

A FAMÍLIA HUMANA

pelo Venerável Ajahn Sumedho

Tradução: Ana Carmen Castelo Branco

Revisão: Amandina Morbeck

© Edições Nalanda, 2006

Endereço da página onde se encontra este texto:

<http://www.nalanda.org.br/sala/sumedho.php>

A FAMÍLIA HUMANA

Ajahn Sumedho

Hoje em dia, a tendência é nos preocuparmos mais conosco do que com nossas famílias. Esse é um período em que o individualismo tem sido enfatizado de forma absurda. A oportunidade que temos para nos desenvolver como indivíduos no mundo moderno é incrível, não é? Cada um de nós tem sido estimulado para ser auto-suficiente e independente. Fomos ensinados a ter uma personalidade, desenvolvermos nossa criatividade e nossas vidas da forma que quisermos como indivíduos livres. Podemos fazer o que quisermos, quer nossa família goste ou não. Agora, o problema da glorificação do individualismo como um fim em si mesmo é que ele resulta em uma existência neurótica e sem significado. Somente sendo um agente livre – um indivíduo que faz o que quer – pode fazer com que tenhamos alguns momentos prazerosos e possamos tirar proveito disso de algumas maneiras. Outras vezes, porém, é muito deprimente não estar verdadeiramente ligado a alguém, não ser capaz de servir ninguém. Existe algo em todos nós, homens e mulheres, que faz com que queiramos nos doar. Gostaríamos de nos sacrificar ou nos doar a outra pessoa ou a uma causa, a algo que está além de nós mesmos.

Viver a vida religiosa é um doar de si mesmo – ao Dhamma, a Deus ou a qualquer coisa que seja a verdade suprema em uma religião particular. O propósito do monasticismo é o de vocês se doarem completamente. Vocês se libertam do desejo por recompensa pessoal ou reconhecimento de qualquer tipo, apenas para serem capazes de se tornar um bom monge ou monja e se doar totalmente aos refúgios do Buddha, do Dhamma e da Sangha.

O ideal da vida familiar é para o homem e a mulher se unirem para se entregarem um ao outro. Assim, o sentido de ser uma pessoa independente tem de ser sacrificado em prol do casal. Depois, com filhos a caminho, o casal se torna uma família e tem de desistir de tudo pelos filhos. Vejo como os pais se rendem totalmente às necessidades de seus filhos e acho isso admirável. Parece que são 24 horas por dia de contínua doação a um outro ser. Algumas vezes, isso pode ser irritante e aborrecido, mas em outras vezes vocês podem ver que é muito recompensador, que os pais realmente doam de forma sábia, não sem necessidade, mas como resultado de reflexão real e entendimento da situação.

Eles sentem uma tremenda alegria ao desistir de seus interesses pessoais, privacidade, direitos e muito mais por causa de uma criança indefesa.

Atualmente, há muita confusão sobre os papéis de homens e mulheres porque os papéis tradicionais têm sido questionados. Não podemos dar como certo que "os deveres do homem são esses" e "os da mulher são aqueles". Na geração de minha mãe, as pessoas tomavam isso como certo porque os papéis eram definidos mais claramente. Mesmo hoje em dia, os papéis são inquestionáveis em uma sociedade tradicional, como nas comunidades dos plantadores de arroz no nordeste da Tailândia. Todos sabem o que devem fazer. A estrutura social e o modo de vida são aceitos naturalmente, em harmonia com a natureza; assim, ninguém questiona.

No entanto, especialmente se vocês têm estudo, vocês começam questionar sobre o momento de deixar a segurança de uma situação. Começam ler e ouvir outras pessoas. Ouvem diferentes visões e opiniões e começam duvidar. Vocês perguntam: "A vida tem de ser exatamente assim ou existe um outro modo de vê-la? A mulher tem de ser desse jeito? E se ela mudar, ela está certa ou errada? O que um homem deveria ser? Qual é o dever de uma mãe e de um pai?"

