

DIMENSÕES DA ESPIRITUALIDADE

Tenzin Gyatso, o Dalai Lama

Seres humanos não são produzidos por máquinas. Somos mais do que apenas matéria; temos sentimento e experiência. Por essa razão, somente conforto material não é suficiente. Necessitamos algo mais profundo, o que usualmente chamo de afeição humana, ou compaixão. Com afeição humana, ou compaixão, todas as vantagens materiais que temos à nossa disposição podem ser muito construtivas e produzir bons resultados. Contudo, sem afeição humana, somente vantagens materiais não nos proporcionarão satisfação, nem produzirão qualquer medida de paz mental ou felicidade. De fato, vantagens materiais sem afeição humana podem até mesmo criar problemas adicionais. Portanto, reside na afeição humana, ou compaixão, a chave para a felicidade humana.

O primeiro nível da espiritualidade, para os seres humanos de todos os lugares, é a fé em uma das muitas religiões do mundo. Penso que há um importante papel para cada uma das principais religiões mundiais, mas para que elas façam uma contribuição efetiva em benefício da humanidade do lado religioso, há dois fatores importantes a serem considerados. O primeiro é que praticantes individuais das várias religiões – isto é, nós mesmos – devem praticar sinceramente. Ensinaamentos religiosos devem ser uma parte integral de nossas vidas; eles não deveriam estar separados de nossas vidas. Algumas vezes, vamos a uma igreja ou um templo e rezamos uma prece, ou geramos algum tipo de sentimento espiritual e, quando saímos, nada daquele sentimento religioso permanece. Essa não é a forma adequada de praticar. A mensagem religiosa deve estar conosco onde quer que estejamos. Os ensinamentos da nossa religião devem estar presentes em nossas vidas de forma que, quando realmente precisamos ou pedimos bênçãos ou força interior, mesmo nessas horas esses ensinamentos estarão lá; eles estarão lá quando passarmos por dificuldades porque estão constantemente presentes. Somente quando a religião torna-se uma parte integral de nossas vidas é que ela pode ser realmente efetiva.

Também precisamos experienciar mais profundamente os significados e valores espirituais de nossa própria tradição religiosa – precisamos conhecer esses ensinamentos não só no nível intelectual, mas também, de forma cada vez mais profunda, através de nossa própria experiência. Algumas vezes entendemos diferentes idéias religiosas num nível muito superficial ou intelectual. Sem um sentimento profundo, a eficácia da religião torna-se limitada. Portanto, devemos praticar sinceramente, e a religião deve tornar-se parte de nossas vidas.

O segundo fator refere-se à interação entre as várias religiões mundiais. Hoje, por causa da crescente mudança tecnológica e da natureza da economia mundial, estamos muito mais dependentes uns dos outros do que antes. Diferentes países e continentes tornaram-se mais intimamente associados uns com os outros. Na realidade, a sobrevivência de uma região do mundo depende da de outras. Portanto, o mundo tornou-se mais próximo, muito mais interdependente. Como consequência, há mais interação humana. Sob tais circunstâncias, a idéia de pluralismo entre as religiões mundiais é muito importante. Em tempos passados, quando as comunidades viviam separadas uma das outras e as religiões surgiam num relativo isolamento, a idéia que havia só uma religião era muito útil. Mas agora a situação mudou, e as circunstâncias são inteiramente diferentes. Agora é crucial aceitar o fato de que existem diferentes religiões, e a fim de desenvolver verdadeiro respeito mútuo entre elas é essencial aproximar o contato entre as várias religiões. Esse é o segundo fator que possibilitará as religiões mundiais serem mais eficazes em beneficiar a humanidade.

Quando estava no Tibete, eu não tinha contato com pessoas de diferentes crenças religiosas. Assim, minha atitude em relação às outras religiões não era muito positiva. Mas, quando tive a oportunidade de encontrar pessoas de diferentes crenças e aprender com essa experiência e o contato pessoal, minha atitude para com as outras religiões mudou. Compreendi como são úteis para a humanidade, com o potencial contributivo de cada uma para um mundo melhor. Há séculos, as religiões vêm dando contribuições maravilhosas para o aprimoramento dos seres humanos, e ainda hoje há um grande número de seguidores do cristianismo, islamismo, judaísmo, budismo, hinduísmo e assim por diante. Milhões de pessoas estão se beneficiando de todas essas religiões.

