

*à sua
verdadeira
luz*

Ajahn Jayasaro





À sua verdadeira luz

Ajahn Jayasaro

© 2013 Panyaprateep Foundation

Todos os direitos reservados. Qualquer reprodução, total ou parcial, com fim comercial é rigorosamente proibida.

Pode fazer o download gratuito deste livro em:

www.panyaprateep.org
www.thawatschool.com

ISBN: XXX XXX XXX

1ª edição

Editado na Tailândia, Maio 2012

Edição portuguesa, Maio 2013

Tradução de Helena Gallis

Aksorn Sampan Press (1987) Co., Ltd.

sales@asp1987.com, www.asp1987.com

***namo tassa bhagavato arahato
sammāsambuddhassa***



os controladores de canais regulam os rios
os arqueiros endireitam o eixo das flechas
os carpinteiros dão forma à madeira
os sábios controlam-se a si próprios.

Dhammapada v.80



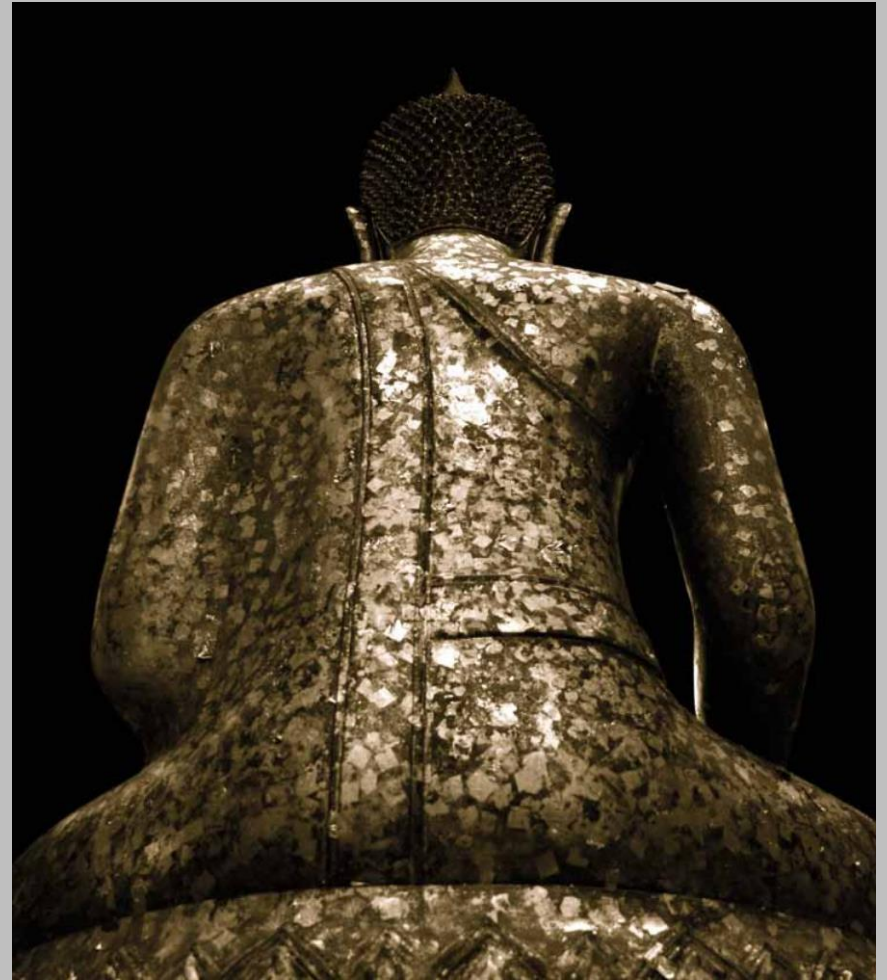
Prefácio

Apesar de eu nunca ter sido fotógrafo, sempre gostei de fotografia. No ano passado decidi criar um livro de Dhamma que fosse de interesse para todos aqueles que, na Tailândia, normalmente não lêem livros de Dhamma. Seria um livro de fotografias. Pedi a todos os meus alunos e, através deles às suas famílias e amigos, fotografias sobre um tema indefinido. Ao todo, recebi cerca de três ou quatro mil imagens, de entre as quais escolhi umas cem minhas favoritas. E então a esse material comecei a aplicar uma narrativa. Escolhi como tópico o caminho da libertação. As exigências métricas podem afectar o conteúdo de um poema, originando na mente do poeta frases que de outra forma poderiam ter ficado por formar. Do mesmo modo, na tentativa de apresentar os ensinamentos do Buda enquadrados numa colecção aleatória de fotografias, encontrei novas formas de me exprimir. Espero que os meus leitores apreciem a experiência tanto quanto eu apreciei.

Na Tailândia, realizar uma boa acção sem esperar qualquer recompensa, ou reconhecimento, é comparado a colocar folhas de ouro nas costas das imagens de Buda, na parte não visível. Gostaria de expressar a minha profunda gratidão para com todos aqueles que colocaram folhas douradas neste projecto.

O livro que vos apresentamos é uma tradução do inglês que, por sua vez é uma versão do original em tailandês. O livro em inglês não é uma tradução exacta do original, mas antes um gémeo não idêntico.

Ajahn Jayasaro
Eremitério Janamara
Março 2012



a vida não é algo fácil
nem sempre corre bem
por vezes pesa-nos
tanto
a vida sobrecarrega-nos
com mais do que escolheríamos
a vida é instável
quicá sempre
eternamente a fluir
passando-nos entre os dedos
a vida tal como um sonho é
verdadeira
e é um sonho breve
um sonho
tão
breve





e então
um dia
uma vida
acordamos
questionamo- nos
isto
tudo isto
porquê?
para quê?



o mundo é muito quente
disse o Buda
muito quente e queima
sob os fogos da cobiça
os fogos da aversão
os fogos da ilusão
e os seres humanos
desejando refrescar-se
atijam esses fogos
vezes e vezes
sem conta

a decoração pode ser requintada
e as grades de ouro sólido
mas mal o pássaro se apercebe
que a gaiola é uma gaiola
já nela não encontra
qualquer alegria

o que é o bem?
o que é o mal?
como decidir?
o que purifica a mente?
o que a corrompe?
e como sabê-lo?
o que é a felicidade?
o que é o sofrimento?
e o que é
ou será que existe mesmo
uma derradeira alegria?

saibam que no princípio
não são as respostas que contam
mas sim as perguntas





o Buda revelou que
a verdadeira felicidade é uma consequência
é o fruto da compreensão
de como as coisas são
esta compreensão é também ela uma
consequência
o fruto de uma educação
de palavra e mente ajustadas

o Buda não pediu nem exigiu
que acreditássemos nas suas palavras
mas desafiou-nos
a submetê-las à experiência

sentir a enorme compaixão do Buda
enche-nos de esplendor e amor

despertar para o conhecimento
é a capacidade humana de aprender
a necessidade de aprender
que nos torna sublimes
é o ponto de viragem
nos nossos devaneios
ao longo do samsara
desenvolvendo o caminho da prática
damos à vida firmeza
e significado

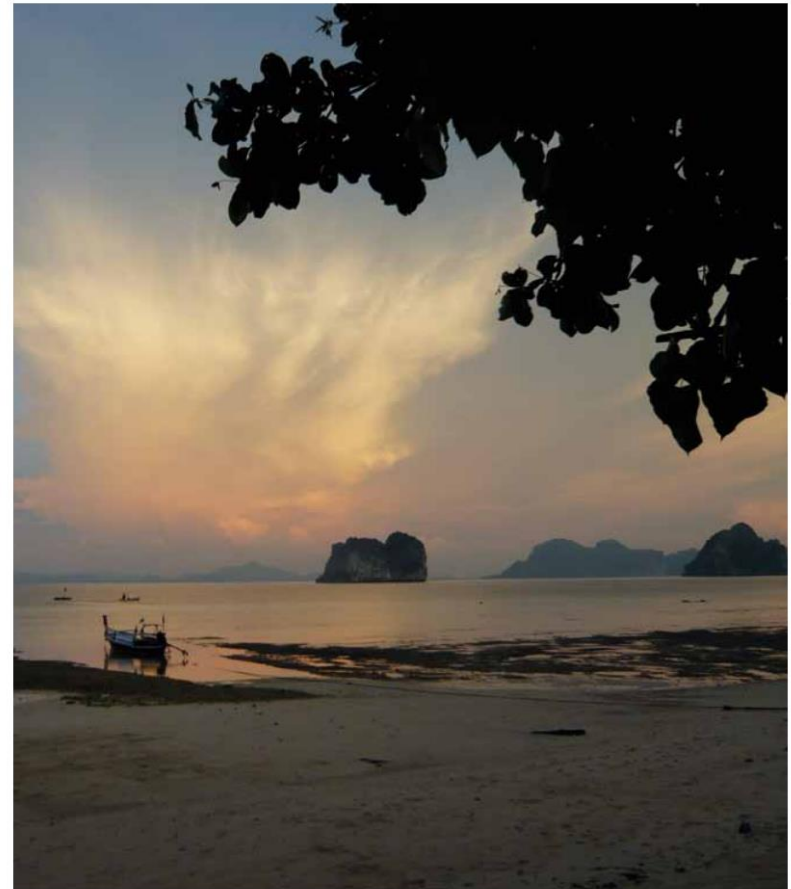




andar à deriva na corrente
não é providência
não é destino
não há qualquer coação externa

com esforço e diligência
disciplina e auto-domínio
deixai o sábio criar para si uma ilha
que dilúvio algum possa invadir.

Dhammapada v.25





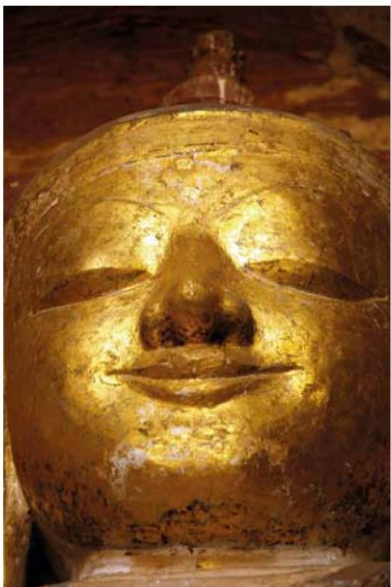
a porta está sem tranca
mas ninguém pode abri-la por nós
abram então a porta
e tendo-a aberto
tenham a coragem
de a transpor

o Buda é o conhecedor de todos os mundos
não há perigo algum
nem causa de sofrimento
que o Buda não nos revele
nem práticas virtuosas que precisemos cultivar
que o Buda não nos explique

nunca
nem na visão nem na conduta
o Buda errou
ele é o supremo mestre
dos seres humanos e celestiais
ele é perfeito em sabedoria e compaixão

quando relembremos as virtudes do Buda
plenos de gratidão
amplia-se-nos a mente em luz, clareza e força





na nossa prática
refugiamo-nos no Buda
cultivando interiormente
as virtudes do Buda
de consciente vigiância e simplicidade





o Dhamma:
ensinamentos que dão saber e compreensão
da progressão e do declínio do coração humano
da verdadeira natureza da nossa vida
e do mundo à nossa volta
o Dhamma é um mapa
na nossa jornada de libertação

quando relembramos as virtudes do Dhamma
plenos de gratidão
amplia-se-nos a mente em luz, clareza e força



na nossa prática
refugiamo-nos no Dhamma
orientando a vida à luz dos ensinamentos
sem esquecer o Dhamma
nunca voltando as costas ao Dhamma
sem nos deixarmos iludir pelo mundo

o Sangha:
a comunidade dos bons praticantes
que realizaram
protegeram
transmitiram o Dhamma
testemunhas da eficácia dos ensinamentos
provam que todos os seres humanos
masculinos e femininos
podem realizar o Dhamma
e deverão tentar realizá-lo

quando relembremos o Sangha
plenos de gratidão
amplia-se-nos a mente em luz, clareza e força





