



O próprio Buda, na verdade, não dava grande valor a templos, rituais e cerimônias, nem tampouco a deuses e demônios.” (152)

“Mesmo na iluminação, experimentou que, quando o homem alcança a visão de tudo, ele pode reconhecer que nada do que ele vê é estável, que nada no mundo é permanente, que tudo muda, ou mesmo que até o seu próprio eu, a que ele tanto se apegava, não possui no fundo nenhuma substância permanente, mas é também perecível.

O sofrimento portanto, de que o homem precisa ser curado, é causado precisamente por esse apego ao seu próprio eu. Através da terapia de Buda, o homem precisa aprender a libertar-se de seu próprio eu. Precisa encontrar o caminho para deixar de ver tudo em função do seu próprio eu, tudo envolvido consigo mesmo, encontrar o caminho para a renúncia de si, que então o tornará livre para uma compaixão universal. Isso é algo que na verdade não deveria ser estranho ao cristão.” (153)

**O desapego é um dos mais importantes ensinamentos budistas.**

*Quem a tudo renuncia jubiloso, alcança, já agora, a mais alta paz do espírito; mas quem espera vantagem das suas obras é escravizado pelos seus desejos.*

Na verdade, a vida de iluminação é o caminho do desapego. Muitos dos problemas da vida são causados pelo apego. Ficamos com raiva, preocupados, tornamo-nos ávidos, fazemos queixas infundadas e temos todos os tipos de complexos. Todas estas causas de infelicidade, tensão, teimosia e tristeza são devidas ao apego. Se você tem algum problema ou preocupação, examine a si mesmo e descobrirá que a causa é o apego.

Existe uma famosa história zen sobre um mestre e seu discípulo. Os dois estavam a caminho da aldeia vizinha quando chegaram a um rio caudaloso e viram na margem, uma bela moça tentando atravessá-lo. O mestre zen ofereceu-lhe ajuda e, erguendo-a nos braços, levou-a até a outra margem. E depois cada qual seguiu seu caminho. Mas o discípulo ficou bastante perturbado, pois o mestre sempre lhe ensinara que um monge nunca deve se aproximar de uma mulher, nunca deve tocar uma mulher. O discípulo pensou e repensou o assunto; por fim, ao voltarem para o templo, não conseguiu mais se conter e disse ao mestre:

— Mestre, o senhor me ensina dia após dia a nunca tocar uma mulher e, apesar disso, o senhor pegou aquela bela moça nos braços e atravessou o rio com ela.

— Tolo – respondeu o mestre – Eu deixei a moça na outra margem do rio. Você ainda a está carregando.



Desapego não é desinteresse, indiferença ou fuga. Não devemos nos tornar indiferentes aos problemas da vida. Não devemos fugir da vida; não se pode fugir dela quando somos sinceros.

A vida e seus problemas devem ser encarados e lidados de frente, mas não são coisas às quais devemos nos apegar. É verdade que o dinheiro tem sua importância, mas a pessoa que se apega a ele torna-se avarenta e escrava do dinheiro. É muito fácil nos apegarmos à nossa beleza, às nossas aptidões ou às nossas posses, e assim nos sentirmos superiores aos outros. É igualmente fácil nos apegarmos à nossa feiúra, à nossa falta de aptidões ou à nossa pobreza, e assim nos sentirmos inferiores aos outros. O apego às condições favoráveis leva à avidez e ao falso otimismo, enquanto que o apego às condições desfavoráveis leva ao ressentimento e ao pessimismo. Sem dúvida, nosso apego às coisas, condições, sentimentos e idéias é muito mais problemático do que imaginamos.

Quando adoecemos, chegamos até mesmo a nos apegar à doença. É melhor não fazermos isso. Todas as doenças serão curadas, exceto uma, que é a morte. Quando você estiver doente, aceite a doença e faça o possível para se recuperar. Aceite a doença e a transcenda... ou melhor, aceite-transcendendo. A vida é mutável; todas as coisas são mutáveis; todas as condições são mutáveis. Por isso, “deixe ir” as coisas. Todos os abusos, a raiva, a censura – deixe que venham e que se vão. Tudo o que fazemos, devemos fazer com sinceridade, com honestidade e com todas as nossas forças; e uma vez feito, feito está.

Não nos apeguemos a ele. Muitas pessoas se apegam ao passado ou ao futuro, negligenciando o importante presente. Devemos viver o melhor “agora”, com plena responsabilidade. Quando o sol brilha, desfrute-o; quando a chuva cai, desfrute-a. Todas as coisas nesta vida – deixe que venham e deixe que se vão. Este é um segredo da vida que nos impede de ficar aborrecidos ou neuróticos. Buda disse que todas as coisas na vida e no mundo estão em constante mutação; por isso, não se torne apegado a elas.