Papéis tradicionais

Gostaria de resumir o conselho do Cânon Pali sobre os deveres que as pessoas têm em seus vários papéis. Essas são as orientações de uma cultura asiática de 2.500 anos atrás. O Sigalovada Sutta lista os deveres de pais e filhos, alunos e professores, maridos e mulheres, amigos, patrões e empregados e mestres espirituais e seus discípulos.

As primeiras orientações são sobre pais e filhos. Um pai não deve deixar o filho fazer coisas erradas; ele deve encorajar a criança a fazer o bem, cuidar para que ele ou ela receba treinamento em artes e ciências, encontrar um cônjuge adequado para ele ou ela e partilhar sua fortuna no tempo certo. Por sua vez, um filho deve ajudar tomar conta dos assuntos dos pais, assegurar a sobrevivência do nome da família, portar-se de forma que seja merecedor da fortuna herdada e fazer oferendas em memória dos pais quando estes morrerem.

Não me lembro de alguma vez ter recebido conselho como esse. Na verdade, meus pais diziam: "Queremos que você cresça e seja completamente independente de nós. E, de nossa parte, esperamos economizar bastante dinheiro para que, quando estivermos velhos, não dependamos de você". Havia um senso de independência de ambos os lados. Em nossa sociedade moderna, temos claramente um modelo diferente de como pais e filhos devem se comportar para com o outro.

O segundo conjunto de orientações é sobre alunos e professores. O aluno deve levantar-se para receber o professor como sinal de respeito, esperar pelo seu comparecimento, prestar atenção ao que ele fala e aprender com atitude de respeito. O professor, recebendo essa forma de apoio, deve guiar bem o aluno, não manter nada da matéria em segredo ou às escondidas, elogiar o aluno entre amigos e proteger e cuidar dele. Infelizmente, atualmente poucos alunos recebem tal tratamento do professor e a maioria dos professores ficaria surpresa ao receber tal tratamento do aluno.

O terceiro conjunto de orientações é sobre esposos e esposas. O esposo deve elogiar sua esposa afirmando que ela é realmente sua mulher, não deve desdenhá-la nem ser infiel, deve deixá-la a cargo do lar, da família e do dinheiro e deve lhe dar bijuterias e ornamentos. Por sua vez, a esposa deve organizar bem os assuntos familiares, ajudar parentes e amigos do marido, não ser infiel, cuidar da propriedade familiar e ser firme em suas obrigações. Esse é um conselho para um casamento tradicional; ele apresenta um ideal do que se espera que cada parceiro faça. Essas foram as orientações para um relacionamento cooperativo em que poderia haver apoio e respeito mútuos, em vez de independência, direitos e conflitos.

O quarto conjunto de orientações é sobre relacionamento entre dois amigos. Um amigo deve dividir as coisas com o outro, conversar agradavelmente, fazer coisas úteis, ser calmo e sereno sem orgulho e falar a verdade sem pretensão. Em retorno, o amigo deve dar proteção e proteger a propriedade do outro quando este for descuidado, abrigá-lo quando houver perigo, não abandoná-lo na adversidade e defendê-lo, juntamente com seus parentes.

O quinto conjunto de orientações é sobre patrões e empregados. O patrão deve oferecer para o empregado um trabalho que seja adequado e de acordo com sua força, dar-lhe comida e recompensas, cuidar e tratar dele quando

estiver doente, compartilhar iguarias incomuns e saborosas com ele e dar-lhe descanso. O empregado deve levantar cedo, começar trabalhar antes e terminar o trabalho depois do patrão, pegar apenas o que o patrão lhe der (em outras palavras, não roubar), tentar constantemente trabalhar melhor e elogiar as virtudes do patrão.

O último conjunto de orientações é sobre relacionamento entre professores espirituais e seus discípulos. O professor espiritual deve encorajar o discípulo a fazer o bem, ajudá-lo com a mente compassiva, dizer-lhe coisas que ele não ouviu antes, clarear aquilo que ele já ouviu e contar-lhe sobre como alcançar os reinos celestes. O discípulo deve apoiar o professor por meio da bondade amorosa, com ações físicas, da fala e mentais. Além disso, o discípulo não deve proibir o professor de entrar em sua casa e deve lhe fornecer alimento, abrigo, roupas e medicamentos.