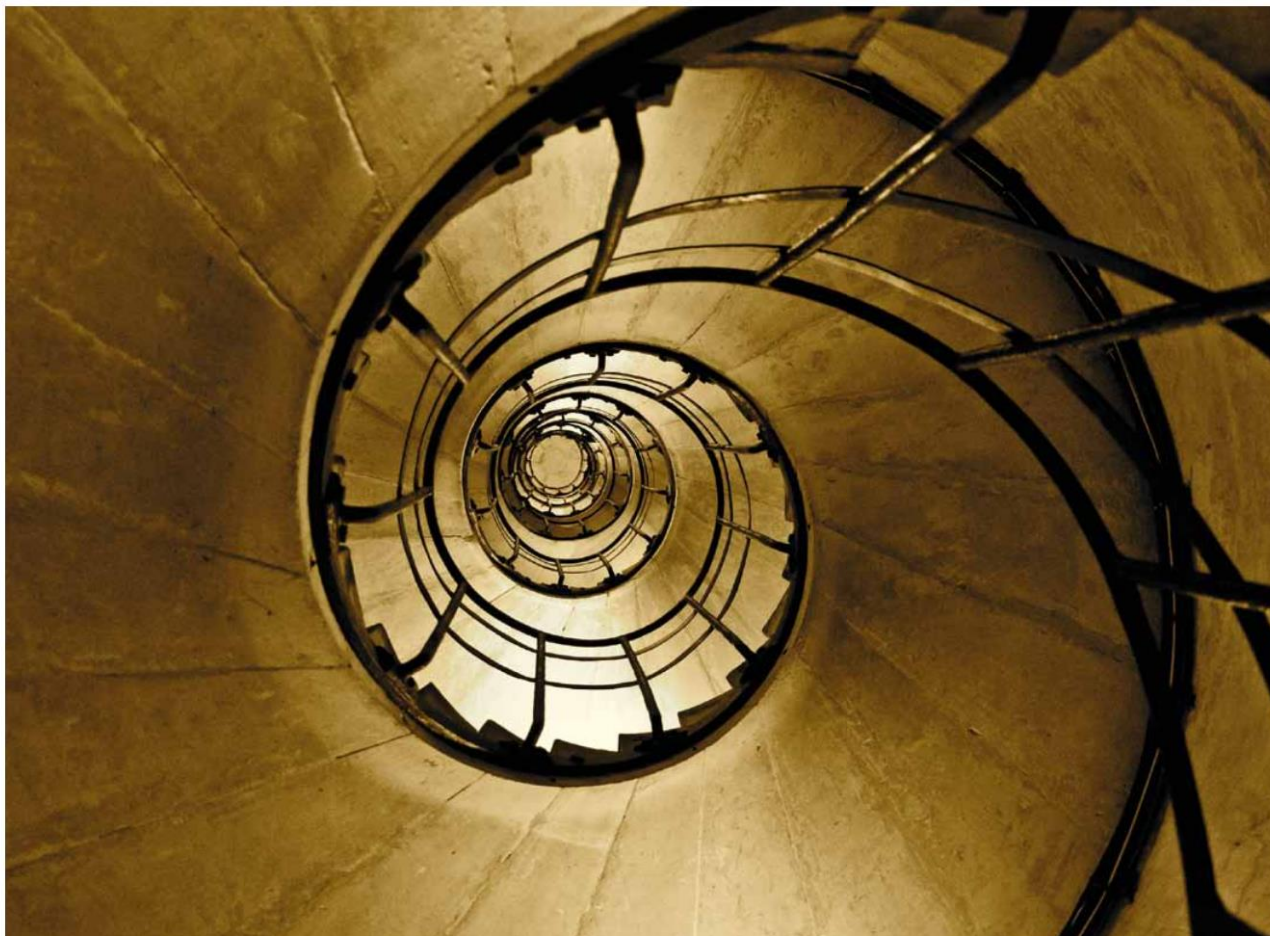
na nossa prática
refugiamo-nos no Sangha
esforçando-nos por praticar correctamente
seguindo as pegadas dos seres nobres
deixando o mal
cultivando o bem
e purificando a mente



no começo o caminho à nossa frente é indistinto
duvidamos e hesitamos
mas a fé suporta-nos
a confiança de que nada senão a libertação dos
defeitos
pode responder às necessidades mais profundas do
coração humano
e que esta suprema liberdade pode ser
verdadeiramente nossa
com sábio esforço



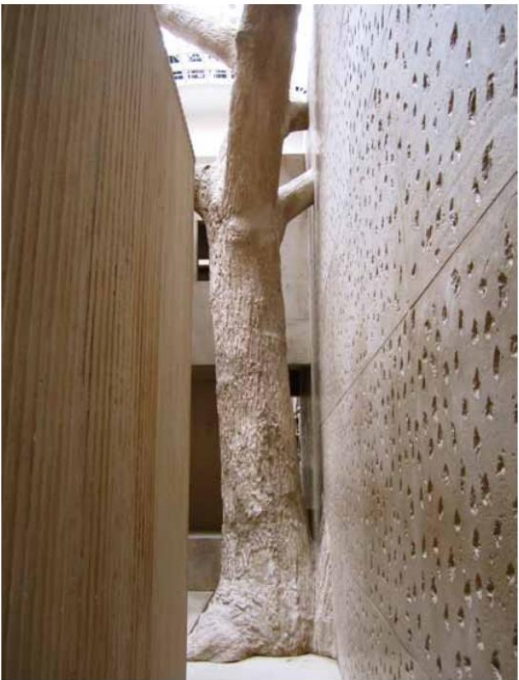
não deixem que o Dhamma
que praticam
fique comprometido
ou condicionado
por desejos e opiniões
os sábios dizem
com devoção e humildade
simplesmente
volvei vosso coração
para o Dhamma
inteiramente



o sofrimento
devia ser compreendido

todo este movimento
é como se nele houvesse
algum tipo de destino
mas não sabemos onde
todos estes problemas
é como se neles houvesse
algum tipo de resolução
mas não sabemos qual
por não sabermos
continua sempre
por não sabermos
não há conclusão





afastados do que gostamos
expostos ao que não gostamos
não conseguindo o que queremos
como nos sentimos frustrados
quão constritos

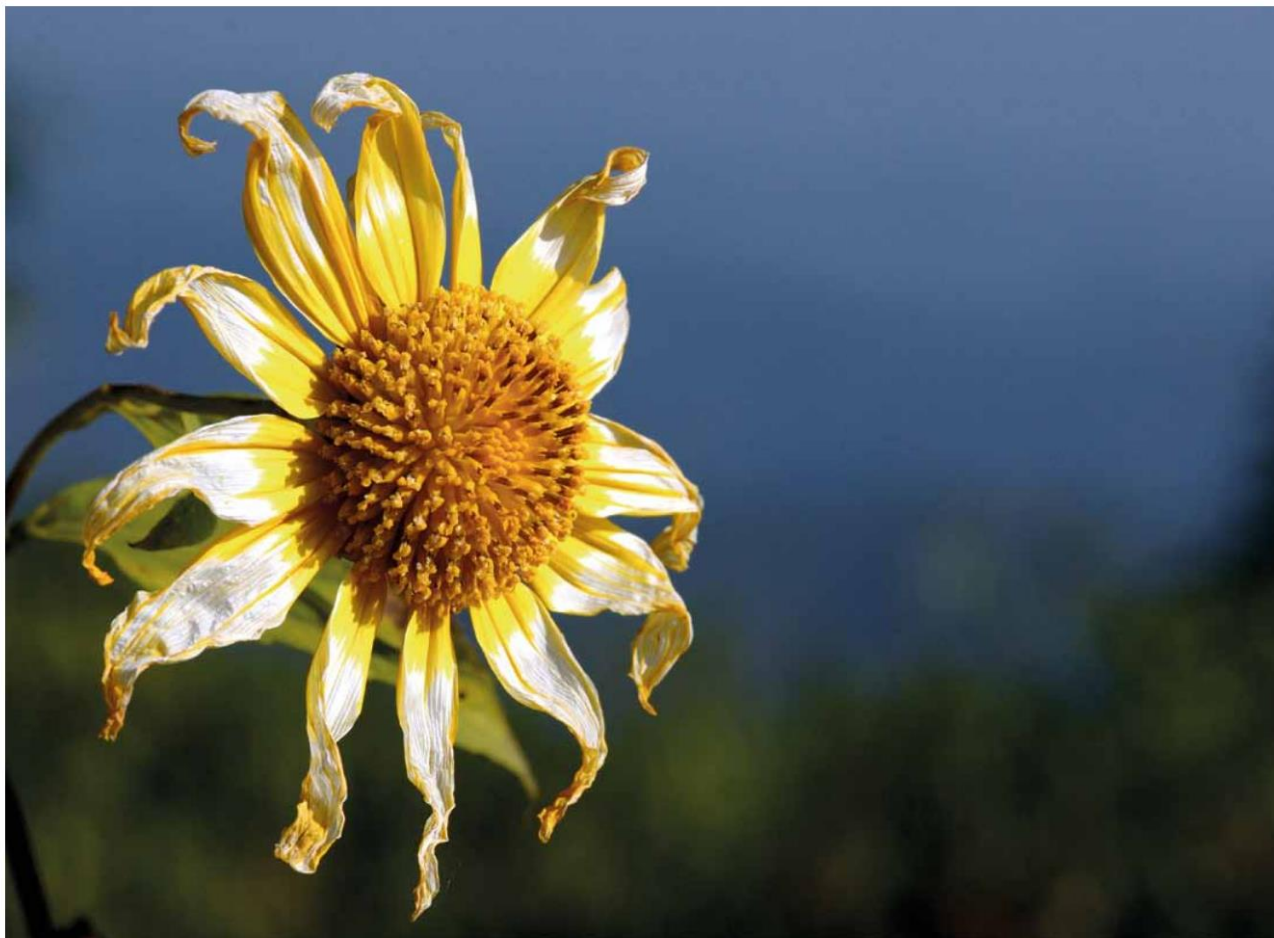


por vezes obtemos o que queremos
mas quando nos apegamos muito a tal
as marés da impermanência
parecem um inimigo
ameaçando

qualquer máscara parece fácil de tirar
mas é mais difícil do que se pensa
tornando-se cada vez mais difícil
cada vez mais

a vida de uma criança não é fácil
viver num mundo que não entende
e não controla
quem deveria providenciar estabilidade e amor
abusa por vezes da sua confiança
ou é negligente
tantas causas possíveis
para as lágrimas de uma criança





e agora
já não tão bela
quão breve a vida
daquela flor
provou ser

o valor de uma vida:
poderá ser medido
pelo encanto físico?
os sábios sabem
que não



"Este corpo tem muitas dores, muitas fragilidades:
Neste corpo aparecem muitos tipos de doenças, como:
doenças da vista, da audição, do nariz, da língua,
do corpo, da cabeça, dos ouvidos, da boca,
dos dentes,
tosse, asma, catarro, febre, envelhecimento, dores de estômago,
desmaios, disenteria,
gripe, cólera, lepra,
furúnculos, lombrigas, tuberculose, epilepsia, doenças da pele,
comichão, crostas, psoríase,
cicatrices, icterícia, diabetes, hemorróidas, úlceras;
doenças da biliar, da fleuma, dos gases,
das combinações dos humores corporais,
das mudanças do tempo,
de maus cuidados do corpo,
de ataques,
das consequências do carma;
frio, calor, fome, sede,
defecar e urinar"

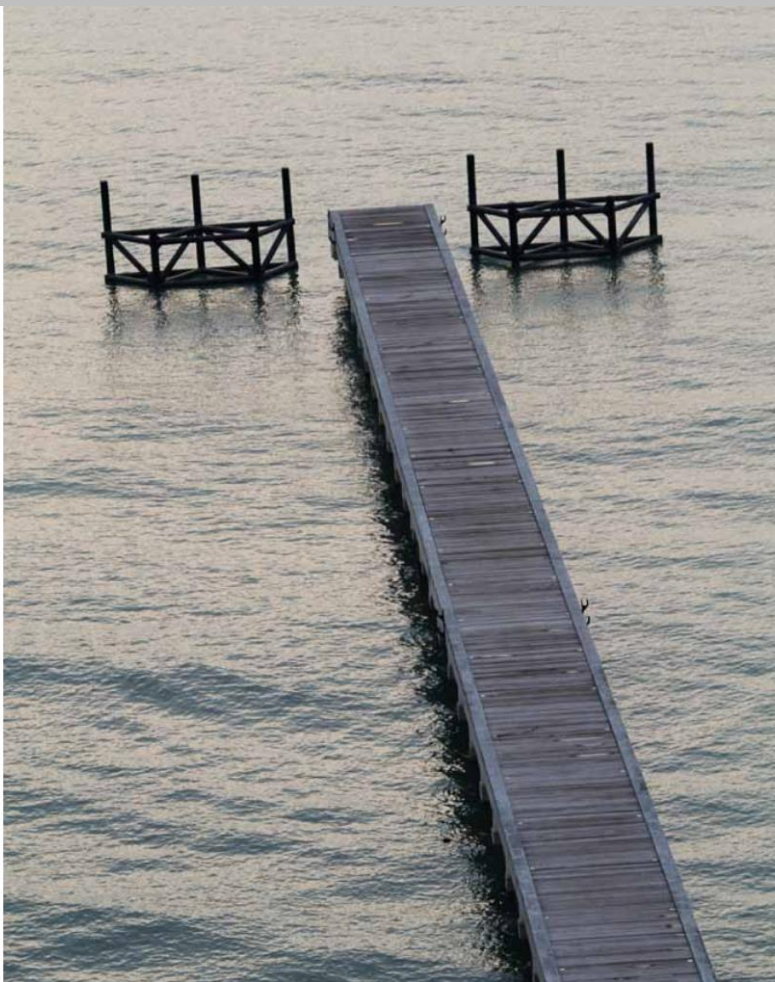
Girimananda Sutta

idade avançada
madura para sabedoria
repleta de dores





um lugar solitário
sem forças para ir
sem lugar para onde ir
na juventude nunca imaginaste chegar a isto
nem o querias pensar
habitudo a veres-te forte e saudável
habitudo...



