

Ajahn Mahā Bua fala sobre como aqueles que veem e sabem de verdade ensinam.

O Ensino que Vem do Coração

... em sua maioria da boca do Buddha ou então aprendiam com os sāvakas, que só ensinavam a coisa real, não havia falso quer fosse o Buddha ou os sāvakas que estivessem ensinando pois era o Dhamma verdadeiro que conheciam no coração, traziam do coração. Não importava o quão profundo ou refinado fosse o ensinamento, só havia a coisa real e então as pessoas que ouviam ficavam absortas. Ouvir era praticar automaticamente, a mente recebia paz e frescor enquanto ouvia e conseguia técnicas diferentes enquanto ouvia, a mente se absorvia em ouvir. Portanto aqueles que têm real interesse na prática do Dhamma e em remover kilesas tomam ouvir como algo importante e têm satisfação em ouvir.

Mesmo na época atual também é assim. Por exemplo quanto Tahn Ajahn Mân ainda era vivo, era só chegar o dia de reunir-se e eu sentia que os monges ficavam alegres e sorridentes pensando “Hoje vamos ouvir o Dhamma do mestre”. Olhando para qualquer um notava um sorriso em todos pois no passado aprenderam novas técnicas ao ouvir. As pessoas que ouviam aquele Dhamma tinham diferentes níveis mentais, desde o mais baixo, aqueles que acabaram de começar a praticar, até aqueles que já tinham uma fundação em suas mentes até alcançar o nível mais refinado. O ensinamento do Dhamma começava da fundação mais baixa, quer dizer a fundação da prática de samādhi em diante, explicava samādhi de acordo com o nível de samādhi, com o nível de sabedoria, e atravessava até chegar ao ponto mais elevado do Dhamma. Ele então resumia a falava sobre o esforço daquele que pratica o Dhamma, que todos tenham seriedade, estudem. Na época atual é assim. Ainda mais quando o praticante se afastava dele para praticar em diversos lugares, às vezes um mês, dois meses, e voltava para o ouvir o Dhamma, aí ouvia um Dhamma ainda mais apimentado, com muito sabor, tendo os monges que vieram de diversos lugares como causa. Quando chegavam contavam suas experiências para ele, tanto a causa, ou seja, a prática, “Naquele lugar pratiquei desse jeito, o resultado foi esse, aquele”, contavam para ele e então ele começava a ensinar. Aquilo que eles contavam não contavam na frente dos demais, quando chegavam iam procurá-lo em particular, uma parte ele ensinava bem ali, aquilo que era apropriado ensinar ali, aquilo que fosse útil para as demais pessoas ele explicava na hora da reunião. Essa é que era a melhor hora de ouvir. Sentia que aqueles que vinham estudar com ele naquele momento conseguiam resultados excelentes.

Na época do Buddha já sabemos que o Buddha pessoalmente era quem ensinava “bhikkhu ovādam”, tal qual já disse... esqueci. Quando ensinava os monges, ensinava sobre sīla, samādhi, pañña, de acordo com a rotina diária dele, a rotina que ele realizava. Quando o Buddha ensinava, a mente de cada membro da sangha se estabelecia de acordo com sua força e capacidade, e o ensinamento que era dado era então absorvido pela mente de cada um de maneira apropriada, de acordo com o nível de cada um. Aquele que estava num certo nível, ao ouvir o Dhamma do Buddha, qualquer dúvida que tivesse na mente relacionada à prática, quando ouvia o Dhamma do Buddha era como se o caminho se abrisse e ele então podia caminhar adiante, e ia caminhando continuamente até alcançar. É a que se referem quando dizem que os discípulos do Buddha ouviam o ensinamento dele e muitos alcançavam nibbāna. Eu sinto que uma razão para isso é porque as pessoas na época do Buddha eram muito diferentes das pessoas nos dias atuais. No ambiente não havia muito que perturbasse a mente e fomentasse kilesas, contavam com a natureza que era abundante, como na carta que chegou hoje do Luang Pó, não haviam muitas kilesas, as pessoas eram sinceras, o Dhamma era verdadeiro, quando ensinavam, muito ou

pouco, alcançava o coração daqueles que ouviam. Quando ouviam iam praticar nos diversos lugares de acordo com o que visse fosse apropriado ao seu temperamento, quando tinham uma dúvida vinham perguntar ao Buddha e ele respondia e dava um ensinamento aos demais presentes. Esse era o costume na época do Buddha, ele agia dessa forma.

