

# Sermão Mensal

---

## **Janeiro de 2015 - Gyoji Ho-on - A Prática do Budismo e a Retribuição das Bênçãos pelo Rev. Shomyo Aihara**

---

Na Índia, há cerca de 2.500 anos, as pessoas visitavam frequentemente o Buda Shakyamuni a fim de resolverem os problemas, as preocupações e o sofrimento de que padeciam em suas vidas. Naqueles tempos, o Buda respondia sempre calorosamente e de forma amigável.

Um dia, um praticante colocou a seguinte pergunta ao Buda.

"Às vezes, compreendo muito bem as coisas que aprendi no passado e até compreendo as coisas que não aprendi bem. No entanto, outras vezes, não consigo compreender, faça o que fizer, mesmo quando me foi ensinado algo muito importante.

Porque é que isto acontece?"

"Digamos que o seu rosto é refletido num recipiente com água. Se a água nesse recipiente estiver turva, o seu rosto será bem visível?"

"Não o poderei ver bem."

"Certo. Da mesma forma, quando os nossos corações estão turvos pelo desejo de resolver aquilo que nos preocupa, nem nós, nem os que nos rodeiam, nem a natureza serão refletidos com clareza. E se o seu rosto fosse refletido em água quente, a ferver?"

"O meu rosto não seria refletido devido às bolhas."

"Certo. Da mesma forma, quando os nossos corações estão a ferver com fúria, nada em nosso redor será refletido. Escusado será dizer que, mesmo que a superfície da água estivesse coberta de ervas, seria impossível refletir os nossos rostos."

O rosto do praticante ficou subitamente mais animado. O Buda continuou a falar.

"Se os nossos corações fossem cobertos pelas ervas do ódio, da raiva ou das preocupações só para nós, seria impossível ver este mundo como ele realmente é. Por outro lado, quando a água do coração está limpa e não turva, nós e a situação que nos rodeia podem refletir o que realmente somos. Os nossos corações são como a água. Quando está purificado do desejo, a não ferver de fúria e não coberto com suspeição e dúvida, as coisas serão vistas de forma mais clara e correta e serão corretamente compreendidas.

O sentido desta história é que, quando afastamos o egocentrismo e o egoísmo, a água turva dos nossos corações torna-se água limpa que reflete as pessoas e a natureza como realmente são. Ao mesmo tempo, mostra como nos tornamos conscientes do sofrimento e da tristeza de outros e que são refletidos nessa água, pensando como podemos envolver-nos e agir em seguida. Isto é a prática e a formação dos Budistas.

Além disso, esta formação não é para se envolver apenas uma vez. Tal como as unhas e o cabelo que continuam a crescer e que continuam a ser cortados, devemos continuar a praticar esta formação. Como praticamos esta formação? Para afastarmos a nós próprios do egocentrismo e egoísmo, é necessário que nos sentemos calmamente e examinemos o nosso ego. Esta é a vida de zazen, que ensina a "harmonização da postura", a "harmonização da respiração" e a "harmonização da mente". Não podemos continuar em zazen para sempre. No entanto, como o ensinamento de "não inclinar-se, nem para a esquerda nem para a direita, nem para a frente nem para trás" indica, podemos praticar 24 horas por dia, 365 dias por ano, sem nos tornarmos arrogantes ou servís, lisonjeiros ou bajuladores. Esta é a vida de zazen.

As nossas vidas não são apenas a nossa ligação com os nossos pais. Eles foram criados no meio de uma variedade incomensurável de relações. Por exemplo, cada um dos nossos pais tem dois pais, tal como a geração anterior a eles e assim sucessivamente. Se continuarmos e considerarmos cinco gerações, temos a existência de 32 pessoas insubstituíveis. Além disso, a época em que nascemos, a nossa educação e as circunstâncias que nos rodeiam, tudo junto, formaram a combinação para nos criarmos, tal como somos agora.

É importante que valorizemos essas relações durante a nossa vida.

Da forma como estamos interligados com esta vida, nossa existência é insubstituível. Se tal for verdade, então, continuar conscientemente a vida de zazen é a maneira de viver, valorizando cada dia.

Quando continuamos a conservar esses valores, um coração arrependido, a paz de espírito para receber os preceitos e agir para proporcionar vantagens a outros, vão tornar-se hábitos maravilhosos. São os dias de viver a vida de zazen, a vida de

harmonização da postura, da harmonização da respiração e da harmonização da mente que irão manter límpida a água do coração.

No reproduction or republication without written permission. Copyright © SOTOZEN.COM. All rights reserved.