

Referência Bibliográfica básica do Kakuguen 15, 06-dez-2021

『最高道德の格言』学習資料 (平成 27 年 7 月号)

15 現象の理を悟りて無我となる

○『最高道德の格言』を読み、以下のテーマを参考に、話し合いを進めてください。

1. 【不満、不幸の原因】 あなたは（もしくはあなたの身近な人は）、物質的に豊かで、安全に生活でき、ある程度の自由にも恵まれているにも関わらず、現在の状況に不満を抱えたり、不幸だと感じていたりはありませんか。私たちが、外からの条件がいかに満たされても、不満・不幸で苦しみ、困るのはなぜでしょうか。その原因を話し合ってみましょう。
2. 【生かされている自覚】 「人間を超えた大きな力によって生かされている」(P. 45 の 2 行目) 私たちですが、物事が順調なときは、自分の努力や力で生きていると思いがちです。しかし、どんなに努力しても思うようにならないとき、力の限界、健康の限界を感じるとき、弱い自分を感じるときなど、人間を超えた大きな力があることを実感します。あなたが、生かされていることを深く納得できた体験や研究についてお話しください。

○ 以下の資料は、学習の参考としてご活用ください。

1. 新版『道德科学の論文』第 9 冊
P. 286 第 2 章 最高道德実行の根本原理 (2) 「現象の理を悟りて無我となる」
2. 『改訂 廣池千九郎語録』
P. 127 「無我となりて神の力にたより～」
P. 167 「天地の法則を守らぬ者は、神を相手に喧嘩していると同じであるから～」
P. 253 「私は私自身の心遣いおよび行動ともに～」
3. モラロジー研究所出版部編『ニューモラル 心を育てる言葉 366 日』
P. 221 「人生は自分の心がつくっている」
4. 松浦勝次郎著『真に意味ある生きる道』モラロジー研究所
P. 124 『「最高道德実行の根本原理」の第二——現象の理を悟りて無我となる』
5. 廣池千九郎著、廣池幹彦編『「三方よし」の人間学』PHP
P. 106 「大自然の恩恵を自覚する」

【資料の問い合わせ先】

公益財団法人モラロジー研究所 生涯学習本部 家庭教育部
Tel: 04-7173-3218 Fax: 04-7176-1177 katei@morality.jp

Estudo do Kakuguen

格言
06

de dezembro
Segunda-feira
das 20:00 às 21:00

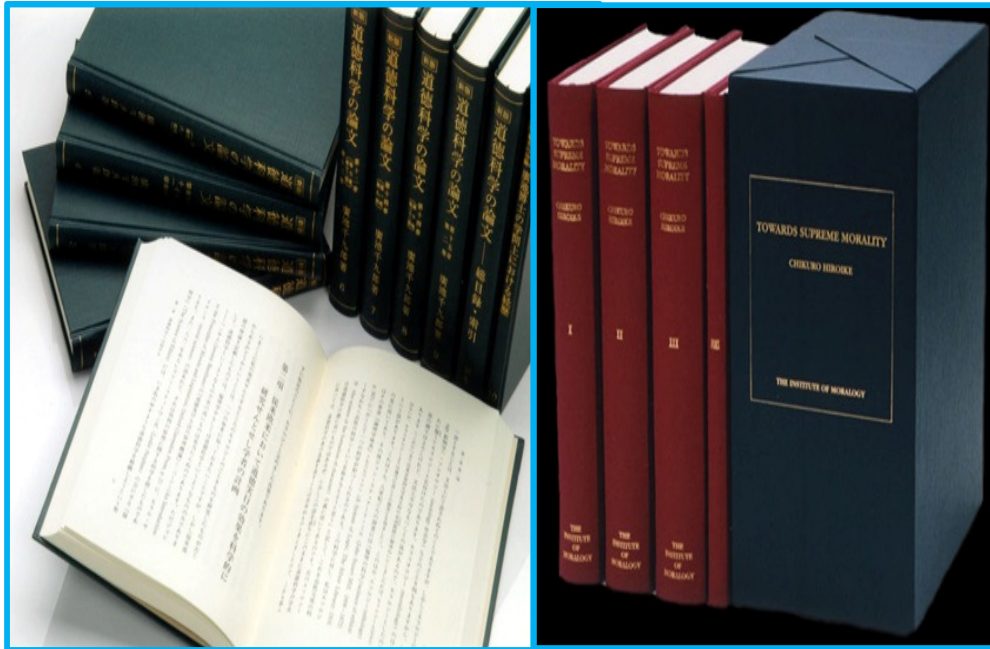
Kakuguen
nº 15

Despertar para a verdade dos fenômenos
e alcançar o completo desapego.