Essas orientações representam o conselho tradicional budhista para com os relacionamentos. Mas em nossa cultura, exatamente agora, temos de contemplar por nós mesmos: "O que é relacionamento? Como devemos nos relacionar? O que esperamos? Que queremos ou exigimos? E o que estamos dispostos a dar?" Temos de perguntar a nós mesmos e considerar se sabemos nos relacionar com outra pessoa.

Encontrar o equilíbrio sem os papéis tradicionais

Se viermos com uma posição idealista do tipo "Somos todos iguais, somos exatamente os mesmos, não há diferença", então em várias situações ficará difícil de se relacionar, não é? Quem lavará a louça? Quem colocará o lixo para fora? Quem dará as ordens? Quem irá segui-las? Se todos acharmos que somos iguais, poderemos ficar confusos por não sabermos como nos relacionar um com o outro em uma estrutura ou hierarquia de deveres e responsabilidades. Assim, se às vezes ficamos apegados à visão máxima de igualdade e liberdade, podemos ficar muito confusos, descontentes e até mesmo ameaçados pelo lado prático da vida.

Na prática do Dhamma, estamos abrindo a mente para o modo com que as coisas realmente são. Começamos notar que a própria natureza é hierárquica, que sempre há forma ou estrutura e que quando vocês têm forma, vocês sempre

terão uma seqüência. "Um" será sempre seguido pelo "dois", e o "dois" será sempre seguido pelo "três"; "A" é seguido por "B" e "B" é seguido por "C". Vocês não podem dizer que A e B são iguais. Se vocês soletrassem tudo com A, não haveria significado, não é?

Agora, se tomamos uma posição fixa na hierarquia, nos tornamos tirânicos. Alguém que diz que tem de ser o chefe o tempo todo - sempre o número um e nunca o número dois - torna-se tirano. Mas, por outro lado, um igualitário idealista, alguém que diz que devemos sempre ser iguais e sempre os mesmos, está armando uma situação para confusão e contenda. Na hora da refeição todo mundo quer ser o primeiro da fila. Mas se estamos dispostos a designar uma seqüência, podemos nos relacionar com essa seqüência. É um relacionamento, não é? Vocês estão relacionados como sênior ou júnior, professor ou aluno, pai ou filho. Uma seqüência fornece estrutura para relacionamentos para que saibamos como viver um com o outro sem conflitos e confusões intermináveis.

Na vida monástica temos forma e estrutura particulares, com as quais todos concordamos. É uma vida voluntária. Seria tirania se todo mundo fosse forçado a se tornar monges e monjas e a viver dentro da estrutura. Mas porque as pessoas juntam-se à comunidade por opção, não é uma tirania; é uma forma de vida cooperativa e harmoniosa.

Vocês podem aplicar esses princípios à vida familiar. Se vocês, como mãe e pai ou marido e mulher, não se decidem diante de algumas orientações claras de deveres e responsabilidades, então quem fará o quê? Quem sairá para trabalhar? Quem ficará em casa? Quem lavará a louça? Quem cuidará dos filhos quando eles estiverem doentes? Quais são nossos deveres e nossas responsabilidades em relação ao outro em uma família?

Atualmente, o relacionamento entre homem e mulher tende a ser competitivo porque não há orientações para respeito e entendimento mútuos. Vocês podem ver que em alguns casamentos o marido e a mulher competem entre si. Eles acham que têm de provar que um é tão bom quanto o outro - ou melhor que o outro. Mas como vocês podem ter um relacionamento familiar com um competidor? O propósito da família é viver como uma unidade em que há harmonia e um acordo suficiente foi estabelecido para se relacionar decentemente com o outro na vida diária.