nem no céu nem no meio do oceano
nem nos desfiladeiros das montanhas
não há lugar algum no mundo
onde se possa escapar da morte

Dhammapada v.128

nem no céu nem no meio do oceano
nem nos desfiladeiros das montanhas
não há lugar algum no mundo
onde se possa escapar
(das consequências) das más ações

Dhammapada v.127

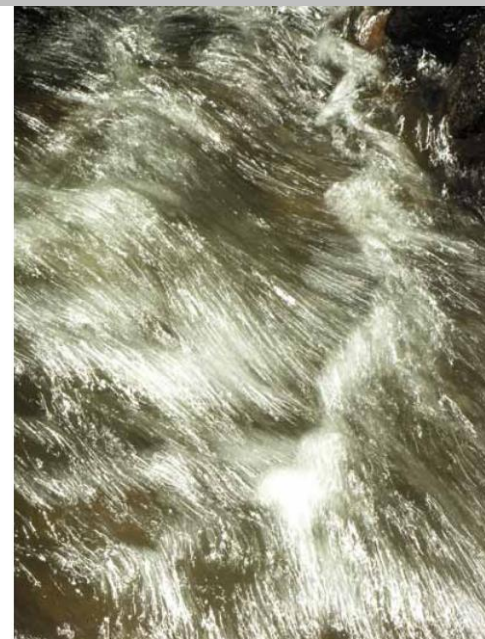


sejamos francos
todas as pessoas alguma vez já nascidas
formam dois grupos:
os que já morreram
e os que vão morrer
ninguém nega que um dia também irá morrer
mas lá no fundo pensa
sim mas ainda não
hoje não
e tanta gente acredita nisso
até no próprio dia da sua morte



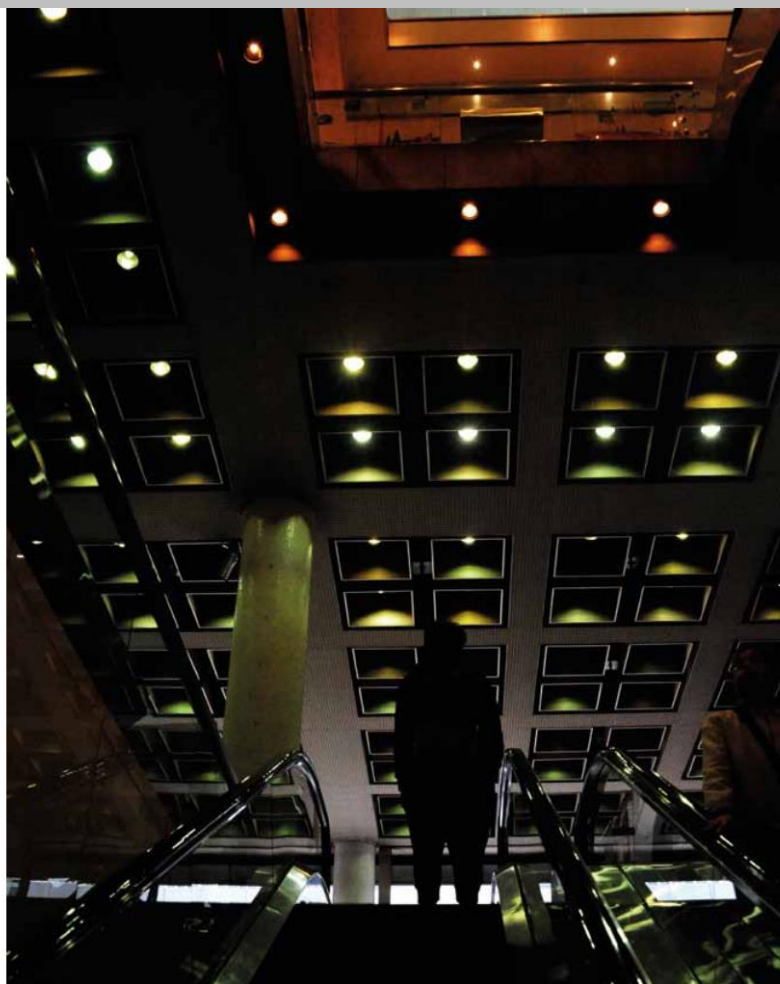


para onde vamos depois de morrer?
 antes de nos perguntarmos tais questões
 reflitamos neste ser que cremos há-de morrer
 perguntemos algo diferente
 onde está
 o que é
 este ser
 no momento presente?



a causa da dor
devia ser largada

tacteando
no escuro
à procura de um caminho
enfrentar
prosseguir
a mente em turbilhão



querer alcançar
 querer ter
 querer ser
 querer ver-se livre de
 querer afastar-se
 querer brincar
 querer esquecer
 querer dormir

os seres humanos
 e os tigres
 os tigres não caçam
 os da sua espécie



à sua verdadeira luz

temos receio
receio de carregar fardos pesados mas
ainda mais receio
de nada ter para carregar





ama
ama se queres
mas não ignores
os talvez sim
os talvez não



separação
interior árido sedento
chamam-lhe coração partido
na verdade não está partido
tão pouco é deserto seco

não consentir a tristeza
não combater com tristeza
tristeza mal alimentada
definha



à sua verdadeira luz

quando nada resulta
ao acreditar em pensamentos sombrios
ao negar o incerto
o imprevisível
a natureza das coisas
como não ficar deprimido?





se não a agarrarmos
a cobra
não nos morderá
se não nos agarrarmos
aos estados de espírito
às emoções
aos pensamentos
não nos morderão

uma presa
dos estados mentais
a mente
sufocada
precipitada
resvala



o cessar do sofrimento
deve ser realizado

dissipado todo o sofrimento
remanesce
pureza
sabedoria
compaixão





o caminho
deve ser cultivado

nesse cuidado
o interior e o exterior
devem ser desenvolvidos em harmonia
temos de cuidar
e educar
o que fazemos
o que dizemos
a par da purificação do coração
a par da purificação do coração
o que dizemos
o que fazemos
e educar
temos de cuidar
devem ser desenvolvidos em harmonia
o interior e o exterior
nesse cuidado

deve ser cultivado
o caminho



kāya bhāvanā
(cultivo das correctas relações com o mundo material)

sem se obcecar com o corpo
sem o negligenciar
o praticante
exercita o suficiente
descansa o suficiente
regularmente



come para viver
diz o sábio
não vivas para comer



reflectindo com sabedoria eu como esta comida
lembrando com gratidão de onde vem
e quantas pessoas pouca ou nenhuma comida têm
acautelando a mente da indulgência
consciente a cada pedaço
dou a este corpo o que precisa
para me manter
no caminho



puiñña
 mérito:
 acções
 palavras
 pensamentos
 que elevam a mente



oferece prendas certas
nas alturas certas
aos que são dignos de as receber

puñña de oferta cresce
acarinhando a mente
num estado de completa felicidade
livre de desejos de recompensa
antes de oferecer
ao oferecer
depois de ter oferecido

ao lembrar nossos actos de pura generosidade
sente-se alegria
nobre tesouro da mente
que ninguém pode roubar
e nunca deixa de brilhar





90

à sua verdadeira luz

a cada acto generoso
o que dá recebe
o que recebe dá
ambos se sentem felizes e revigorados



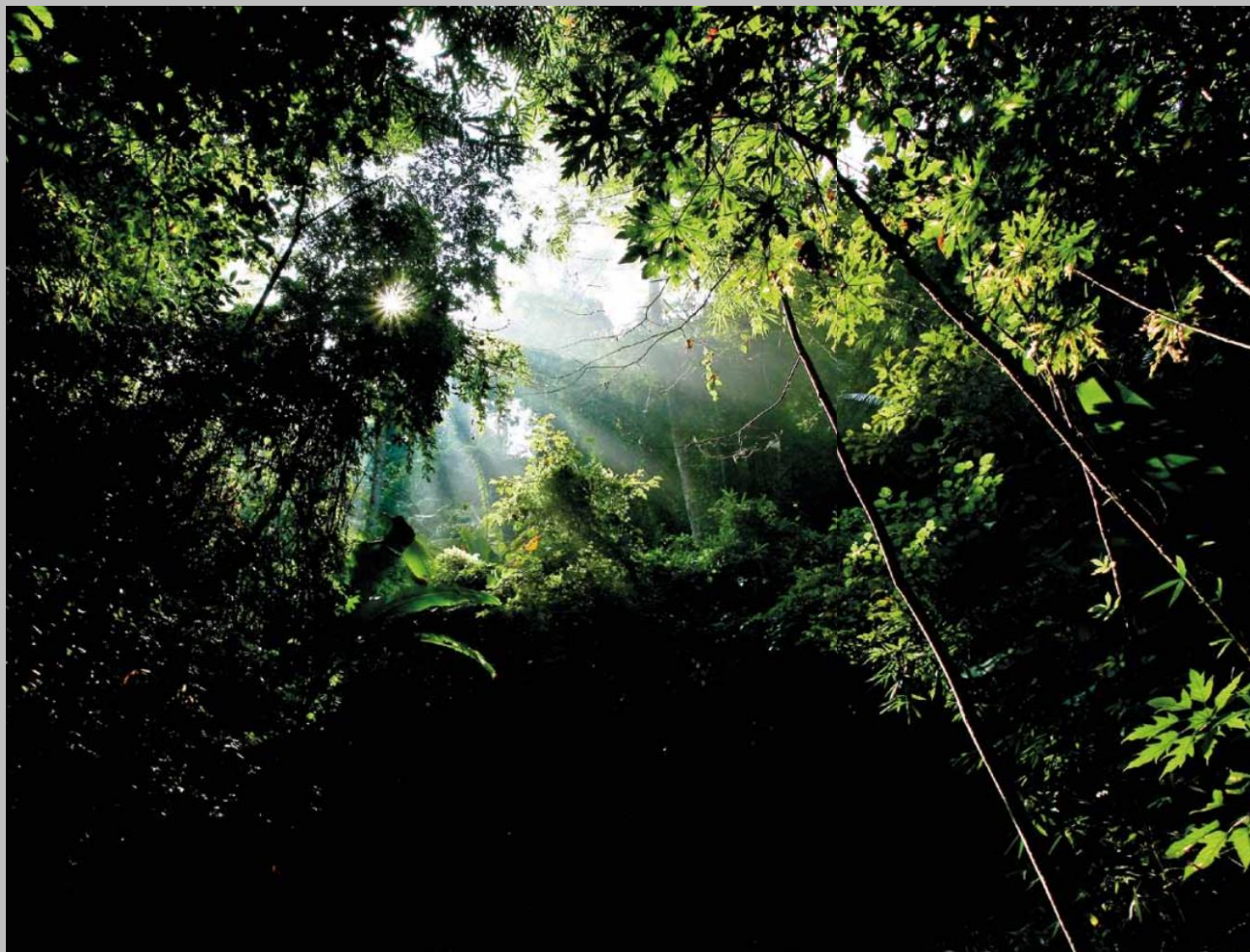


tal como a abelha na flor
sem ferir seu tom ou fragrância
se afasta após recolher o néctar
assim também vai o monge mendicante na sua ronda
a recolher comida nas vilas