現象の理を悟りて無我となる

Use o link abaixo para acessar o material
de estudo e para entrar na reunião:
morality.org.br/kakuguen



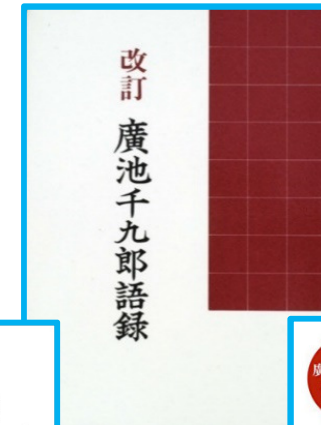


真に意味ある 生きる道

『道徳科学の論文』に学ぶ



松浦勝次郎



1. 新版『道徳科学の論文』第9冊 第2章 最高道徳実行の根本原理

P.286: 現象の理を悟りて無我となる

われわれ人間は宇宙現象の一としてこの地球上に現れてきて、且つその宇宙の勢力に支配されておるものなれば、すべて自然の法則すなわち神の意思に従うほか、方法なきことを自覚するのが、最高道徳実行の根本原理であります(第一巻第三章・第四章及び第十四章第七項参照)。

Do *Tratado da Ciência da Moral*, inglês, Vol. 3, *Sinopse da Moral Suprema* (Número 2.2): *Awaken to the truth of phenomena and realize complete selflessness*. We human beings exist on this Earth as one of the phenomena of the universe, and are governed by the energies of the universe. It is therefore the fundamental principle for the practice of supreme morality to realize that we cannot but follow the law of nature, namely, the will of God, for we have no other means.

1. Do Tratado da Ciência da Moral, Vol. 9

Pág. 286: Despertar para a verdade dos fenômenos e alcançar o completo desapego (*)

Nós, seres humanos, existimos no planeta Terra como um dos fenômenos do universo e somos inteiramente governados pelas energias do universo. É, portanto, princípio fundamental da prática da moralidade suprema, compreender que não temos outra forma a não ser seguir/sujeitar-se à Lei da Natureza, ou seja, a vontade de Deus.

(*) 無我となる = “*Muga to naru*” aqui foi traduzido como “*Alcançar o completo desapego*” porque a tradução do Instituto, para o inglês, foi “*realize complete selflessness*”. Em outros trechos “*Muga to naru*” foi traduzido como “*Seja altruísta...*” mas literalmente seria algo como “*Busque o egoísmo zero*”, “*Nenhum egoísmo...*” ou, usando a terminologia do budismo traduzido para o português, seria o “*...busque o Não-Eu...*” ou “*...alcance a Não-subjetividade*”.

2. 格言 (15) 現象の理《り》を悟《さと》りて無我《むが》となる

この格言は、宇宙自然の法則に従うことが正しい生き方であることを述べたものです。

「**現象の理**」とは、自然、社会、人間が織《お》りなすすべての現象を支配している自然の法則、つまり原因と結果の法則のことです。ゆえに「現象の理を悟る」とは、この法則が厳然《げんぜん》とはたらいしていることを認め、私たちの利己心の介入《かいにゅう》する余地がないという事実を深く認識することです。また「**無我となる**」とは、この認識に立って一切の私心を離れ、神の意志に従って生きることです。これが人生を全《まっと》うする唯一《ゆいいつ》の方法です。ひとたび無我の生活ができるになれば、おのずから私たちの品性は向上し、人間関係も円満となって、幸福な人生を開くことができます。

私たち人間は、宇宙の現象の一つとして地球上に生存しているのですから、自然の法則に支配されていることは明らかです。人間は自分の意志と努力によって、ある程度まで健康を維持し、境遇を改善することはできますが、結局、自然の法則の支配から逃《のが》れることはできません。

このように私たちは、自分の力で生きているというよりは、人間を超えた大きな力によって生かされているのです。したがって、まず宇宙自然の中の一員であることを深く自覚し、自分中心の考え方を捨てて、万物を生かし育てようとする神のはたらきに参加していくことが大切です。

聖人は現象の理を悟り、小我《しょうが》（自分中心の利己心）を捨てて大我《たいが》（神の心）に同化し、人心の開発救済に生涯をささげました。したがって、私たちが聖人の教説と事跡を真剣に学び、無我の心となって人心の開発救済に邁進《まいしん》するとき、おのずから自然のはたらきに参入《さんにゅう》することになります。このように聖人に対して心から傾倒《けいとう》し、自然の法則を自覚することによって、私たちの道徳の実行はより力強いものとなり、永続性、発展性、審美性《しんびせい》を備えた幸福をもたらすことができます。