Para dar um exemplo do valor do encontro de diferentes crenças, meus encontros com o falecido Thomas Merton fizeram-me perceber que bonita, maravilhosa pessoa ele era. Noutra ocasião, encontrei-me com um monge católico que viveu vários anos como eremita numa montanha bem atrás do mosteiro de Montserrat, na Espanha. Quando visitei o mosteiro, ele desceu de sua ermida especialmente para falar comigo. O fato de o inglês dele estar pior do que o meu me deu mais coragem de falar com ele! Ficamos cara a cara e perguntei: “Nesses poucos anos, o que você estava fazendo naquela montanha?” Ele olhou-me e respondeu: “Meditação na compaixão, no amor”. Quando ele disse estas poucas palavras, entendi a mensagem através dos seus olhos. Realmente desenvolvi verdadeira admiração por ele e por outros como ele. Tais experiências ajudaram a confirmar na minha mente que todas as religiões do mundo têm o potencial para produzir boas pessoas, a despeito das suas diferenças de filosofia e doutrina. Cada tradição religiosa tem sua própria maravilhosa mensagem a transmitir.

Do ponto de vista do budismo, por exemplo, o conceito de um criador é ilógico. É difícil para os budistas entenderem esse conceito em razão do modo com que eles analisam a causalidade. Contudo, este não é o lugar para discutir questões filosóficas. O ponto importante aqui é que para as pessoas que seguem esses ensinamentos nos quais a crença básica reside num criador, esta abordagem é eficaz. De acordo com essas tradições, o ser humano individual é criado por Deus. Além disso, como recentemente aprendi de um dos meus amigos cristãos, eles não aceitam a teoria do renascimento, e assim, não aceitam vidas passadas ou futuras. Acreditam somente nesta vida. Contudo, eles mantêm que esta vida é criada por Deus, pelo criador, e esta idéia desenvolve neles um sentimento de intimidade com Deus. Seu ensinamento mais importante é que, como estamos aqui por desejo de Deus, nosso futuro depende do criador, e porque o criador é considerado supremo e sagrado, devemos amar a Deus, o criador.

O que se segue a isso é o ensinamento que deveríamos amar nossos semelhantes – esta é a mensagem principal. O raciocínio é que se amamos a Deus, devemos amar nossos semelhantes porque eles, como nós, foram criados por Deus. O futuro deles, como o nosso, depende do criador, portanto, sua situação é igual a nossa. Logo, a crença das pessoas que dizem “Ame a Deus” mas não mostram amor verdadeiro para seus semelhantes é questionável. A pessoa que acredita em Deus e no amor a Deus, deve demonstrar a sinceridade de seu amor a Deus através do amor dirigido aos semelhantes. Essa abordagem é muito poderosa, não é?

Assim, se examinarmos cada religião por vários ângulos e da mesma maneira – não apenas da nossa posição filosófica mas de vários pontos de vista – não pode haver dúvida de que todas as grandes religiões têm o potencial para melhorar os seres humanos. Isto é óbvio. Através de um contato próximo com pessoas de outras fés, é possível desenvolver uma atitude aberta e de respeito mútuo em relação a outras religiões. A proximidade com diferentes religiões ajuda-me a aprender novas idéias, novas práticas, e novos métodos ou técnicas que posso incorporar à minha própria prática. Da mesma forma, alguns de meus irmãos e irmãs cristãos adotaram certos métodos budistas, como a prática da mente unificada e as técnicas de desenvolvimento da tolerância, da compaixão e do amor. O benefício é enorme quando praticantes de diferentes religiões se unem para esse tipo de intercâmbio. Além de desenvolverem a harmonia entre si, ganham outras benesses.

Políticos e líderes de nações falam com frequência em “coexistência” e “ação conjunta”. Por que não nós, religiosos, também? Acho que é chegada a hora. Em Assis, em 1987, por exemplo, líderes e representantes de várias religiões mundiais se encontraram para orar juntos, embora eu não saiba ao certo se orar é a palavra exata para descrever com acuidade a prática de todas aquelas religiões. Em todo caso, o que importa é que os representantes de várias religiões se reuniram e, conforme suas próprias crenças, rezaram. Isso já está acontecendo e é, creio eu, muito positivo. No entanto, ainda precisamos fazer mais esforços para aumentar a harmonia e a proximidade entre as religiões mundiais, pois sem um tal esforço continuaremos a vivenciar todos esses problemas que dividem a humanidade. Se a religião fosse o único remédio para reduzir o conflito humano, mas se este mesmo remédio se tornasse outra forma de conflito, seria um desastre. Hoje, como no passado, ocorrem conflitos em nome da religião por diferenças religiosas, e acho isso muito triste. Mas, como disse antes, se pensarmos aberta e profundamente compreenderemos que a situação atual é inteiramente diferente do passado. Não estamos mais isolados, mas somos interdependentes. Hoje, portan-

to, é muito importante entender que um relacionamento íntimo entre as várias religiões é essencial, para que diferentes grupos religiosos possam trabalhar juntos e realizar um esforço comum para o benefício da humanidade. Assim, sinceridade e fé na prática religiosa por um lado, e tolerância e cooperação religiosa por outro, formam este primeiro nível do valor da prática espiritual para a humanidade.

