coração interior e que impulsiona a libertação.

O próprio Buda considerou 4 situações: a de quem tinha compaixão pelos outros enquanto se esquecia de si mesmo; aqueles que não ajudavam os outros nem se ajudavam a si mesmos; os que se dedicavam ao desenvolvimento interior, mas que se esqueciam dos outros; e, finalmente, aqueles que aliavam a uma ação externa compassiva para com os outros uma dedicação simultânea e interna ao seu próprio desenvolvimento.

Evidentemente, os seres perfeitos uniriam uma ação compassiva externa e uma meditação interna proveitosa. Porém, Buda também considerava que uma meditação profunda e um trabalho interior era, por si só, bom, sempre que se fizesse com a intenção perfeita de ajudar os outros.

Por outras palavras, da riqueza interior, se não estiver repleta de egoísmo, vem a abundância que se espalha para os outros. Há um velho ditado que diz que “a caridade bem compreendida começa por si mesmo”, porque não se pode dar o que não se tem.



Monge a transmitir os ensinamentos.  
Imagen com licença de Pixabay

O pequeno mestre acovarda-se perante a imensa tarefa de ensinar os outros e, não podendo

enfrentá-la, só tem duas opções: ou reconhece humildemente a sua impotência e se aposenta, ou, na maioria das vezes, movido pela vaidade, arranja desculpas para não ensinar o que lhe foi transmitido e assim inventar novos ensinamentos a partir do seu próprio cérebro torturado.

No entanto, a tradição escolástica secular, seguida por todos os grandes mestres, tem consistido precisamente no comentário e esclarecimento dos ensinamentos recebidos, não na caprichosa ou vã adição pessoal de novas ideias que não estavam no ensinamento original. Mas este trabalho é fruto de horas de esforço e meditação sobre esses ensinamentos, de uma preocupação não só de compreender, mas de pensar em como explicar aos outros as maravilhas que se encontram, ou seja, como partilhar; e então, movido por essa compaixão, pelo desejo ardente de buscar o benefício não só para si, mas para os outros, surge o trabalho externo daquele que ensina.

Em algum momento, em algum lugar, pela primeira vez nesta cadeia de existências humanas, alguém se aproximou humildemente para ouvir atentamente os ensinamentos de um mestre, porque é nisso que tudo consiste. E levou-os no seu coração, e por isso mesmo os praticou, e então encontrou outros seres humanos que não os haviam escutado, e propôs-se, após longas horas de meditação e trabalho interior, a compartilhar o que sabia.

Não importava se eram transmitidos à beira de um rio, ou à sombra de um bosque, nem numa cidade moderna, nem nos desertos, nem se eram organizadas festividades culturais, nem atividades sem sentido, embora apreciadas pelo mundo exterior, mas o que era importante era trabalhar primeiro em si mesmo, estar preparado para dar tudo. Então, leia o que lhe deram, com cuidado, procure o seu significado no seu interior, medite sobre o que aprendeu e, em seguida, com grande humildade, repita o que lhe foi ensinado.

curso

● ● ●

# FILOSOFIA PRÁTICA



## Conhecer-se a si mesmo

O conhecimento de si mesmo é a chave de todo o conhecimento superior e da compreensão da Natureza; é o primeiro passo na transformação de nós próprios.

No entanto, nem sempre pensamos, sentimos ou agimos como gostaríamos. Temos sentimentos indesejados, alegrias fugazes e relacionamentos complicados.

Uma sébia gestão emocional pode resolver muitos dos nossos problemas, ajudando-nos a conviver com tudo o que nos rodeia.



## A harmonia do mundo

Há na natureza uma harmonia com a qual podemos entrar em sintonia.

A sociedade e a harmonia nas relações são construídas por indivíduos conscientes e ativos nessa construção de um mundo melhor.

A filosofia dá-nos pistas sobre como quebrar as correntes da ignorância pessoal, do preconceito e do medo para uma sociedade mais aberta e mais livre.



## O sentido da existência

Uma vida com sentido não é algo assim tão distante como se poderia pensar.

Elá está enraizada no exercício das nossas melhores capacidades inatas como a força de vontade, amor e empatia, criatividade, coragem e resiliência, atenção e serviço ao outro.

A prática das virtudes próprias do ser humano confere um sentido a cada um dos nossos actos e integra-nos com o caminho da humanidade.