中国の古典に、「大学の道は明德《めいとく》を明らかにするにあり、民《たみ》を新たにするにあり、至善《しぜん》に止《とど》まるにあり」（『大学』）とあります。すなわち、学問、教育の目的は、

2. Máxima 15: Texto do livro de Máximas, edição de 2020(em japonês, revisão de 1991): Despertar para a verdade dos fenômenos e alcançar o completo desapego

Esta máxima refere-se à forma correta de viver que é a de seguir a lei cósmica da natureza.

“**A verdade dos fenômenos**” é a lei da causa e efeito, ou seja, a lei da natureza, que comanda todos os fenômenos relacionados ao ser humano, à sociedade e à natureza. Portanto, “despertar para a verdade dos fenômenos” significa reconhecer a ação inexorável dessa lei e conscientizar-se da realidade irrefutável de que não há chance de interferência do nosso espírito egocêntrico nesse processo. E “**alcançar o completo desapego**” significa viver de forma totalmente desinteressada, baseado nessa conscientização, e conforme a Vontade de Deus. É o único método eficaz para cumprir condignamente a missão na vida. Uma vez alcançado o estado de desapego, naturalmente o nosso caráter se elevará, o relacionamento humano tornar-se-á também harmonioso, abrindo-se as portas para a vida de plena felicidade.

Como um dos fenômenos do Universo nós, seres humanos, vivemos sobre a Terra e inteiramente subordinados à Lei da Natureza. O ser humano é capaz de cuidar da saúde e melhorar as condições da vida com seu próprio esforço e vontade – até um determinado ponto – mas depois disso não escapa ao controle da Lei da Natureza.

Dessa forma, muito mais do que viver com base em nosso próprio esforço, nós somos inteiramente dependentes de uma grande energia que transcende o ser humano. É por isso que se torna importante, em primeiro lugar, abandonar o pensamento egocêntrico e conscientizar-se do papel de membro integrante dessa grande natureza cósmica, participando na obra de Deus – de criar e desenvolver tudo e a todos.

Os Grandes Mestres compreenderam a verdade dos fenômenos, renunciaram aos “**egos insignificantes**”⁽¹⁾ (espírito de egocentrismo) para assimilarem o “**grande ego**”⁽²⁾ (espírito de Deus), e dedicaram a vida ao desenvolvimento e salvação da mente humana. Portanto, quando dedicamo-nos ao estudo dos ensinamentos e exemplos dos Grandes Mestres e ao desenvolvimento e salvação da mente

⁽¹⁾ 小我 (Shouga), termo específico do budismo, traduzido literalmente como “*insignificant selves* – **egos insignificantes**” ou seja, o espírito de egocentrismo.

⁽²⁾ 大我 (Taiga), termo específico do budismo, traduzido literalmente como “*great self* – **grande ego**” ou seja, o espírito de Deus. (Obs: Foram traduzidos respectivamente como *Micro Ego* e *Macro Ego*, no estudo da Máxima 61, Ver Complemento 6.2 no material do dia 09-nov-2021).

第一に、明德、つまり神の英知と慈悲の精神を明らかに示すこと、

第二に、人々の精神を神の英知と慈悲の精神によって開発し、人々の思想を新たにすること、

第三に、終局的に人々を至善すなわち最高道徳に帰着《きちゃく》させ、人間としての究極目的に到達させること、

であると説かれています。私たちがひとたびこのような慈悲の心になれば、安心が得られ、優《すぐ》れた英知と創造性が自然に湧《わ》き出てきて、各自がそれぞれ幸福を実現することができるということです。

これは知徳一体《ちとくいったい》、情理円満《じょうりえんまん》の教育の理想です。従来、とすると科学と信仰は矛盾《むじゅん》するかのように考えられ、また事実、相互に衝突《しょうとつ》することもしばしばありました。しかし、およそ聖人の教説、教訓および実行にもとづく深遠《しんえん》な信仰は、自然の法則に一致し、また科学や学問の原理とも一致します。

現象の理を悟って最高道徳を実行するに当たっては、理性と感情の調和と統一の上に立ち、科学的で高等円満な常識に裏づけられていることが重要です。すなわち、知徳一体、情理円満の心づかいと行ないが真の最高道徳の実行です。



Quadro contendo a mensagem do Grande Ensino, no refeitório do Itapeti Center

⁽³⁾ 大学 (*Daigaku* – **Grande Ensino**) = *Da Xue*, Text, Chapter I. The principle of higher education aims at elucidating pure divine virtue, at regenerating people, and at maintaining perfect goodness (**O objetivo do grande ensino é elucidar a sublime virtuosidade** (virtude divina pura), **a regeneração do povo e a permanência no exercício do bem supremo**).