Dhammapada v.49



o mundo tecnológico incita-nos
 ao seu consumo
 as máquinas poupam tempo permitindo-nos
 desperdiçá-lo mais facilmente
 os aparelhos de comunicação dão azo
 a mais discussões
 neste confuso e complexo mundo
 agora mais do que nunca
 necessitamos estar conscientes
 contidos
 compreender as coisas tal como são

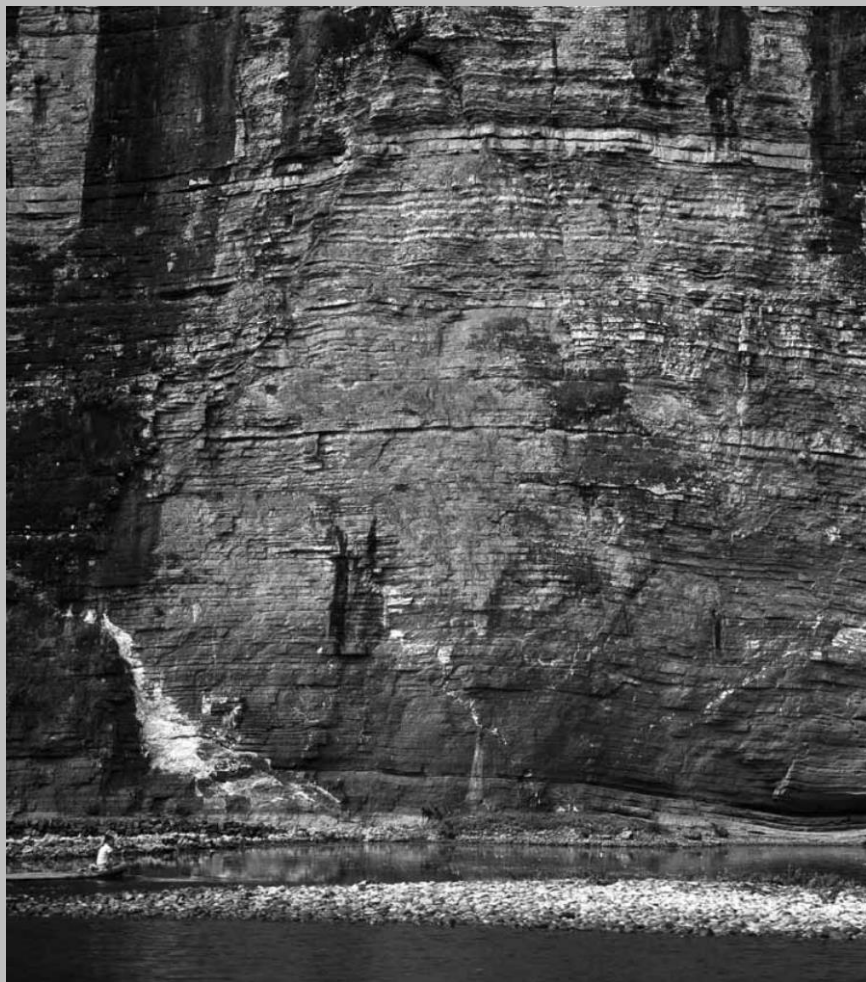


as florestas sobreviverão

quando nos libertarmos do desejo de
as destruir (*sīla*)

porque amamos as florestas e nos sen-
timos ligados a elas (*samādhi*)

saibamos ver seu valor (*pañña*)



a natureza está sempre pronta
a ensinar os que sempre estão prontos
a aprender com ela

a maior lição da natureza
é que tudo acontece
aparece e desaparece
devido a causas e condições
sem criador
e sem director

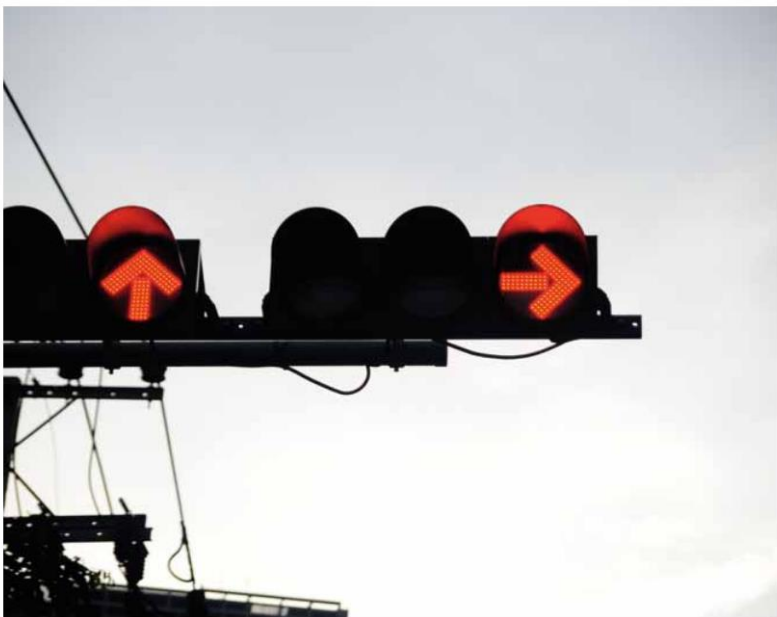
a natureza ensina-nos
o jogo intrincado
da causa e do efeito

sila bhāvanā

(cultivo da nossa relação com o mundo social)

cada comunidade pode esperar
bem-estar harmonia e paz
fiel amizade
entre os seus membros
sempre que adota
padrões de sabedoria
livremente aceites por todos
resguardando
as suas acções e palavras





a mais clara expressão de maturidade:
capacidade de praticar contenção inteligente



ainda que remanesçam impurezas
ainda que dispostos a dar-lhes guarida
governai-as com preceitos
não lhes permitindo causar dano
a vós ou aos outros



sejamos estudantes da vida
pais continuem a aprender a ser pais
filhos e filhas aprendam laços filiais
possamos nós aprender nossos deveres
tanto quanto nossos direitos
todos precisamos continuar a aprender
só os arahants completaram o seu trabalho



todos os seres sem excepção
odeiam sofrer
adoram sentir-se bem
tal como nós
sabendo isso
a pessoa sábia não prejudica ninguém
mas antes oferece refúgio
e bondade





com conceitos inflexíveis
 não comunicamos de verdade
 por tanto acreditarmos
 nas nossas opiniões e desejos
 as ligações que pensamos criar
 são meras aparências

a comunicação acontece
 quando há respeito mútuo
 e empatia
 ambos lados sabendo falar
 e ouvir
 o mais difícil sendo
 saber ouvir



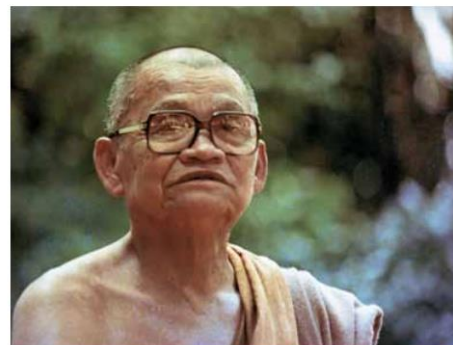
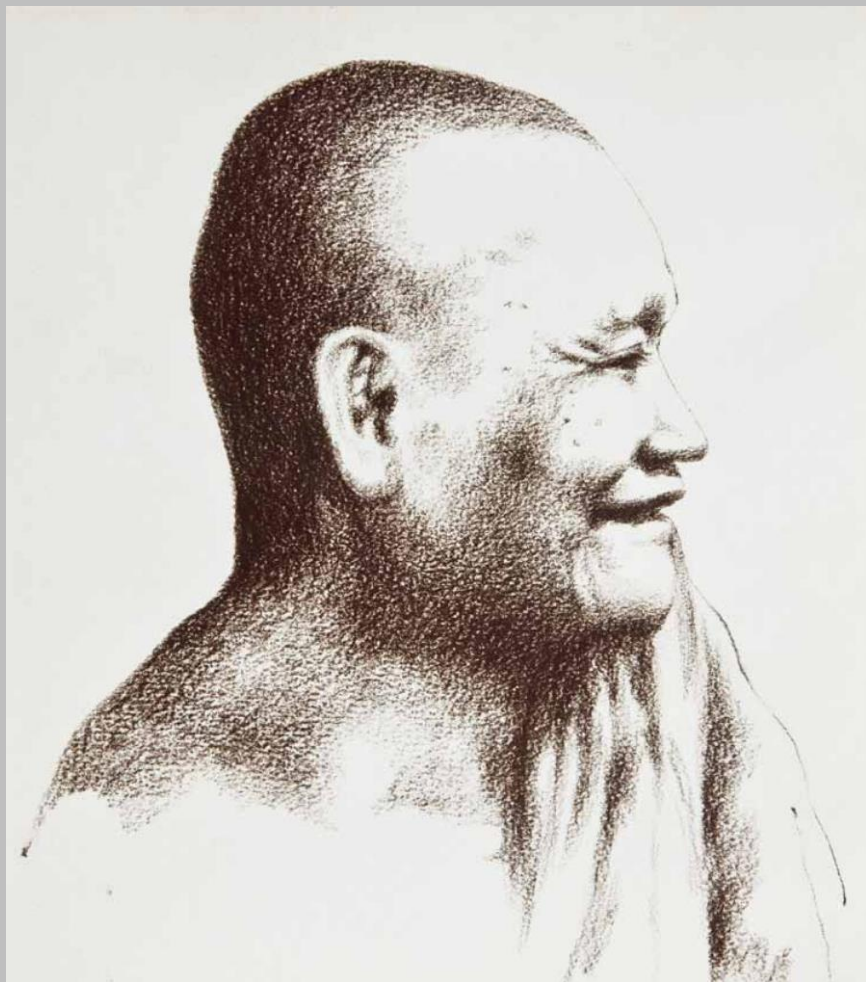


o fruto visível do treino da conduta
é a harmonia do grupo
atmosfera protegida
e calorosa



o fruto interno do treino da conduta
é uma mente livre de culpa e de lamento

reforçados com auto-respeito
tornamo-nos amigo de nós mesmos
prontos para receber a luz do Dhamma



que grande felicidade é
ter um amigo bom e nobre!
digno de amor e respeito
um bom exemplo
encorajando
instruindo
advertindo incansavelmente
capaz de nos fazer entender
os ensinamentos mais profundos
que nos inspira
para nos dedicarmos à verdade



ao encontrarem uma pessoa sábia
que, tal um revelador de tesouros,
nos aponta os nossos defeitos e nos
reprova,
associem-se a ela;
fazê-lo não está errado, está certo

Dhammapada v.76



servir os benfeitores
homenagear os seres nobres
eleva a mente



recordar com frequência os seres nobres
honrar suas virtudes
seguir suas instruções
eleva a mente



um bom professor
aponta o caminho
com sabedoria
e delicadeza



um bom professor
dedica-se a partilhar
tanto o conhecimento
como as competências da vida



não és amigo de alguém só por andares com ele
 é fazendo bem ao outro
 que faz de ti um amigo
 falar bem com ele
 falar bem dele
 pensar bem dele
 desejar-lhe coisas boas
 faz de ti um amigo

bons amigos:
 sempre que és imprudente
 olham por ti
 sempre que és imprudente
 cuidam dos teus haveres
 podes confiar neles
 em tempos difíceis
 sempre que precisas
 dão mais do que pedes

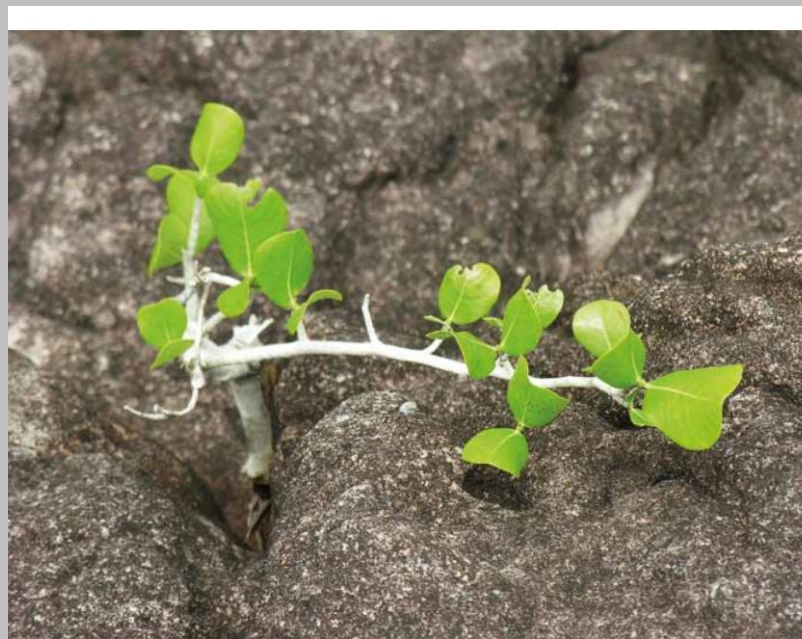
Digha Nikaya 31





citta bhavana
(cultivo do coração)

busca um lugar sossegado
todos os dias
descansa dos teus fardos
por um pouco
amplia a luz da consciência
à tua volta
trata de saber
o que se passa
dentro de ti



verdes plantas vibrantes
podem brotar de uma rocha
todas as virtudes
podem nascer num coração humano
descuidado por natureza