O segundo nível da espiritualidade – a compaixão como religião universal – é mais importante que o primeiro porque, não importa quão maravilhosa uma religião possa ser, ainda assim ela é aceita somente por um número limitado de pessoas. A maioria dos cinco ou seis bilhões de seres humanos em nosso planeta provavelmente não pratica religião alguma. De acordo com o seu ambiente familiar, eles poderiam se identificar como pertencentes a um outro grupo religioso – “eu sou hindu”, “eu sou budista”, “eu sou cristão” –, mas realmente a maioria desses indivíduos não é necessariamente praticante de qualquer crença religiosa. Isto está correto: seguir uma religião ou não é um direito da pessoa como indivíduo. Todos os grandes mestres, como Buda, Mahavira, Jesus Cristo e Maomé falharam em tornar toda a população humana voltada para a espiritualidade. O fato é que ninguém pode fazer isso. Se esses não-crentes são chamados de ateus não importa. De fato, para alguns estudiosos ocidentais os budistas também são ateístas, pois não aceitam um criador. Por isso, às vezes, ao descrever estes não-crentes, adiciono a palavra “extremo” e os chamo de não-crentes extremos. Eles não apenas são não-crentes mas também são extremos, presos ao ponto de vista de que a espiritualidade não tem valor. Contudo, devemos lembrar que essas pessoas também são uma parte da humanidade e também têm, como todos os seres humanos, o desejo de viver uma vida pacífica e feliz. Este é o ponto importante.

Acredito que não há problemas em permanecer não-crente, mas enquanto você fizer parte da humanidade, enquanto você for um ser humano, você precisa de afeição humana, compaixão humana. Este é realmente o ensinamento essencial de todas as tradições religiosas: o ponto crucial é a compaixão ou afeição humana. Sem afeição humana, mesmo crenças religiosas podem tornar-se destrutivas. Assim, a essência, mesmo na religião, é um bom coração. Considero que a afeição humana, ou compaixão, é a religião universal. Crente ou não-crente, todos necessitam de afeição humana e compaixão, porque compaixão nos dá força interior, esperança e paz mental. Assim, ela é indispensável para todos.

Examinemos, por exemplo, a utilidade de um bom coração na vida cotidiana. Se estamos de bom humor quando nos levantamos de manhã, com um sentimento caloroso no coração, automaticamente está aberta a nossa porta interior para aquele dia.

Mesmo se uma pessoa pouco amistosa aparece, não nos perturbamos, e podemos até dizer a ela alguma coisa simpática. Mas num dia de humor menos positivo, quando nos sentimos irritados, nossa porta interior se fecha automaticamente. O resultado é que, mesmo se encontramos nosso melhor amigo, ficamos pouco à vontade e tensos. Tais situações mostram a diferença que nossa atitude interior faz nas experiências do dia a dia. Precisamos, pois, a fim de criar uma atmosfera agradável em nós mesmos, nas nossas famílias e nossas comunidades, compreender que a fonte desse bem-estar está dentro do indivíduo, dentro de cada um de nós – um bom coração, compaixão humana, amor.

Uma vez criada uma atmosfera positiva e amistosa, o medo e a insegurança automaticamente diminuem. Assim, podemos facilmente fazer mais amigos e criar mais sorrisos. Afinal de contas, somos animais sociais. Sem amizade humana, sem o sorriso humano, nossa vida torna-se miserável. O sentimento de solidão fica insuportável. É a lei natural, isto é, pela lei natural dependemos dos outros para viver. Se, sob certas circunstâncias, por algo estar errado dentro de nós, nossa atitude para com nossos semelhantes, de quem dependemos, se tornar hostil, como poderemos esperar paz de espírito e uma vida feliz? De acordo com a natureza humana básica, ou lei natural, a afeição – compaixão – é a chave da felicidade. Segundo a medicina contemporânea, um estado mental positivo, ou paz mental, também é benéfico para a saúde física. Logo, mesmo do ponto de vista de nossa saúde, paz e calma mental são cada vez mais importantes. Isso mostra que o próprio corpo físico aprecia e responde à afeição humana, à humana paz de espírito.