Da Xue (Grande Ensino), juntamente com *Lun yu* (Analectos), e *Jung Yung* (Doutrina do Meio), são obras que reúnem os ensinamentos de Confúcio. Ver **Complemento 7.3** com breve explicação sobre o **Grande Ensino**, na linguagem moderna.

humana – seriamente e de forma inteiramente desapegada – isso significa que estamos participando espontaneamente da obra da Natureza. E dessa forma, com a fé e a convicção na Lei da Natureza e com o sentimento inteiramente voltado para os Grandes Mestres, as nossas práticas morais tornar-se-ão cada vez mais consistentes resultando uma vida de verdadeira felicidade – contínua, progressiva e formosa.

No clássico chinês *Da Xue* ⁽³⁾ consta que “O objetivo do grande ensino é elucidar a sublime virtuosidade, a regeneração do povo e a permanência no exercício do bem supremo”. Em suma, diz-se aqui, que o objetivo da educação e do ensino é:

Em primeiro lugar, elucidar a sublime virtuosidade, ou seja, esclarecer a sabedoria de Deus e o espírito de benevolência;

Em segundo lugar, renovar o pensamento das pessoas, desenvolvendo nelas a espiritualidade mediante a sabedoria de Deus e o espírito de benevolência.

Em terceiro lugar, conduzir as pessoas para a permanência no exercício do bem supremo, ou seja, alcançar o estágio da moral suprema, objetivo final como ser humano.

Uma vez alcançado esse tipo de espírito de benevolência, a tranquilidade interior estará conquistada, a criatividade e elevada sabedoria surgirão naturalmente, e cada um de nós poderá concretizar a sua felicidade.

Este é o ideal da educação baseada na união da sabedoria e da virtude e no equilíbrio da razão e da emoção. No passado pensava-se que a ciência e a fé eram incoerentes, chegando até mesmo a ocorrer conflitos mútuos. Mas, a fé verdadeira, profunda, baseada nas práticas e ensinamentos dos Grandes Mestres, é coerente com as Leis da Natureza e também com os princípios das ciências e dos estudos.

Ao praticar a moral suprema despertando para a verdade dos fenômenos é muito importante promover a união e equilíbrio entre a razão e a emoção, além de um elevado bom senso e uma fundamentação científica. Ou seja, a verdadeira prática da moral suprema é o sentimento e atitude de promover o equilíbrio entre a razão e emoção e a união da sabedoria com a virtude.

3. 『改訂 廣池千九郎語録』 ※四、心づかいの標準 P.127: 至誠・慈悲

無我となりて神の力にたより、神の心たる慈悲になること。そこで無私の慈悲心を持つ時には人を恐るることなく、事に憂《うれ》いなきゆえに胆力を生じ、胆力は勇気を生ず。勇気はおちつきと押し、すなわち迫力を生ず。おちつきと迫力とが感化力となる。

『紀要』第一号、五一ページ。

p.167: 神の法則

天地の法則を守らぬ者は、神を相手に喧嘩《けんか》していると同等であるから、必ず負ける。服従すればかえって守ってもらえる。そのほうが栄える心である。松下九郎。

p.253: 広池千九郎博士の歩み

私は私自身の心遣いおよび行動ともに悉《ことごと》くこれを聖人の書に求めてそのとおりを実行いたし、モラロジーのごときも、一言半句といえども聖人の御教えの外、自身の主義も意見もこれを交えてないので、全く伝統本位になっておるのであります。ゆえにその私の行為もモラロジーの原理も、ともに神様の御心の中に生きておって澁刺《はつらつ》たる生命を有しておるのでありますから、かくのごとく多くの人々が救済され、更生して下さるようになっておるのであります。決して区々たる私の学力や努力にてこのようになったのではないのであります。

『重訓』三輯、一一ページ。

⁽³⁾ **Grandes Mestres**, nos livros de moralogia, referem-se a Jesus Cristo, Buda, Sócrates, Confúcio e Amaterasu Ohmikami.