*"Se o Tathagata ensina que abandonem
o mal e desenvolvam o bem
é porque o podem fazer. Se não pudessem,
não vos ensinaria."*





a verdade de que tudo muda
adverte-nos sobre a complacência
sem o esforço correcto
os defeitos podem nunca melhorar
antes piorar
as qualidades podem nunca florescer
antes murchar



o sábio
age e trabalha
com respeito
com atenção focada
com consciência clara



ver alguém sofrer
sem medo
sem aversão
sem indiferença
e sem mera piedade
imaginem-se
no lugar dele
e tentem ajudar
em tudo quanto puderem



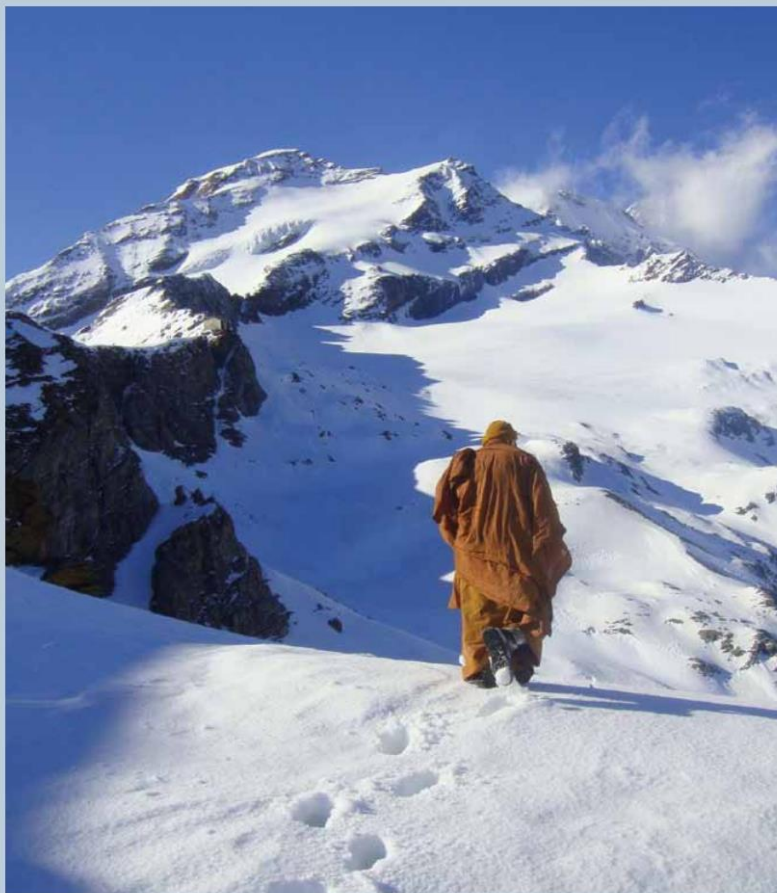
apreciando cada tarefa
de forma desperta e consciente
no momento presente
não há sensação de fardo
ou de aborrecimento
que vos derrube



nos nossos esforços
para cultivar o coração
a paciência
permite
não garante
continuidade

A photograph of a person sitting in a small, dark wooden boat on a body of water. The water is covered in a dense layer of golden, shimmering reflections, likely from the sun. The person is wearing a light-colored shirt and dark pants, and is looking towards the camera. The background is a vast expanse of water with more golden reflections. The overall mood is serene and contemplative.

peritos na busca da felicidade
no que presentemente possuem
nenhum desejo perturbador
nenhuma inveja
nenhuma busca de atalhos
atormenta suas mentes
quando o tempo é chegado
mudam para coisas diferentes ou melhores
sem expectativas ilusórias
calmamente
com visão



há um cume
a alcançar
nunca desistam

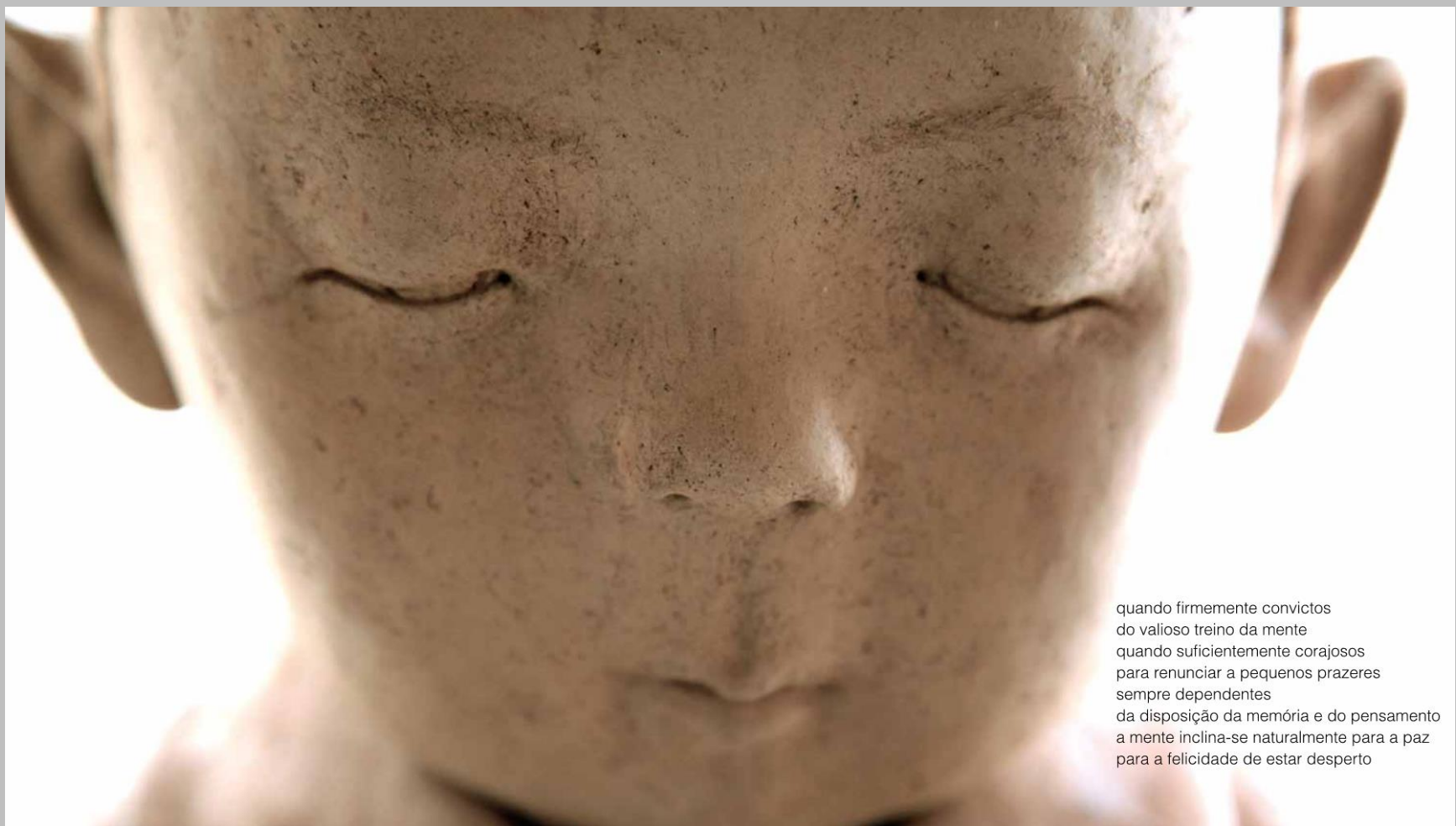


cantando
meditando
irradiando pensamentos de amor
estas são as práticas diárias
do aspirante a uma vida harmoniosa



para conduzir a mente à paz precisamos
saber o que a perturba precisamos aprender
a prevenir que tal surja
e como lidar com isso se acontecer





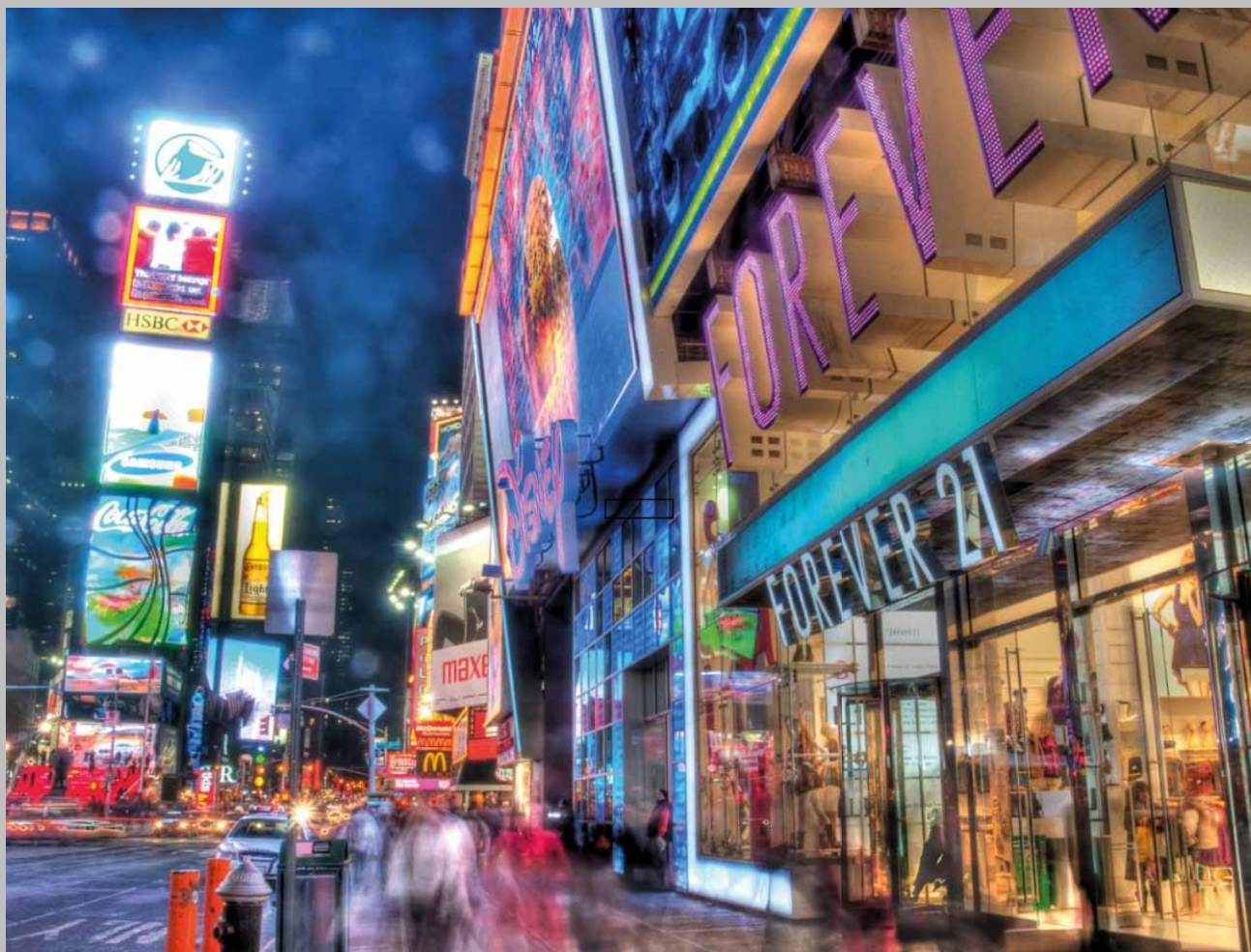
quando firmemente convictos
do valioso treino da mente
quando suficientemente corajosos
para renunciar a pequenos prazeres
sempre dependentes
da disposição da memória e do pensamento
a mente inclina-se naturalmente para a paz
para a felicidade de estar desperto

olhos fechados
desperto e atento
no momento presente
não há nem género nem
idade
nem história pessoal
que nos iluda
nem pressão de desejos
nem impulso de rejeição

uma pausa nas convenções
soltando os apegos
permite-nos um vislumbre
de como as coisas são