Tomavam a prática como mais importante do que qualquer outra coisa dentro do Sāsana, muito diferente dos dias atuais. Hoje em dia todos sabemos como é as mudanças no Sāsana e nos praticantes, é muito diferente. Naquela época havia uma fundação importante: a prática para alcançar nibbāna de verdade. O ensinamento era dado por saber e ver de verdade, era algo claro, em acordo com razão e com a verdade. Não havia erro, engano ou vacilação, as pessoas então ouviam de corpo e alma. Não havia dúvida sobre o ensinamento “acho que se ensinar dessa forma está correto, deve estar correto, deve ser isso, deve ser aquilo”, isso não há naqueles que sabem de verdade, veem de verdade. Eles ensinavam de forma direta, especialmente Tahn Ajahn Mân, eu morei com ele por vários anos, nunca ouvi ele dizer “Eu acho que é assim”, nunca ocorreu. Só tinha “É assim! É assim!” e ficava cada vez mais firme e mais intenso. O ensinamento atingia o coração pois ele ensinava de coração, alcançava o coração daqueles que ouviam. A mente se inflava, era como se nibbāna estivesse ao alcance naquele momento, quando ele ensinava. Ele abria o caminho, nós víamos mas ainda não conseguíamos ir, como se estendêssemos a mão mas não conseguíssemos alcançar. Era desse jeito. Esse é o ensinar que vem de saber e ver de verdade, então o resultado é muito diferente.

Quando o Buddha ensinava era assim, quando os sāvakas ensinavam era assim, pois eles sabiam e viam de verdade tal qual o Buddha, de acordo com o nível deles, mas no que diz respeito à Sacca Dhamma era algo claro e completo na mente deles. Se chegou ao nível de arahant é uma pessoa completa por inteiro. Eram capazes de ensinar o Dhamma vindo de real conhecimento com força total, de corpo e alma, não havia dúvida ou vacilação “isso deve estar certo, isso deve estar errado”, isso não havia na mente de nenhum dos sāvakas arahants pois eles sabiam e viam de verdade de forma clara, não havia o que duvidar. O ensinamento, não importa de que tipo fosse, samādhi era claro e detalhado, ensinavam todo o espectro de samādhi, todos os níveis de pañña, ensinavam por completo aquele nível, até chegar ao nível de vimutti, libertação. Ensinavam vindo da mente verdadeira que sabe e vê de verdade e só então ensina. As pessoas que ouviam eram capazes de entender, mesmo que ainda não conseguissem remover as kilesas, ainda era uma forma de plantar fé, crença, respeito ou firmar a mente ainda mais.

Portanto vários deles agarraram nibbāna. Aquela era a época em que agarravam nibbāna, era época em que agarravam o modo de prática com força total, com dedicação total, o resultado era então condizente. A nossa época aqui é a época de ficar alisando, alisa aqui, alisa ali, e no final só consegue uma mente cheia de sujeira. Aquilo que é Dhamma, ferramenta para remover kilesas, não há. Só há ferramentas para acumular kilesas. Não importa o quanto estude, só acumula kilesas. É o oposto da época do Buddha. Se for dizer que o Dhamma não dá resultado na época atual está correto pois as pessoas não dão resultado. Pois não criam as causas. Não criam as causas que geram aquele resultado. Não se interessam, não praticam, como o resultado vai aparecer? Pois sempre foi assim, resultados surgem de causas, se a causa for boa o resultado é bom, se a causa for completa o resultado é inteiro. Se não houver causa, da onde virá o resultado? O Dhamma é só o Dhamma, fica na estante de livros, o Buddha explicou e fica por isso mesmo se as pessoas não tomarem e praticarem. Kilesas estão nos corações das pessoas, não nos livros, lá só há o nome das kilesas, o nome do nibbāna, a kilesa de verdade, o nibbāna de verdade é a mente, está nas pessoas. Quando nos decidimos a praticar, nos decidimos a remover kilesas, as impurezas que estão nesse coração, por que não seria possível fazê-lo? O Dhamma é uma ferramenta para remover kilesas, desde de sempre foi assim. Ele está sempre pronto a remover se nós pegarmos a ferramenta correta para remover, como o Buddha e os sāvakas removeram, como eles fizeram. Portanto aquela época e a época atual não são diferentes em nada.