Em uma sociedade tradicional os acordos são feitos pela sociedade. Mas agora todos nós escolhemos nossos parceiros – com quem vamos nos casar, com quem vamos viver, com quem iremos nos relacionar. Frequentemente, baseamos essa escolha somente em preferência pessoal do momento ao invés de refletir sobre que tipo de pessoa seria mais adequado para viver conosco. Podemos escolher o mais atraente, charmoso, rico ou interessante no momento. Ou talvez precisemos apenas de apoio: um homem pode estar procurando por uma mulher maternal para substituir sua própria mãe; uma mulher pode estar procurando por um pai, um homem forte e protetor que cuidará dela.

Muitas vezes, esses desejos nunca são realmente conhecidos por causa de nosso idealismo. Achamos que teremos o relacionamento perfeito baseado na honestidade total. Por "honestidade total" entende-se que as pessoas tendem a dizer exatamente o que pensam, quando sentem, o que é, para mim, a descrição do reino do inferno! Fico realmente agradecido por não dizer todas as coisas que penso. Às vezes, o que alguém está pensando não deve ser dito; isso só causaria dor, confusão, medo e depressão nas mentes de quem ouve.

O caminho da plenitude da mente é aquele que nos permite ter abertura para a situação. Ao invés de esperarem pela pessoa perfeita ou pensarem em como se livrar da pessoa com quem vocês estão porque não se entendem ou pensar que vocês podem achar alguém melhor, contemplem como usar a situação. Vocês podem refletir que é assim que as coisas são, ao invés de esperar que alguém mude, ou culparem-se por não viver de acordo com seus altos ideais. Assim, vocês se tornam mais atentos ao que a vida realmente é, ao jeito que ela tem de ser, gostem disso ou não. Esse é o caminho da reflexão, da plenitude da mente. Vocês não estão exigindo felicidade ou mesmo satisfação mundana, mas estão dispostos a encarar o desafio que existe em começar a trabalhar com a vida. No entanto, vocês só conseguem fazer esse tipo de reflexão por vocês mesmos – não podem esperar que outra pessoa vá lhes dizer o que vocês devem fazer com seu relacionamento porque existem muitas coisas que devem ser consideradas. E só você sabe sobre todas elas.

Por exemplo, muitas pessoas perguntam a si mesmas: "Será que devo viver minha vida para mim mesmo, para meu próprio desenvolvimento, mesmo à custa das pessoas ao meu redor? Ou devo desistir de qualquer esperança de desenvolvimento pessoal a fim de promover o bem estar delas?" Estes são os dois extremos: o extremo do egoísmo e o extremo do auto-sacrifício. O auto-

sacrifício soa nobre, não é? Soa como algo que deveríamos fazer. E egoísmo soa como algo que não deveríamos fazer. Pensamos que não é agradável, que é errado ser egoísta. Mas a posição budhista não é uma posição intimidadora, dizendo que devemos ser totalmente auto-sacrificantes e altruístas; ela nos encoraja a nos abrir para esse egoísmo ou para nosso desejo de nos sacrificar.

Podemos contemplar isso em nossas vidas. Por exemplo, ao invés de pensarmos em nós mesmos como egoístas e então sentir culpa por isso ou sermos pegos no outro extremo da doação infinita, tratando e cuidando dos outros sem ter nenhum tempo para nós mesmos, podemos reconhecer nossa inclinação, seja ela qual for. Depois de reconhecê-la, podemos olhar para ela sem julgá-la e tentar alcançar o equilíbrio.

Usando os opostos para o desenvolvimento espiritual

Podemos começar vendo que a vida familiar pode ser considerada como um símbolo para o desenvolvimento espiritual interior porque a família é um arquétipo religioso. No simbolismo cristão, temos Deus, o pai, Maria, a mãe e Cristo, o filho. Em outras religiões, pode-se ter o Pai Divino e a Mãe Terra simbolizando o casamento entre os céus e a terra. Quando vocês começam olhar realmente para vocês mesmos, descubrem que há tanto um pai quanto uma mãe dentro de vocês e pode-se refletir sobre esses opostos como parte de sua prática espiritual.