Se olharmos para a natureza humana básica, veremos que nossa natureza é mais dócil do que agressiva. Se examinarmos vários animais, notaremos que aqueles de natureza mais pacífica têm uma estrutura corporal correspondente, enquanto os predadores têm uma estrutura corporal desenvolvida de acordo com a natureza deles. Compare um tigre com um veado. Há uma grande diferença de estrutura física entre eles. Quando comparamos o nosso próprio corpo com os deles, vemos que somos mais parecidos com os veados e coelhos do que com os tigres. Até nossos dentes são mais parecidos com os deles, não são? Bem diferentes dos do tigre. Nossas unhas são outro bom exemplo – eu não sou capaz de pegar nem um rato, só com as minhas unhas humanas. Claro, a inteligência humana nos habilita a criar ferramentas e métodos sem os quais seria difícil fazer muito do que fazemos. Como vêem, devido ao nosso estado físico, pertencemos à categoria dos animais dóceis. Acho que é nossa natureza humana fundamental que se mostra em nossa estrutura física básica.

Diante da situação global atual, a cooperação é essencial, especialmente em campos como economia e educação. O conceito

de que diferenças são importantes está agora mais ou menos ultrapassado, como demonstra o movimento por uma Europa Ocidental unificada. Acho que esse movimento é verdadeiramente maravilhoso e chega em boa hora. Ainda assim, esse trabalho entre as nações não aconteceu por compaixão ou fé religiosa, mas por necessidade. Há uma tendência crescente em direção à conscientização global. Nas atuais circunstâncias, um relacionamento mais íntimo com os outros tornou-se um elemento da nossa própria sobrevivência. Portanto, o conceito de responsabilidade universal baseado na compaixão e num senso de irmandade é essencial. O mundo está cheio de conflitos – de ideologia, de religião ou até entre famílias – pois há sempre pessoas querendo coisas diferentes. Assim, se examinarmos as fontes de todos esses conflitos, descobriremos muitas fontes, muitas causas, até dentro de nós mesmos.

Nesse meio tempo, todavia, temos o potencial e a capacidade de unirmo-nos harmoniosamente. Tudo mais é relativo. Embora haja várias causas de conflito, existem ao mesmo tempo muitas causas para união e harmonia. Chegou a hora de pôr mais ênfase na união. Também aqui, há que haver afeição humana. Por exemplo, você pode ter uma opinião ideológica ou religiosa diferente da de outra pessoa. Se você respeitar o direito da outra pessoa e mostrar sinceramente uma atitude compassiva para com ela, então não importa se a idéia dela lhe serve, isso é secundário. Enquanto a outra pessoa acreditar, enquanto puder se beneficiar de tal ponto de vista, ela estará em seu absoluto direito. Então, precisamos respeitar e aceitar o fato de que existem diferentes pontos de vista. No campo da economia dá-se o mesmo: nossos competidores devem obter algum lucro, pois eles também precisam sobreviver. Quando temos uma visão mais ampla baseada na compaixão, creio que tudo se torna mais fácil. Compaixão, mais uma vez, é o fator-chave.

Os conflitos mundiais estão hoje consideravelmente menos tensos. Felizmente, agora podemos pensar e falar seriamente sobre desmilitarização. Cinco anos atrás isso seria difícil, mas hoje a Guerra Fria entre os Estados Unidos e a ex-União Soviética acabou. Aos meus amigos americanos eu sempre digo: A força de vocês não vem das armas nucleares, mas dos nobres ideais de democracia e liberdade dos seus antepassados. Quando estive nos Estados Unidos em 1991, pude encontrar o ex-presidente George Bush. Na ocasião, falávamos sobre a nova ordem mundial e eu lhe disse: Uma nova ordem mundial com compaixão é ótimo. Sem compaixão, não tenho certeza.

Creio que é um bom momento para pensarmos e falarmos sobre desmilitarização. Já há sinais de redução armamentícia e, pela primeira vez, de desnuclearização. Passo a passo, vamos vendo uma diminuição de armas. Penso que nossa meta deveria

ser a de livrar o mundo – nosso pequeno planeta – das armas. Isso não quer dizer, porém, que devamos abolir todo tipo de armas. Talvez seja preciso guardar algumas, pois há sempre algumas pessoas e grupos criando confusão entre nós. Por precaução, e para nos resguardarmos desses focos, poderíamos criar um sistema internacional de forças policiais monitoradas regionalmente, que não pertençam a nenhum país mas sejam controladas coletivamente e supervisionadas por uma organização internacional, como as Nações Unidas. Sem armas disponíveis, não haveria perigo de conflito militar entre as nações, nem haveria guerras civis.