Olhem para suas próprias mentes, tenham resolução em praticar.

O que se chama "kilesa", elas agem como se fossem nossa própria pessoa, nós somos kilesas, kilesas são nós, assim não são assustadoras, não precisa interferir. Mas se separar as kilesas como sendo algo à parte, por exemplo, nosso inimigo. Ora, se vamos erradicar as kilesas, ou vamos matá-las, e essa kilesa aqui morre, a ganância morreu, supondo que fosse um ser vivo. Ganância é uma kilesa e é algo muito assustador, se chamar as pessoas para vir olhar, ninguém tem coragem, essa é a ganância que cria confusão no mundo de hoje em dia e nós a matamos, como se fosse um tigre que andasse por aí atacando as pessoas todo dia sem falta, num único dia ataca um grande número de pessoas, muitos perecem por causa desse tigre, a ganância ataca as pessoas. Agora está morta, o corpo dela é assim, anuncia para todo mundo ver e todos iam ficar com muito medo, se fosse um ser vivo desse jeito. Se for a raiva, é muito perigosa, e o corpo dela é assim, a orelha é assim, o rabo é assim, os dentes são assim, a raiva é assim, se matássemos e jogássemos no chão e anunciássemos para as pessoas virem ver, essa é a mais maléfica, o mundo é capaz de ser destruído por causa da raiva, agora está morta, quem também quiser matar pode matar, ela vem nos atacando, quem viesse ver ia entender que é uma ameaça e está em nosso coração, sentiria medo e faria algo a respeito e estaria satisfeito em remover, em matá-la. A ganância, a raiva, a ignorância. Essas três são as cobras mais venenosas nos três mundos(*). Se fosse um ser, seria o dono do mundo, aquele que dá as ordens, faz com que as pessoas guerrilhem, matem-se, o que gera destruição no mundo são essas três ameaças. Todo mundo ficaria com medo se pudéssemos mostrar as kilesas dessa forma, mas quando kilesa são nós, são nossas, não somos capazes de separar, vivemos juntos com familiaridade e tranquilidade.

Sente ganância de manhã até a noite, está mesmo disposto a morrer com ganância, está satisfeito com a ganância. Quando sente raiva, logo explode, está satisfeito com a raiva. Fica imerso em ignorância sem data para despertar. É possível ser assim pois são nós mesmos, tomamos com se fôssemos nós mesmos. Não enxerga o perigo, mesmo sendo perigoso. Tudo que há na nossa mente que é kilesa é um perigo. Mas não vemos que é um perigo, conseguimos viver juntos. Se é para nascer, nasce, fazer o quê? Se é para sofrer, sofre, se é para ficar triste, fica, pois a força das kilesas obriga, as kilesas são nós, ficamos tristes e estamos satisfeitos com isso. A ponto de desmaiar mas ainda está satisfeito em desmaiar. Fica triste a ponto de perder a sanidade e ainda está satisfeito nisso. Chora e está satisfeito em chorar. Pois pensa que é "eu", sou "eu". Se separar como algo à parte, não poderemos mais ser daquele jeito. Haverá briga. Quando há briga há perder e ganhar e vemos o perigo de forma clara. Temos que separar dessa forma na nossa prática. Qualquer pensamento que leve à negligência, leve a acumular kilesas, leve a afligir a si, retarde a prática, entendam que são todos uma ameaça. Esse é a forma, o corpo das kilesas, se não for a kilesa verdadeira são os filhos dela. São filhotes de tigre. A mãe é tigre, o pai é tigre, o que serão os filhos se não tigres? Mate-os. Vejam o perigo assim, separe. Essa é uma técnica de inteligência, se for separar as kilesas de si, tem que separar assim. Encontre uma forma ou outra de progredir, o resto vem sozinho.