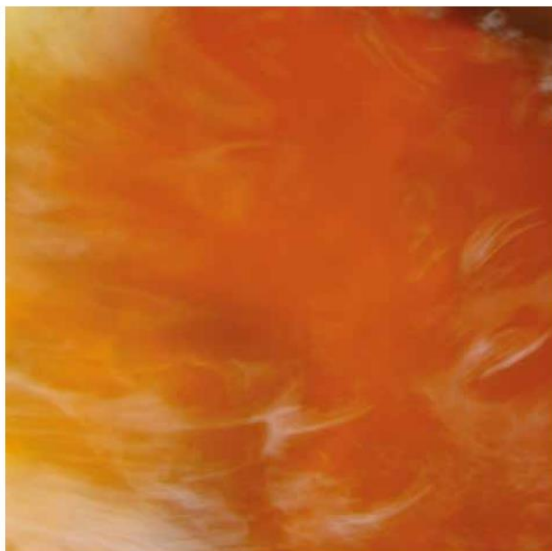
é difícil para todos
se não fosse tão difícil
os resultados não seriam tão bons
quando a mente se distrai
restabelecei a atenção
sem expectativas
sem fraquejar
sem aborrecimento
quando as condições causais se cumprem
os frutos aparecem



não são os prazeres mundanos
que desviam a mente da paz
é uma ideia do mundo
criada pelo desejo



todas
as dimensões de experiências
atraentes
excitantes
são apenas cores bonitas
tingindo a mente



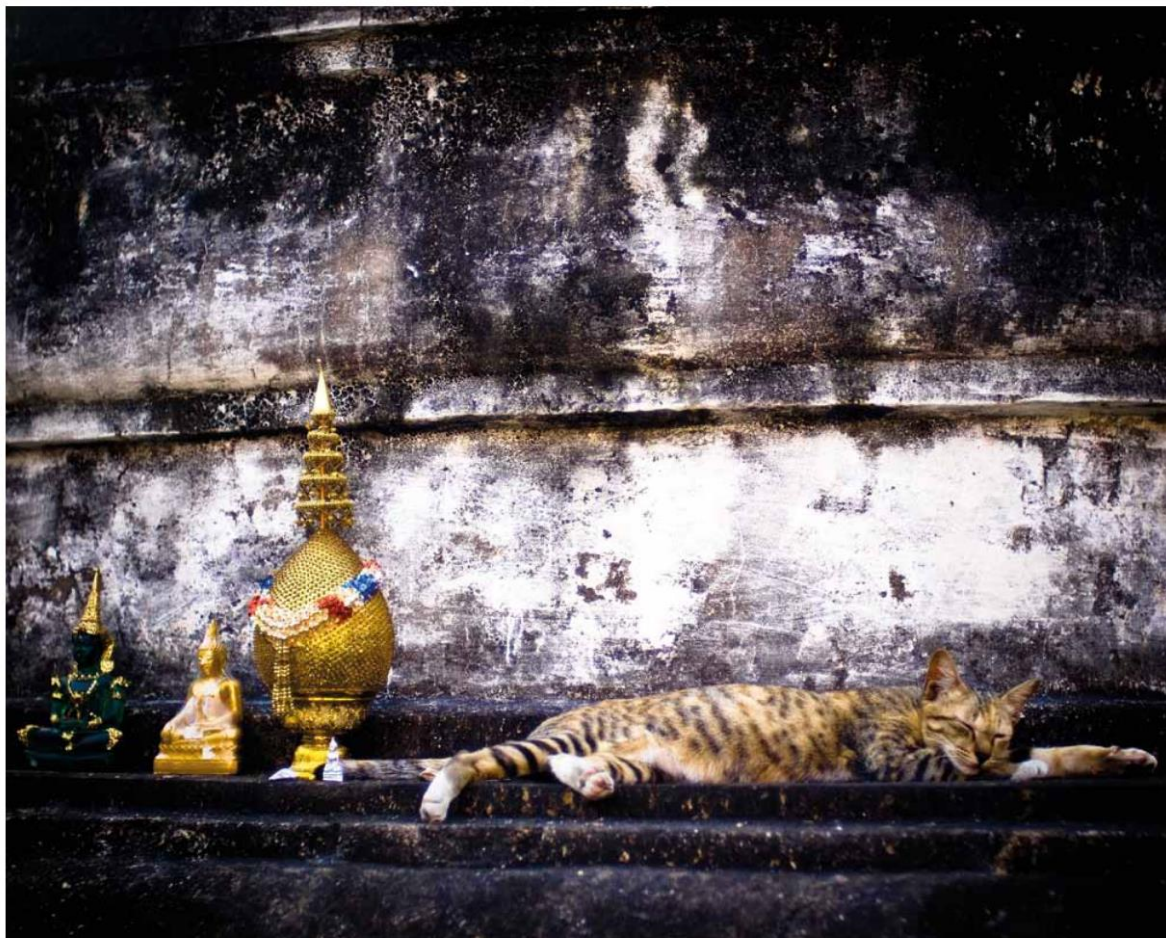
renunciando aos prazeres do mundo
uma suavizante felicidade interior
substitui os prazeres consumidores
sabemos
imediatamente
sem a menor dúvida
que é uma alegria sublime
um júbilo sem igual



existe uma energia
que mal conduzida
desvirtua em julgamentos e má fé
lida sabiamente com ela
e poderás forjar essa torrente
num Buda
no teu coração



a mente abatida e sem coragem
rígida e adormecida
esta é a tua postura
não tua maldição
suscita novos interesses
e não te deixarás esmorecer





mantém-te firme e constante
 pratica quando inspirado
 pratica mesmo desmotivado
 adaptando
 ajustando
 teu esforço
 eventualmente
 alcançarás o objectivo

o esforço para derrotar os obstáculos
 deve ter a intensidade certa
 se for excessivo só causará tensão



quanto tempo mais
permitiremos à mente
deambular e saltitar
tão descontroladamente?
olha vê
está aí mesmo
é no centro da agitação
que a pacífica mente aguarda

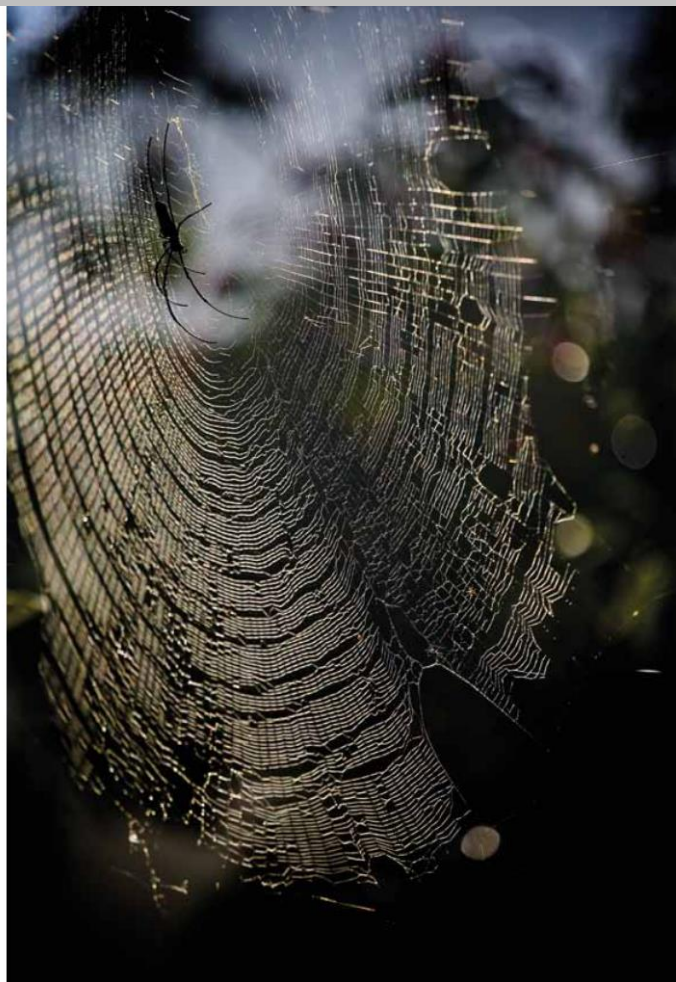




isolado no deserto
da dúvida e da hesitação
sem rumo
vive essas dúvidas
como se
meras dúvidas fossem
meros acontecimentos mentais
e nada mais
e sem mais o caminho em frente
abre-se
como por magia

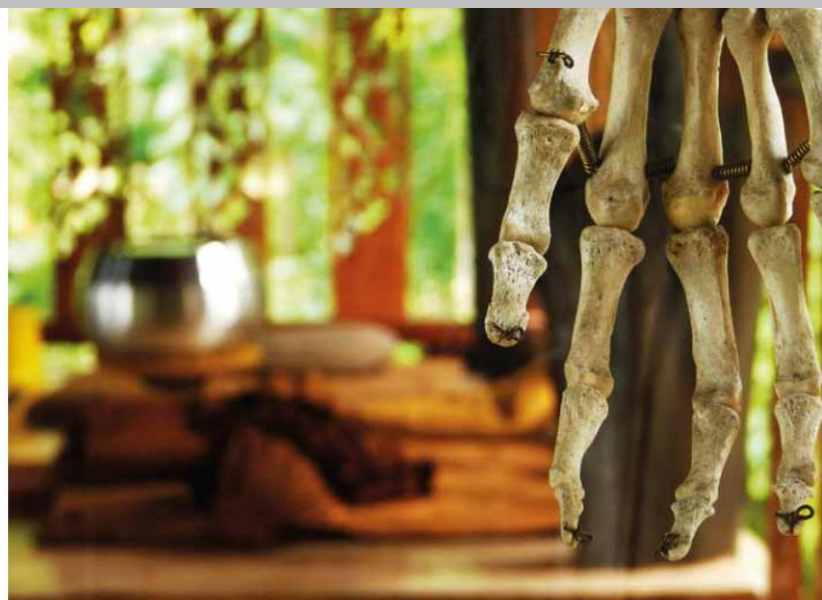
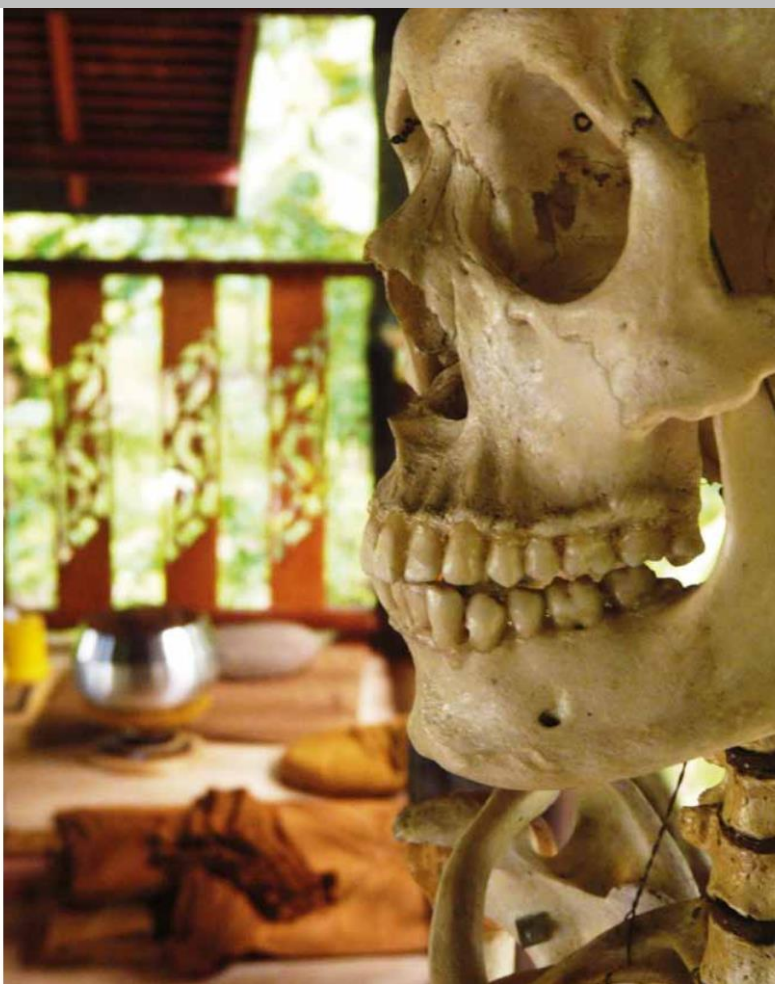


aquele despontar de consciência
frágil e intermitente
torna-se gradualmente um refúgio
desperta e consciente no momento presente
a mente refugia-se tal aranha
no centro da teia
esperando a cada momento
o mais leve impulso
antes de retornar ao estado desperto
tal aranha
sentindo sua teia perturbada
se lança
come a presa
antes de retornar ao estado vigilante