Vocês descobrem que apenas por terem um corpo feminino ou masculino não significa que tudo sobre vocês é totalmente feminino ou totalmente masculino. O que precisamos para nos abrir para o desenvolvimento espiritual é o oposto; um homem precisa se abrir para seu feminino interior e uma mulher, para seu masculino interior. Isso não é algo fácil de se fazer, mas podemos usar a presença externa do gênero oposto para nos ajudar na prática. Quando um homem vê uma mulher ou uma mulher vê um homem, eles podem usar as características externas como lembretes. Em uma comunidade monástica onde existem monges e monjas, ao invés de se envolverem em relacionamentos, os monges vêem o feminino exterior e podem começar conhecer as qualidades femininas que existem internamente. E para as monjas é a mesma coisa: elas podem descobrir suas qualidades masculinas internas.

Minha própria experiência como monge, do lado masculino, é que os homens muitas vezes têm muita energia; eles são bem agressivos e têm muita força de vontade. Assim, com frequência vocês encontrarão monges tornando-se internamente agressivos consigo. Eles tentam exterminar a raiva, destruir o medo, acabar com a inveja e aniquilar a luxúria. Mas para onde isso leva? Vocês se tornam tão duros que dá dor de cabeça. Vocês se tornam internamente estéreis; ficam tão secos como um deserto. Não há nada, nenhuma emoção – só a força de vontade descansando lá. Você desenvolve muita força desse jeito porque é preciso muita força para manter essa atitude por qualquer período de tempo, mas também é frágil no sentido de que pode ser facilmente perturbada. Tornam-se muito dependentes da vontade cega, não da sabedoria ou amor – de nada que seja maleável, flexível e receptivo.

Assim, a menos que um monge se abra para o feminino interno, ele não terá equilíbrio. Para que um homem aprenda a ser receptivo, sensível, ele tem de parar de usar sua força de vontade e forçar tudo o tempo todo. Ele tem de deixar as coisas seguirem seu curso e se tornar bondoso, gentil e paciente consigo e com os outros. Ele precisa aprender ser extremamente paciente com as pessoas que o deixam irritado.

Uma vez, Ajahn Chah me mostrou isso quando eu estava passando por uma dessas fases de força de vontade. Havia um monge no monastério que realmente me irritava. Eu não o suportava. O som de sua voz fazia a aversão surgir em minha mente. Perguntei a Ajahn Chah o que fazer e ele disse: "Ah, aquele monge é muito bom para você. Ele é seu verdadeiro amigo. Todos aqueles amigos gentis, aqueles outros bhikkhus com quem você se dá tão bem, eles não são muito bons para você. É esse que realmente lhe ajudará". Porque Ajahn Chah era sábio, considerei seriamente o que ele disse. E comecei a ver que, de alguma maneira, eu tinha de aceitar totalmente aquele monge – aceitar a irritação – e deixar que ele fosse como era. A energia masculina sempre tende a querer consertar o outro: "Deixe-me dizer o que há de errado com você". Mas encontrar a qualidade feminina da aceitação - apenas sentar ali e deixar o monge ser irritante e agüentar a irritação interna - eu tinha de aprender a ser paciente. Comecei a entender o que significava encontrar o equilíbrio interno porque eu pude ver que tinha estado fora de equilíbrio.

E parece que para as mulheres o desequilíbrio tende a ser o oposto. Frequentemente, elas preferem aceitar tudo, não importa o quê. Em geral,

parece que precisam que lhes digam o que devem fazer em seguida. Para se relacionar com o masculino interno, no entanto, a mulher precisa encontrar dentro dela aquilo em que ela pode confiar – aquilo que é forte internamente, que a está guiando – ao invés de esperar por alguma figura de autoridade externa para lhe dizer o que deve fazer. Entendo que é difícil para muitas mulheres confiar em sua própria força. Geralmente, elas não confiam em si mesmas. É preciso muita vontade não só para esperar e ser receptivo às coisas na medida em que aparecem, mas para ser firme em uma situação. Em geral, a mulher precisa desenvolver o senso de força; ela deve confiar em sua sabedoria e não esperar por um sábio exterior para orientá-la.