Se não procurarmos uma saída vamos ficar abraçados com as kilesas até morrer, para sempre, sem começo nem fim. Não dá para saber onde está o começo e o fim da estrada, como uma formiga na borda de um jarro, anda em círculos sem conseguir achar a saída. O samsāra e nossas mentes andam em círculos e acaba não encontrando nada de novo. Nasce o quanto for e ainda diz que não nasceu, morre mas ainda não entende que já morreu, já sofreu no passado. É um assunto verdadeiramente seu mas não sabe que é assim. Kilesas são a ameaça, portanto temos que nos esforçar em resolver o problema, fazer a distinção dessa forma até um dia conhecermos o rosto dela com clareza. Distingua, quando fizer a distinção vai ver essa claramente, aquela claramente, essa é uma ameaça, aquela é uma ameaça. Todas que ainda não conseguimos remover são uma ameaça, então continuamos nos esforçando, como se removêssemos um espinho do nosso pé, se conseguirmos remover é um espinho, se não conseguirmos continua sendo um espinho, então como fazer corpo mole? Tem que se esforçar para tirar até conseguir,

até não sobrar nada na sola dos pés, aplicamos um remédio e sara, volta ao normal. As kilesas que vimos foram vistas, as que matamos estão mortas, mas as que restaram ainda são kilesas como antes, elas vão continuar agredindo nossa mente para sempre se não conseguirmos removê-las.

Essa é a resolução em remover, ter determinação mental em resolver e assim obter sucesso. Tem que ter firmeza. O Buddha é o líder dos guerreiros, os sāvakas arahants são líderes, em outras palavras, são filhos de guerreiro, nós somos discípulos do Buddha, somos filhos de guerreiro, não sejamos desertores(*). Sejam sempre guerreiros, lutem continuamente, não recuem, lutamos para ganhar. Se tentamos escapar de um poço fundo, não importa o quão difícil seja, continuamos até conseguir. Se não nos salvamos quem vai nos salvar? Se não removermos quem vai remover? O espinho no nosso pé, se não removermos quem vai remover? A dor é nossa, nós somos a pessoa sofrendo, remover é assunto nosso, a mente que as kilesas estão agredindo é a nossa. Desde quando é bom ser agredido de manhã até a noite? Tente remover, construa inteligência, procure um jeito de construir, inteligência é algo que é possível fabricar, dá para refletir, procure pensar, investigue até surgir uma forma de sabedoria e ela se espalhar em inúmeras vertentes. O mestre apenas aconselha, temos que pegar aquela sabedoria que está mostrando e ver por si, desenvolvê-la mais adiante. Esse é nosso método e não importa o quanto bebermos dali, não acaba, bebemos a vida inteira e não acaba se for algo que fabricamos sozinhos, já aquilo que pegamos emprestado se acaba depois que usamos, às vezes escapa da nossa mão, cai e quebra, se dissipa, mas se podemos fabricar sozinhos, não tem problema. Quando esse acaba, fabricamos mais, esse quebra, fabricamos mais e mais dessa forma. Quando a pessoa tem sabedoria não fica sem saída, são as kilesas que levam a pessoa a ficar sem saída, sabedoria não leva a ficar sem saída, leva a ser um que atravessa e escapa graças ao poder da sabedoria.

