

Corpo de Dharma, Corpo de Sangha

Se você tem formação cristã, pode dizer que esta flor pertence ao Reino de Deus. Na tradição budista dizemos que esta flor é uma manifestação do Dharmakaya. A palavra "dharma" significa "coisas", "fenômenos" como uma flor, uma nuvem. E "Dharma" escrito em letra maiúscula, significa "ensino", o ensinamento do Buda.

Então dharma com "d" minúsculo significa um fenômeno, como um lápis, como uma casa, como uma árvore: todos os dharmas. E quando Dharma é escrito com "D" maiúsculo, significa o ensinamento do Buda. Existe a palavra "dharmadhatu", reino do dharma. O reino de todos os fenômenos, todos os dharmas. Dharmadhatu é o cosmos. Compreende todos os fenômenos e às vezes é considerado um "corpo".

"Dharmakaya" significa o corpo do Dharma. É interessante comparar a noção de "Dharmakaya" com a noção de "Reino de Deus" porque muitos de nós aqui temos formação cristã. Durante a época do Buda, as pessoas praticavam o refúgio no Buda, no Dharma e na Sangha. O Buda é o professor, o Dharma é o ensinamento e a Sangha é a comunidade que transmite o ensinamento. Sangha é a comunidade que aplica o ensinamento na vida diária.

Um praticante tem três corpos. Ele tem seu corpo físico, mas também tem seu corpo de Dharma porque seu corpo de Dharma é sua prática. Quando você aprende a prática de respirar, andar, sentar, meditar, você começa a ter um corpo de Dharma. Essa é a nossa dimensão espiritual. Se você tiver uma prática, se tiver uma prática espiritual, então poderá encontrar as dificuldades da vida; e você saberá lidar com os sentimentos de medo, raiva, angústia.

Você saberá superar obstáculos dificuldades do seu dia a dia. Você precisa de uma prática, uma prática espiritual. Esse é o Dharmakaya. Cada um de nós tem o seu corpo físico, mas cada um de nós tem um corpo do Dharma porque você tem uma prática espiritual.

Então, para praticarmos bem, precisamos de outro corpo, que é "Corpo de Sangha". Precisamos de uma comunidade. Precisamos de amigos no caminho para apoiar uns aos outros. Então você se refugia no Dharma, você se refugia também na Sangha: o corpo da Sangha. Aqui em Plum Village monges, monjas, praticantes leigos, eles refugiam-se uns nos outros: refugiam-se na Sangha. Mantêm viva a sua prática, aprofundam a sua prática todos os dias, graças à prática coletiva, através da energia coletiva da prática.

Se você não tiver um corpo de Sangha, abandonará sua prática depois de alguns meses, quando voltar para casa. Então se você tiver um corpo de Dharma, sua prática espiritual, e se você quer preservar esse corpo de Dharma, quando você voltar para casa, para sua cidade, você terá que construir uma Sangha: encontrar amigos para estabelecer uma comunidade de prática. Vocês vão se reunir toda semana para fazer meditação andando, meditação sentada e fazendo isso você nutre, você mantém sua prática.

Você nutre seu corpo do Dharma. Então você precisa de um corpo de Sangha para nutrir seu corpo de Dharma, sua prática. Esse é o significado da palavra "Corpo de Dharma" na época do Buda.

Um dia, um monge estava morrendo. Seu nome era Vakkali. O Buda foi vê-lo e o Buda perguntou-lhe: "Querido amigo Vakkali, como você se sente em seu corpo?" Vakali

disse: “Bem, sinto muita dor em meu corpo”. E o Buda o lembrou de praticar a respiração consciente e focar sua atenção nas Três Jóias: o Buda, o Dharma e a Sangha.

Finalmente o Buda disse: “Querido amigo, você ainda se arrepende de alguma coisa?” E ele disse: “Querido professor, não me arrependo de nada exceto por uma coisa. Estou muito fraco ultimamente e lamento não poder ir à montanha para vê-lo.” Vakkali, no passado, tinha sido um atendente do Buda. E como ele era um muito apegado ao Buda, não tinha mais permissão para ser um atendente do Buda.

Então Buda disse: “Querido amigo Vakkali, este é apenas meu corpo físico. Este meu corpo físico se desintegrará em alguns anos. Você já tem meu corpo de Dharma. Meu corpo de Dharma está sempre com você. Ele é importante. Este corpo físico não é importante.”