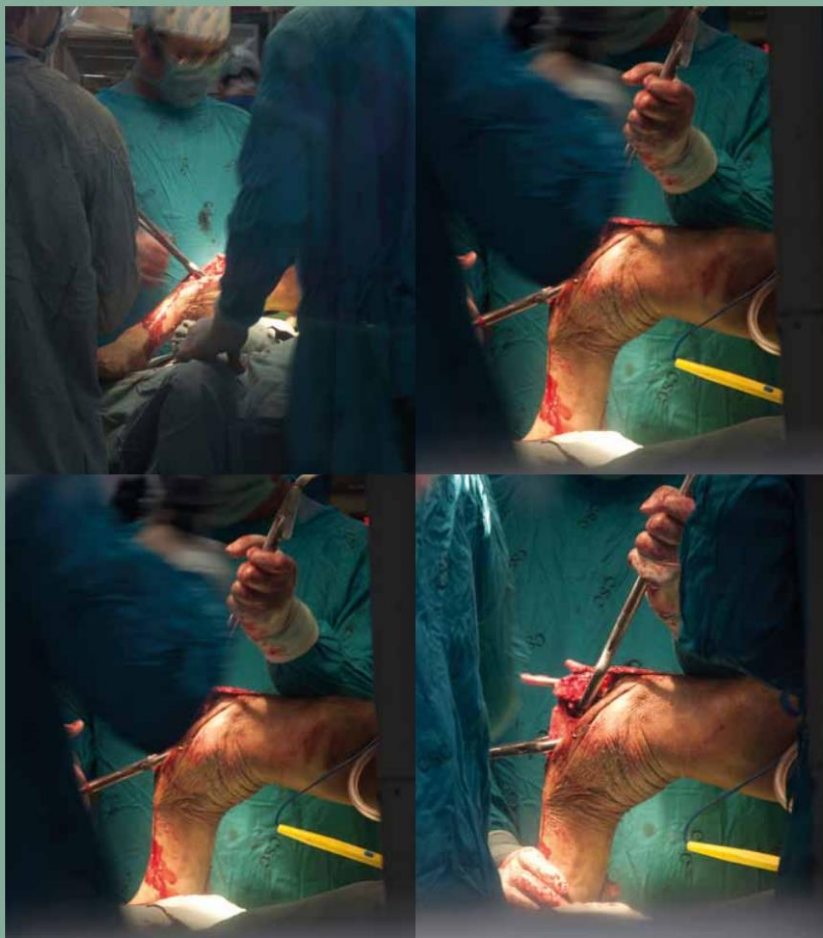




a meditação a andar
mantém a estabilidade interior e a calma
que enriquece e impregna
cada dia que passa



ludibriados pelo corpo
 identificamo-nos com ele
 identificando-nos com ele
 sofremos
 o praticante investiga
 a natureza do corpo
 de forma a compreender a sua verdade
 e a libertar-se
 de um falso sentido
 do eu e do meu



que se sente
ao ver partes do corpo
normalmente escondidas?
porque será?

a lembrança da morte
ajuda-nos a compreender o valor da vida com mais clareza
a vida é curta
incerta
no tempo que nos resta
o que deveríamos fazer
para a viver mais sabiamente?





o praticante desenvolve a compreensão certa:
do seu propósito
da adequabilidade do esforço presente
e à luz desse objectivo
do objecto da atenção
da natureza da experiência



samādhi traz equanimidade
nem se aproximando nem se afastando da experiência
a mente está pronta para ver todas as coisas
à sua verdadeira luz

a correcta visão mundana:
ideais
valores
crenças
em consonância com a verdade
uma compreensão precisa
da lei do carma
o processo do renascimento
as qualidades e os defeitos
o sofrimento e a felicidade
o potencial do nascimento humano





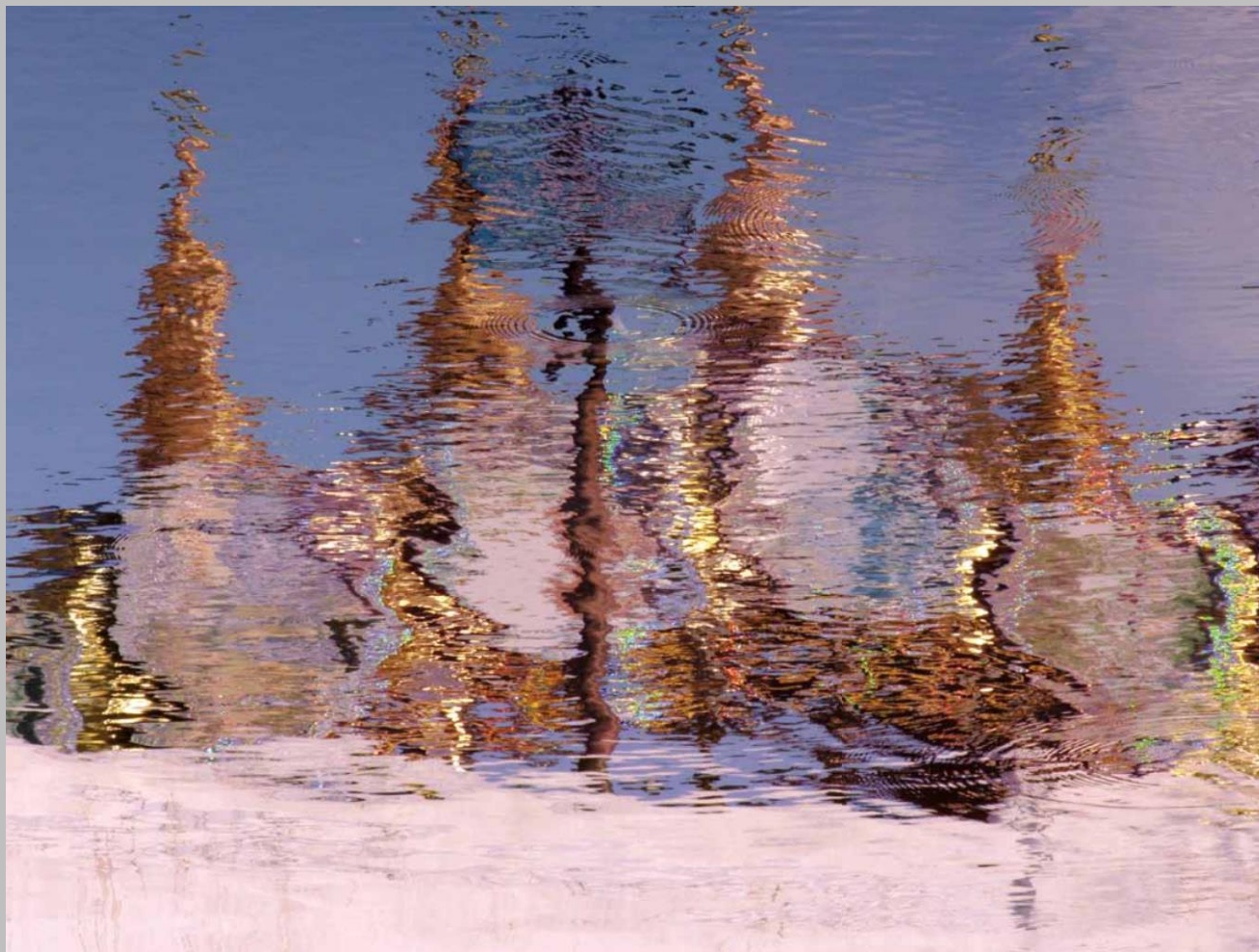
o Buda ensinou
cada acção tem consequências
a nossa vida melhora ou piora
de acordo com as nossas volições
do corpo da fala e da mente
invocar um poder exterior
que nos conceda os nossos desejos
é futilidade
e não demonstra qualquer respeito
por este nosso potencial
para a libertação



no passado os devas realizaram inúmeros actos benéficos
são dignos do nosso profundo respeito
não dignos da nossa adoração
são passageiros seniores
viajando de momento
em classe de luxo

como budistas
reverenciamos
aquele que se libertou de tudo isto

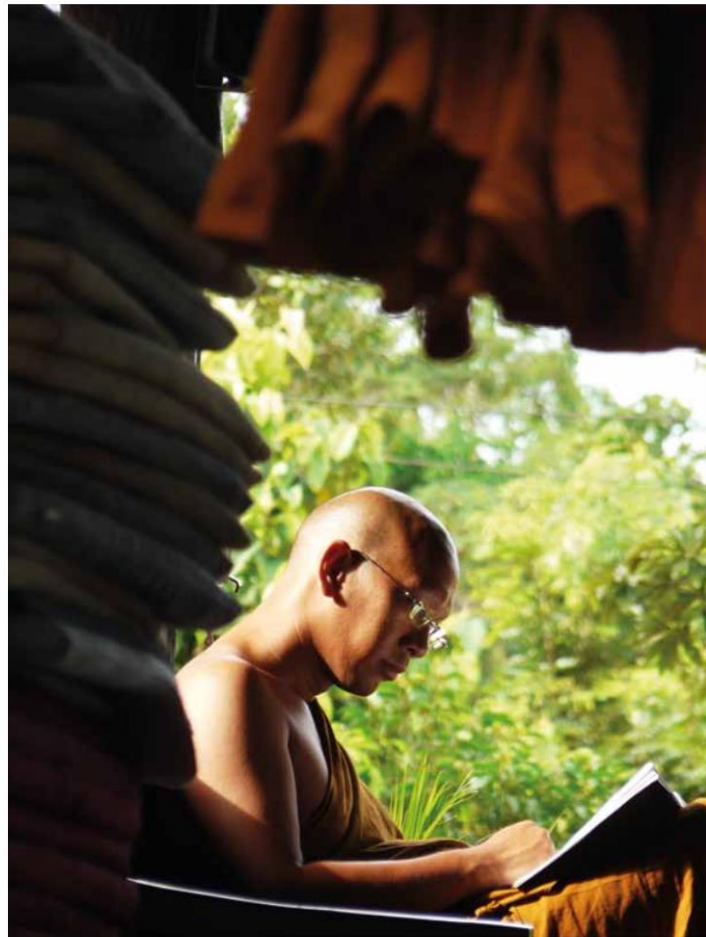




se vivermos com os sábios
mas nos apegarmos ao orgulho
e aos pontos de vista
vemos tudo enevoado