Precisamos ser lembrados do nosso oposto, não é? Assim, podemos usar o equilíbrio externo, o masculino e o feminino externos como lembretes para o masculino e o feminino internos. Nesse caminho, pode-se usar a relação amorosa ou a situação monástica de forma sábia. Se vocês se esquecerem e ficarem perdidos em suas tendências habituais, quando virem o oposto, essa é a chance de se lembrarem. Ao invés de simplesmente verem o oposto com os olhos da atração sexual ou do desejo ou do julgamento ou somente com a faculdade discriminativa, vocês podem usar a situação para se lembrarem de se abrir internamente. Assim, para o homem todas as mulheres podem ser símbolos do feminino interior e pode surgir um sentimento de respeito por todas elas porque elas representam esse símbolo. Acredito que os homens podem ter a mesma função simbólica para as mulheres.

Pergunta: E sobre o desapego num relacionamento?

Resposta: Primeiro vocês têm de reconhecer o que é apego e depois deixá-lo ir embora. É aí que vocês percebem o desapego. No entanto, se vocês acreditam que não deveriam estar apegados, então não é esse o caminho ainda. A questão é não se posicionar contra o apego como se existisse um mandamento contra ele; a questão é observar. Perguntamos: "O que é apego? Apegar-se às coisas traz felicidade ou sofrimento?" Então começamos a ter insights. Começamos a ver o que é apego e deixamos que ele se vá.

Se vocês partem de um pressuposto moralista em que acham que não devem ser apegados a nada, então surgem idéias como: "Bem, não posso ser budhista porque amo minha esposa, porque sou apegado a ela. Eu a amo e

simplesmente não posso deixar que ela se vá. Não posso colocá-la de lado." Esse tipo de pensamentos vem da visão de que vocês não devem ser apegados.

O reconhecimento do apego não quer dizer que vocês têm de se livrar de sua esposa. Significa se libertarem de visões errôneas sobre vocês e suas esposas. Depois vocês descobrem que existe amor, mas não há apego. Ele não é distorcido, agarrado e preso. A mente vazia tem muita capacidade para cuidar dos outros e amar no sentido puro do amor, mas algum apego sempre distorcerá isso.

Se vocês amam alguém e aí começam a prendê-lo, isso tende a desgastar; então, o que vocês amam provoca dor. Por exemplo, vocês amam seus filhos, mas se vocês se apegarem a eles vocês realmente já não os amam mais, porque não estão com eles da forma como são. Vocês têm todo tipo de idéias sobre o que eles devem ser e querem que eles sejam. Vocês querem que eles os obedeçam, sejam bons e passem nos exames. Com essa atitude vocês não os amam realmente, porque se eles não preenchem seus desejos, vocês ficam com raiva, frustrados e com aversão a eles. Dessa forma, apego aos filhos nos previne de amá-los. No entanto, na medida em que nos libertamos do apego, descobrimos que amar é nosso jeito natural de nos relacionarmos. Descobrimos que conseguimos compreender nossos filhos como eles são ao invés de termos idéias fixas sobre o que queremos que eles sejam.

Quando converso com pais, eles falam do grande sofrimento que é ter filhos porque existe muito querer. Quando queremos que eles sejam de uma certa maneira e não de outra, criamos essa angústia e esse sofrimento em nossas mentes. Só que quanto mais deixamos isso de lado, mais descobrimos a incrível capacidade de sermos sensíveis aos filhos e conscientes de como eles são. Assim, claro, essa abertura permite a eles responderem ao invés de reagirem ao nosso apego. Vocês sabem, muitos filhos apenas reagem ao que lhes dizemos: "Quero que você seja assim".

A mente vazia e pura não é uma área em branco, zerada, onde você não sente ou não se importa com nada. É o esplendor da mente, uma luminosidade totalmente sensível e receptiva. É a capacidade de aceitar a vida como ela é. Quando aceitamos a vida como ela é, podemos responder apropriadamente ao modo como a vivenciamos, ao invés de apenas reagir movidos pelo medo e pela aversão.