A guerra continua sendo, para nossa tristeza, parte da história humana, mas acho que chegou a hora de mudar os conceitos que levam à guerra. Certas pessoas acham gloriosa a guerra, e que através dela podem se tornar heróis. Essa atitude comum em relação à guerra é muito errada. Um entrevistador me disse, um desses dias, que os ocidentais têm muito medo da morte, mas que os orientais a temem pouco. Eu lhe respondi, em tom de brincadeira, que para a mentalidade ocidental, a guerra e a instituição militar parecem extremamente importantes. Guerra significa morte – provocada, e não por causas naturais. Assim, são vocês, ocidentais, que não temem a morte, porque gostam tanto da guerra. Nós, orientais, principalmente nós, tibetanos, não podemos nem pensar em guerra; lutar, para nós, está fora de cogitação porque o resultado inevitável da guerra é o desastre: morte, ferimentos e miséria. Portanto, o conceito de guerra para nós é extremamente negativo. Isso quer dizer que, na realidade, temos mais medo da morte do que vocês, você não acha?

Infelizmente, alguns fatores fazem com que nossas idéias sobre a guerra sejam muito incorretas. É hora, portanto, de pensar seriamente sobre desmilitarização. Eu senti isso profundamente, durante e depois da crise do Golfo Pérsico. Claro, todos culpam a Sadam Hussein, e não há dúvida de que Sadam Hussein é negativo – ele errou de muitas maneiras. Afinal, ele é um ditador, e ditadores são obviamente negativos. No entanto, sem sua organização militar, sem suas armas, Hussein não seria aquele tipo de ditador. Quem lhe forneceu as armas? Os fornecedores também têm responsabilidade. Alguns países ocidentais lhe forneceram armas sem medir conseqüências.

Pensar apenas em dinheiro, em lucrar vendendo armas, é realmente horrível. Certa vez, encontrei uma francesa que passara muitos anos em Beirute, no Líbano. Ela me disse, com grande tristeza, que durante a crise em Beirute havia gente de um lado da cidade ganhando dinheiro com a venda de armas, enquanto do outro lado, no mesmo dia, havia gente inocente sendo morta pelas mesmas armas. Da mesma forma, de um lado do planeta há pessoas vivendo suntuosamente com o lucro auferido da venda de

armas, enquanto pessoas inocentes morrem do outro lado do planeta, vítimas daquelas balas sofisticadas. O primeiro passo, portanto, é parar a venda de armas. Às vezes eu brinco com meus amigos suecos: Vocês são mesmo maravilhosos. Mantiveram a neutralidade durante o último conflito e sempre consideram a importância dos direitos humanos e da paz mundial. Ótimo. Mas, nesse meio tempo, estão vendendo muitas armas. Há uma pequena contradição aí, não há?

Assim, desde a crise do Golfo Pérsico, prometi a mim mesmo que pelo resto da minha vida contribuirei para avançar a idéia de desmilitarização. No que diz respeito ao meu país, já resolvi que, futuramente, o Tibete deverá ser uma zona totalmente desmilitarizada. Mais uma vez, para tornar a desmilitarização uma realidade, o fator-chave é a compaixão.

Gostaria de concluir explicando melhor o significado de compaixão, que freqüentemente é mal entendido. Compaixão verdadeira não está baseada em nossas próprias projeções e expectativas, mas sim nos direitos do outro: independentemente da outra pessoa ser um amigo íntimo ou um inimigo, contanto que ela deseje paz e felicidade e deseje superar o sofrimento, então, baseados nisso, desenvolvemos respeito verdadeiro para com seus problemas. Isso é compaixão verdadeira.

Em geral, chamamos qualquer preocupação com um amigo próximo de compaixão. Isso não é compaixão, é apego. Nem casamentos duram por apego, embora o apego geralmente esteja presente. Eles duram porque também há compaixão. Se os casamentos duram pouco, é por perda de compaixão; só há apego emocional baseado em projeção e expectativa. Quando o único vínculo entre amigos íntimos é o apego, mesmo uma questão menor pode causar uma mudança nas projeções. Assim que nossa projeção muda, o apego desaparece – porque estava baseado unicamente na projeção e expectativa.

É possível ter compaixão sem apego – e similarmente, ter cólera sem ódio. Portanto, precisamos esclarecer as diferenças entre compaixão e apego, e entre cólera e ódio. Tal clareza é útil em nossa vida diária e em nossos esforços para a paz mundial. Considero esses valores espirituais como básicos para a felicidade de todos os seres humanos, tanto do crente quanto do não-crente.

Tenzin Gyatso é o XIV Dalai Lama. Publicação autorizada pela revista *Bodisatva*. Tradução de Bruno D'Avanzo do Centro de Estudos Paramitta de Curitiba, Paraná.