Então, na época do Buda já existia a distinção entre o corpo físico e o corpo de Dharma. O essencial é que você obtenha o corpo de Dharma do Buda, seu corpo físico é impermanente. Você não deveria estar apegado a um corpo físico se você já possui o corpo de Dharma. Você pode continuar a nutrir seu corpo de Dharma. Esse é o significado da palavra “corpo de Dharma” na época do Buda, mas mais tarde a palavra “corpo de Dharma” passou a ter outro significado especialmente no Budismo Mahayana, corpo de Dharma passou a significar o corpo dos dharmas.

Há sutras Mahayana onde você lê que o Buda nunca morreu. O Buda continua sempre em muitas formas, incluindo esta flor. Esta é uma continuação do Buda. Se você souber como contemplar a flor se souber como ouvir, esta flor está lhe ensinando atenção plena, concentração, insight, o Nobre Caminho Óctuplo, as Quatro Nobres Verdades. Ela está ensinando! Está lhe ensinando a impermanência, o não-eu, a interexistência. Você precisa de um tipo de ouvido que possa ouvir os ensinamentos do Buda através de sua nova manifestação como uma flor.

Assim, no Budismo Mahayana, o Buda continua presente. O Buda nunca morreu e sempre ensina o Dharma. Uma árvore no jardim ensina o Dharma. Um rio, uma nuvem, tudo está lhe ensinando o Dharma. E o Dharmakaya é equivalente ao Reino de Deus. Está disponível aqui e agora. O Buda está disponível.

Esta flor é uma forma de manifestação do Buda. Se você ouvir isso, se você contemplar, você poderá tocar a natureza de não-nascimento e não-morte nela. Está lhe ensinando o Nobre Caminho Óctuplo Está lhe ensinando a impermanência, o não-eu.

Uma pedra, uma borboleta, um rio também estão dando uma palestra de Dharma. O problema é se você é capaz de ouvir a palestra do Dharma dada pela árvore, pelo riacho, pela nuvem, pelo rio. Todos estão falando sobre impermanência, não-eu, interser, não-nascimento e não-morte. Esse é o ensinamento do Budismo Mahayana.

Então você pode dizer que esta flor é a manifestação do Dharmakaya, o Corpo do Dharma. O seu corpo também está lhe ensinando a impermanência, o não-eu, a interexistência, a não-nascimento e a não-morte. Se você ouvir o seu corpo, você também ouvirá o Dharma. Você não tem mais complexos.

Seu corpo é uma maravilha da vida. Ao observar seu corpo, você pode descobrir a impermanência, o não-eu, a interexistência, o não-nascimento e a não-morte. Então se você tem formação cristã, pode ver que esta flor pertence ao Reino de Deus. Se você é um praticante budista, você diz que esta flor é a manifestação do Dharmakaya.

Portanto o Dharmakaya é equivalente ao Reino de Deus. De acordo com a nossa prática, o Reino de Deus está disponível aqui e agora. O Reino de Deus está na Terra aqui e agora. Quando você pratica meditação andando, você toca o Reino de Deus a cada passo, a cada respiração. Você não precisa morrer para ir para o Reino de Deus. Pode ser tarde demais.

Você não precisa ir a lugar nenhum para tocar o Reino de Deus. O Reino de Deus está na Terra. Você pode tocar o Reino de Deus através de uma flor, de uma pedra, de um riacho. Você pode tocar o Reino de Deus através do seu corpo porque o seu corpo também pertence ao Reino de Deus.

Esse é o insight que você precisa quando pratica meditação andando. Você está andando no Reino de Deus. Se você fizer bem, cada passo poderá trazer alegria, felicidade e liberdade. Cada respiração pode trazer alegria, felicidade e liberdade e você obtém a cura, a transformação, a nutrição a cada passo e a cada respiração. A meditação andando não é um trabalho árduo. Isso é diversão. De acordo com esta prática, o Reino é agora ou nunca.

(Palestra de Dharma de Thich Nhat Hanh em 23 de março de 2014 – transcrito do vídeo do YouTube <https://youtu.be/AcNsYU-Pdlw>)
Traduzido por Leonardo Dobbin)
Comente esse texto em <http://sangavirtual.blogspot.com>