Então o Buddha elogiava “natthi paññā sammā ābhā”, ele dizia “não existe luz tal qual sabedoria”. Sabedoria consegue atravessar tudo, acima, abaixo, passado, futuro, presente, dentro, fora, a grosseria ou o refinamento das kilesas. Onde quer que haja kilesa, lá há escuridão e a sabedoria penetra até atravessar. As kilesas não têm onde se esconder, são assassinadas todos os dias, não acumulamos mais, procuramos, caçamos para matar. As kilesas se rendem, caçamos e matamos sem parar, matamos com tapa-dhamma, queimamos com tapa-dhamma. Tapa-dhamma é o esforço para queimar as kilesas, fazer com que elas sejam destruídas. E onde as kilesas vão construir casa em seguida? Onde ela vai dar cria quando está sendo morta aos montes todos os dias? Elas vão se encerrando, encerrando, e no final não sobra sequer uma kilesa na mente. A mente brilha radiante de acordo com sua natureza, emana uma luz incrível, esse é o poder do Dhamma mostrando-se por completo. O poder das kilesas se mostra como escuridão, vemos a cada segundo, em todas as vidas. Não há outra coisa nos atormentando diariamente, são as kilesas mesmo. Livrar-se das kilesas, não importa o quão seja pesado ou difícil, é um trabalho que devemos realizar para subirmos de nível pois temos valor, temos peso ainda maior do que a dificuldade em remover kilesas. Temos que nos esforçar.

Contemple bem os khandhas, separe-os de forma detalhada, não importa quantas vezes sejam necessárias, separe-os até ver claramente, até estar hábil, se já está hábil continue até saber, até largar. Quando sabe de verdade, vê de verdade, a mente larga sozinha, ela larga sem precisar mandar, como se pegássemos uma cobra pensando que é comida, quando percebe que é uma cobra, joga fora imediatamente. Quando a mente vê de verdade aquilo que é venenoso, que é um perigo, ela joga fora, a mente larga sozinha. Sabedoria é quem abre o caminho, quem aponta isso é errado, aquilo é certo, quando a mente sabe, larga em seguida sozinha. Largar dos apegos é como largar uma montanha que está esmagando nosso coração, a montanha é as kilesas, muito ou poucas mas são do mesmo tamanho que nós, se removermos, todas desaparecem da nossa mente. É o que se chama “felicidade mais elevada”, se não é “mais elevada” é porque as kilesas oprimem, diminuem o valor da mente até a mente perder valor por completo. Quando tiramos aquilo que não tem valor, que está encobrindo nosso coração, usando sati-pañña, fé, esforço, aquilo que tem valor se mostra por inteiro. O Buddha era

excepcional, era excepcional nesse ponto, os sāvakas arahants eram excepcionais nesse ponto, transcenderam nesse ponto, não foi em outro lugar, pois é esse o ponto que está preso, emaranhado, perdido, atolado, é bem aqui.

Quando removemos aquilo que estava oprimindo, a mente salta para fora, se liberta. Transcender o sofrimento ocorre na mente, não é em outro lugar, é na mente. Mesmo tendo um corpo não há problema quando a mente se libertou de tudo e não há mais o que seja obstáculo para ela, o corpo pode ficar doente e doer ou pode até morrer, é só dukkha, anicca, anatta, apenas a natureza. Esse corpo é igual às coisas exteriores que surgem e se desfazem. Isso quando nasce nós vemos, se estabelece e nós vemos, aos poucos se transforma e nós vemos e sabemos pois sendo nosso, olhamos, ainda mais se refletirmos com sabedoria, vemos com ainda mais clareza as mudanças dos elementos, dos khandhas, eles mudam, mudam, e no final se desfazem. Eles se desfazem sozinhos, os khandhas se desfazem sozinhos, eles quebram sozinhos pois eles surgem sozinhos e quebram sozinhos. Nossa mente sabe com clareza a verdade daquilo e é ainda mais um motivo para nossa mente purificar-se, para que tenha ainda mais brilho graças ao poder da sabedoria em atravessar as verdades que se manifestam por todo nosso ser. Nada é destruído. Quando formos de verdade nada é destruído, pegue os elementos por exemplo, a terra continua sendo terra, não precisa mandar, ela é sozinha, o que é ar, fogo, são de acordo com a natureza deles, não precisa mandar, eles são sozinhos, não precisa inventá-los para que sejam desse ou daquele jeito, quando chega à verdade eles são sozinhos. A mente é verdadeira por si, não é preciso inventar para que seja, basta saber essas coisas de acordo com a verdade, a mente será verdadeira por si mesma. Quando ambos forem verdadeiros não há mais fricção, ninguém ganha ou perde. Volta ao normal, há equidade, acabam as histórias. Os khandhas seguem o caminho deles, a mente atravessa, esse é o último momento, é final derradeiro dessa história de se envolver com os elementos, com os khandhas, “bhārā have pañcakkhandhā, bhārahāro ca puggalo”(*), acaba de uma vez por todas.