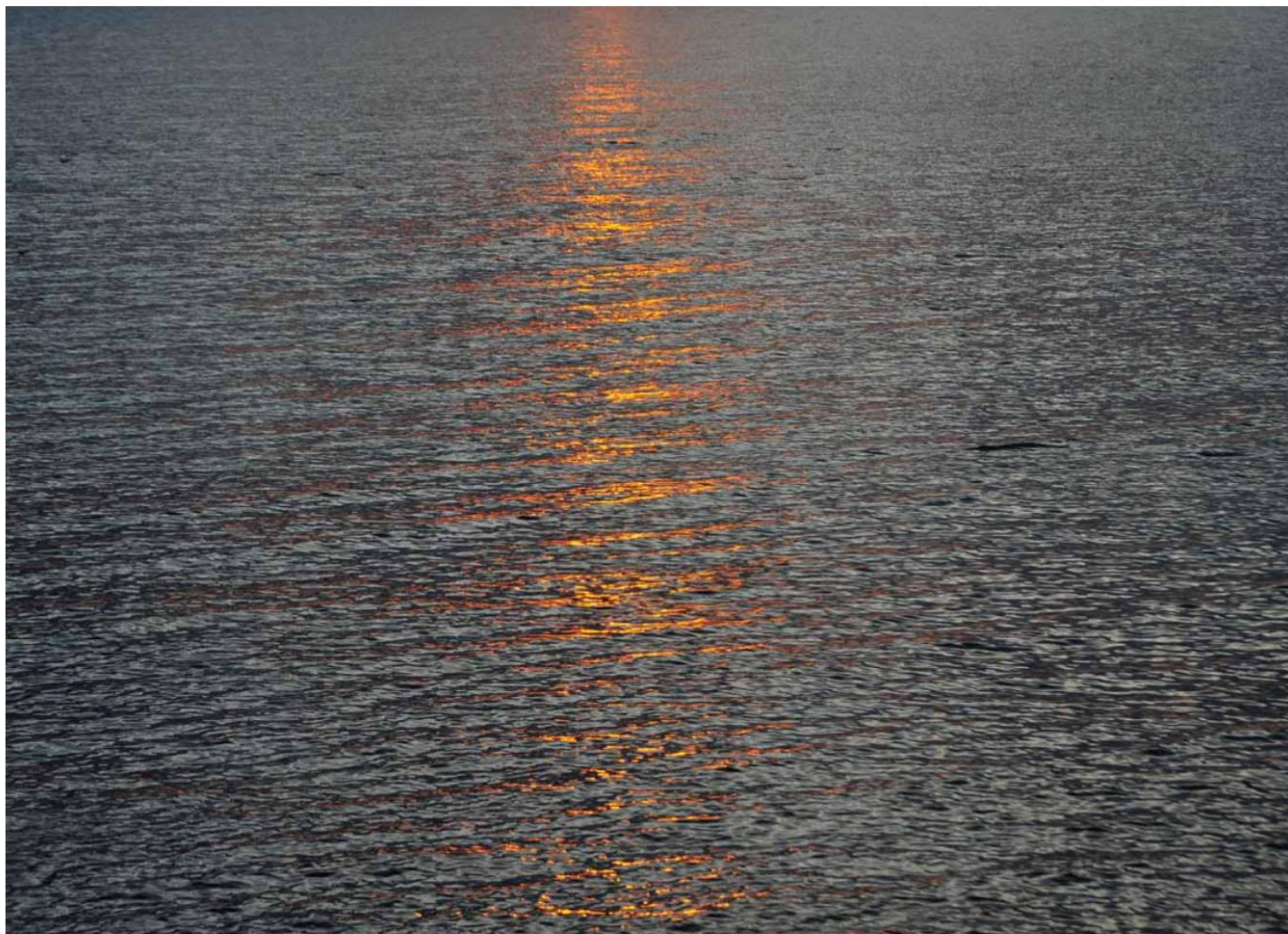
lendo o Dhamma
 ouvindo o Dhamma
 comprometendo-nos de coração com o Dhamma
 comparando constantemente os ensinamentos
 com a nossa experiência
 a fé crescerá firme
 governada pela sabedoria



reflexão sábia
significa pensamento bem dirigido
pensamento disciplinado

pensar de tal maneira
reduz as impurezas
aumenta as virtudes

contemplar as coisas tal como são
a impermanência
as imperfeições
a natureza causal
de todos os fenómenos





este corpo
é impermanente
sentimentos agradáveis desagradáveis e
neutros
são impermanentes
percepções
são impermanentes
estados mentais
são impermanentes
consciência sensorial
é impermanente



nada dura
tudo quanto nasce está sujeito à decadência e à dissolução
nada se pode manter em estado algum por muito tempo
nada sujeito a nascer e a morrer
pode garantir-nos felicidade verdadeira e eterna
condição alguma consegue satisfazer as nossas necessidades
não há céus seguros
neste mundo transitório
nada dura



o senso comum diz-nos
há alguém que pensa que fala que age
por detrás no interior
dos nossos pensamentos palavras e actos
este alguém é quem somos

não é que
o senso comum esteja errado
não é preciso acreditar nos sábios
investiga atentamente por ti próprio



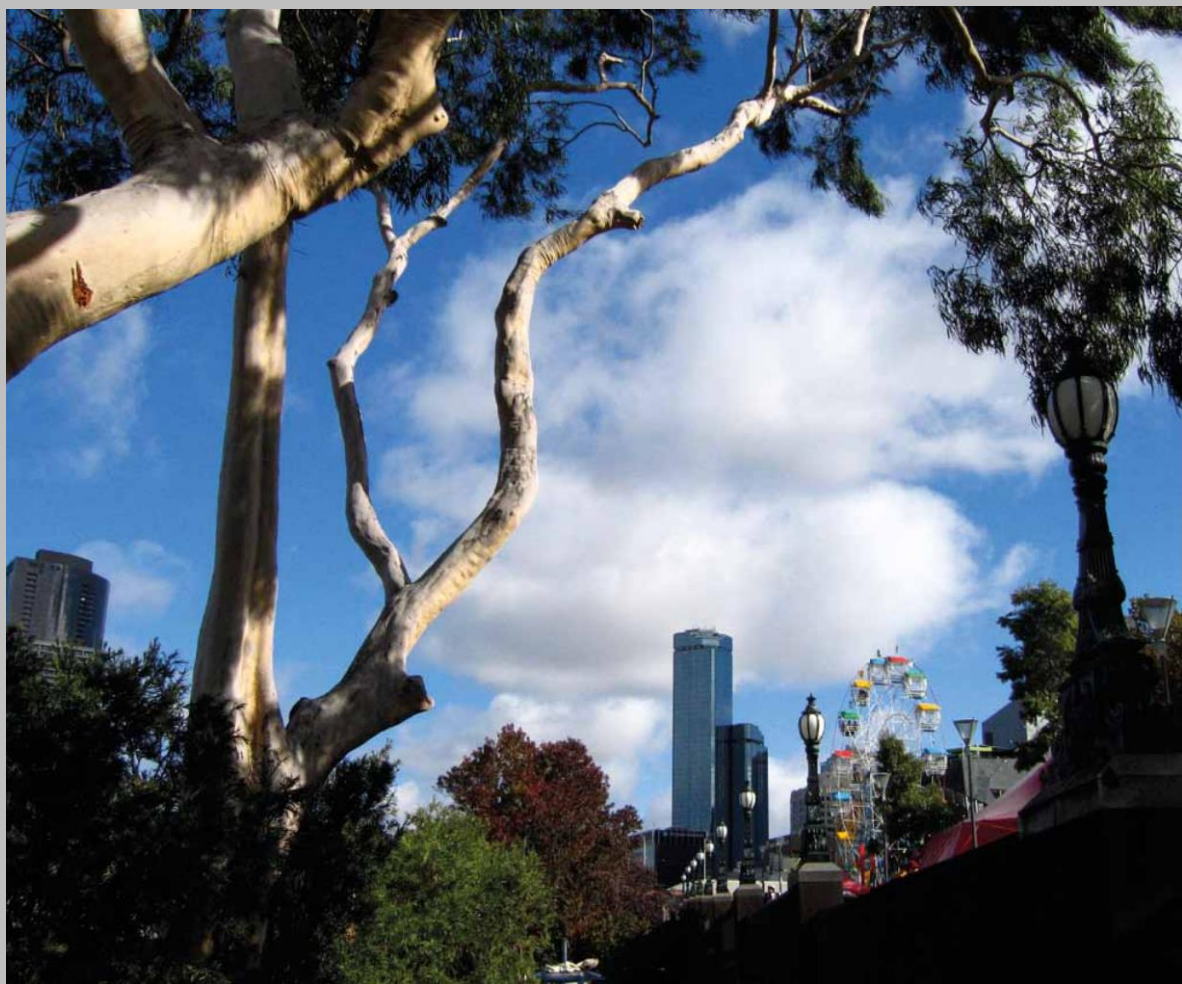
esta vida é uma corrente
sem dono
sem quem a controle
ninguém tem de a pôr a fluir
é da sua natureza fluir
de acordo com causas e condições

vendo
não o nada
mas coisa nenhuma
aprendemos a largar

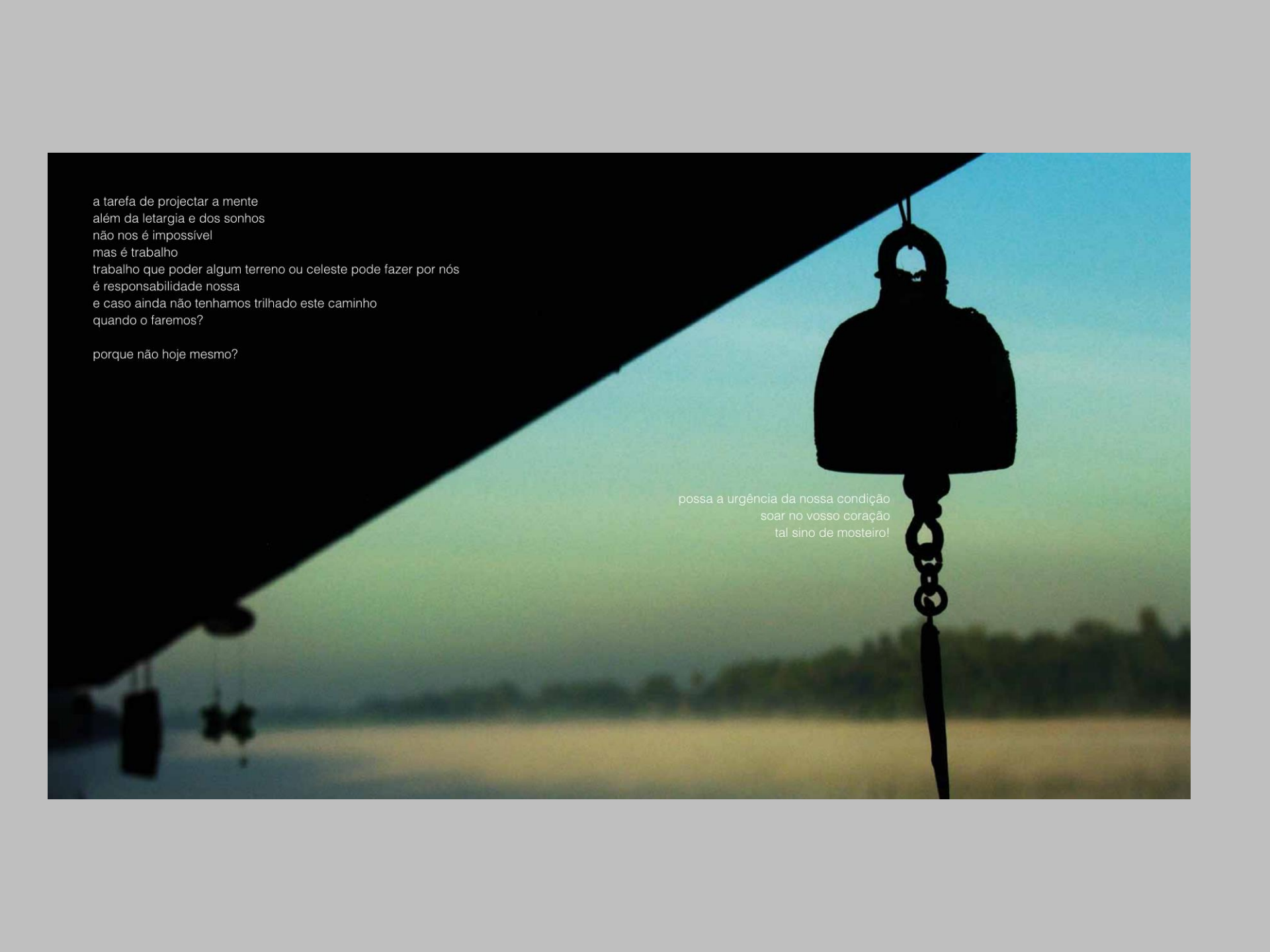


é por haver um não nascido
um não criado
um não originado
um não formado
que existe a libertação
do nascido
do criado
do originado
do formado

Udana 80.3



transcendido todo o sofrimento
suas mentes realizando
a verdadeira alegria da liberdade interior
os arahants não esquecem
os seres imersos em sofrimento
para o resto de suas vidas
incansavelmente
indicam a porta
de saída da prisão
que nós insensatos criamos
para nós próprios



a tarefa de projectar a mente
além da letargia e dos sonhos
não nos é impossível
mas é trabalho
trabalho que poder algum terreno ou celeste pode fazer por nós
é responsabilidade nossa
e caso ainda não tenhamos trilhado este caminho
quando o faremos?

porque não hoje mesmo?

possa a urgência da nossa condição
soar no vosso coração
tal sino de mosteiro!