Como o Buddha após alcançar parinibbāna, acabaram-se todas as preocupações, aqueles que ainda estão envolvidos com os khandhas, mesmo que a mente já esteja purificada, ainda têm que se responsabilizar pelos elementos, pelos khandhas, e isso não é bom. Têm que se responsabilizar, carregar o fardo ao ficar de pé, andar, sentar e deitar, assumir as diversas posturas, ainda são causa para preocupação, ainda não está liberto por completo. Quando a mente joga fora por completo, a mente alcança o máximo de pureza, o corpo que foi abandonado volta ao seu elemento natural, cada um é verdadeiro por si, a mente os deixa para trás, acabam as preocupações, “anālayo” por completo. Isso se chama “anupādisesa nibbāna”, abandona as convenções à sua totalidade, e a liberdade à sua totalidade, não precisa mais se envolver como na época em que carregava os khandhas. Isso é a prática do Dhamma, o resultado mais elevado que se alcança é assim. Não importa quão sejam as dificuldades, elas são acessórios para auxiliar a mente a subir de nível, até alcançar o nível mais elevado. Portanto dificuldades não são algo que devem nos desanimar pois são suportes, são difíceis com o propósito de nos sustentar, não tem nada. Pegue pesado!

Só depois que morrem é que vêm recitar “kusalā dhammā”(*) sem parar, construa suficiente kusalā em sua mente! Kusalā dhammā significa inteligência, procure um método suficientemente inteligente para libertar sua mente e quando morrer, caso alguém recite “kusalā” ou não, não tem problema algum, já construímos suficiente kusalā por toda nossa mente. Se essa mente ainda é ignorante, não sabe o que é à frente ou atrás, pode recitar “kusalā dhammā” o quanto quiser, continua na mesma. Temos que construir kusalā, já akusalā dhammā, o que não for bom, a ignorância, expulse-a da sua mente, ela é kilesa. O kusalā dhammā da sabedoria, a inteligência, lapide, esfregue até ficar limpa e pura por completo, aí poderá chamar de abayakatā dhammā, toda essa história de mérito e demérito terá desaparecido da mente. Podemos distinguir como paramata dhammā, abayakatā dhammā é algo neutro, não é mérito ou demérito em qualquer convenção. Podemos distinguir como abayakatā

citta, a mente que já transcendeu mérito e demérito por completo, é a mente de “puñña pāpa pahīna puggala”, a pessoa que já abandonou mérito e demérito, ou pode dizer abayakatā citta. Quando chega nesse ponto já não discute com mais ninguém, caso deem fama e reputação ou não, não tem problema pois essa natureza está consigo. Ele a tem, sabe, vê, é puro, não precisa mais sentir fome por fama e reputação. Acabou o problema.

Sofrer por causa do esforço em remover kilesas é um sofrimento divertido, pois aquilo que obtemos diverte e traz alegria, estou falando do resultado que surge do sofrimento e dificuldade da prática, o resultado é leveza mental, consegue remover essa kilesa, em seguida aquela, é algo agradável e divertido. Especialmente quando chega no nível mais alto, se chama “uddhacca”, a mente fica estimulada, ela se absorve, ela não fica estimulada como as pessoas mundanas, ela se absorve em contemplar, se absorve em remover kilesas de diversos tipo usando sabedoria. Se esquece de dormir, se esquece de sentar em meditação, só há sabedoria girando sem parar, absorvida, se chama “uddhacca”. Após passar por isso se acabam os problemas, está encerrado, e encerrada a história fica tranquilo. Pois bem, vou para por aqui.

Notas:

- três mundos: mundos celestiais, mundo humano e mundos inferiores.
- desertores: trocadilho entre as palavras **นักรบ** (guerreiro) e **นักหลบ** (desertor/fujão)
- bhārā have pañcakkhandhā... : Samyutta Nikaya 22.22 (Bhārasutta)
- kusalā dhammā: trecho do Abhidhamma que é recitado durante funerais na Tailândia.