^(3*) **Ortolino** = É uma palavra criada por Chikuro Hiroike, fundador da moralogia, derivada do grego *orthos* significando “reto, correto” e do latim *linon* que significa “linha”. Hiroike criou **Ortolino** para representar toda a série de benfeitores comuns da humanidade. A civilização e a cultura que hoje desfrutamos é fruto de sacrifícios e esforços perseverantes de inúmeros

3. Citações de Chikuro Hiroike: (4) Referenciais para atitude mental, Pág. 127: Sinceridade e benevolência

Seja altruísta.⁽⁵⁾ confie no poder de Deus e seja benevolente, que é a essência do sentimento de Deus. E então, estando livre de egoísmo e imbuído de benevolência de Deus, não terá medo das pessoas, e estando despreocupado, terá a determinação (firmeza) e a firmeza proporcionará a coragem. A coragem proporcionará a serenidade e o poder de persuasão, ou seja, a energia. **A sua serenidade e energia são as forças que inspiram e influenciam as pessoas.** (*Kiyou* nº 1, pág.51).

⁽⁵⁾ **無我となりて...** = “*Muga to narite...*” aqui foi traduzido como “Seja altruísta...” mas literalmente seria algo como “Busque o egoísmo zero”, “Nenhum egoísmo...” ou o “Busque o Não-Eu...”.

Pág.167: Lei de Deus

Aqueles que não obedecem às Leis do universo agem como se estivessem lutando contra Deus, e então, com certeza serão derrotados. **Mas, se você se sujeitar a essa Lei, terá a proteção.** É uma opção para a sua prosperidade. (*Kuro Matsushita*).

Pág.253: A vida de Chikuro Hiroike

Para orientar a minha atitude mental (pensamentos/sentimentos) e as ações, procurei as indicações nos livros dos **Grandes Mestres**^(*), e **pratiquei rigorosamente esses ensinamentos. Na moralogia, não há uma só palavra que não seja a dos ensinamentos dos Grandes Mestres**, e não coloquei nenhuma opinião, pensamento ou crença pessoal, estando esta ciência absolutamente conforme a vontade dos **Ortolinos**^(*). Por isso, os princípios que regem a moralogia e as minhas ações/attitudes estão todos alinhados com a vontade de Deus, têm vida e energia, e é por isso que muitas pessoas estão sendo resgatadas e ressuscitadas (renascer, regenerar). **Todos os resultados que vocês estão vendo não foi, jamais, devido a minha dedicação, capacidade ou conhecimentos acadêmicos.** “*Juu Kun*”, pág. 11.

benfeitores e antecessores. A vida atual existe graças a esses legados acumulados, desde os mais remotos tempos. A série de benfeitores pode ser resumida em três: (i) benfeitores da nossa linhagem familiar, origem da nossa vida = *Ortolino* familiar; (ii) benfeitores da vida de uma nação = *Ortolino* nacional; (iii) benfeitores da nossa vida espiritual, que nos proveram de princípios e valores ético-morais = *Ortolino* espiritual

4. 『ニューモラル 心を育てる言葉 366 日』

P.221: 人生は自分の心がつくっている

ブッダの言葉に「ものごとは心にもとづき、心を主とし、心によつてつくり出される。もし清らかな心で話したり行なったりするならば、福樂はその人につき従う」(『ブッダの真理のことは 感興のことは』中村 元、岩波文庫)とあります。

私たちが日常に経験する不愉快な思いは、自分の考え方や感じ方、あるいはそのときの気分から生まれるものであり、出会う相手や出来事そのものから生まれてくるわけではありません。日々の生活の中で、何を大切に思い、何に心を動かし、どのように判断するか。それらはすべて、自分の心が決めているのではないでしょう。

人間関係における悩みや不平・不満も、実は自分の心がつくり出していると考えてみると、その悩みから抜け出す糸口がつかめるかもしれません。自分の心を見つめ、みずから深く省みることが、新たな自分を築く第一歩となります。

5. 松浦勝次郎著『真に意味ある生きる道』モラロジー研究所

P.124: 「最高道徳実行の根本原理」の第二・現象の理を悟りて無我となる

人類史上、現在のわが国に住む私たちほどに、一般多数の人たちが物質的な豊かさと安全と自由と恵まれたことはありませんでした。それなのに今、悪事を働くような人たちだけでなく、勤勉、正直、真面目に働いている人たちの多くも、現在の状況を不幸と思い、貧しく困難な時代を生きた先人たち以上に不満・不和・不安で苦しみ、困っているのはなぜでしょうか。

4. Livro “366 dias com as palavras da Nova Moral”

P.221: A sua atitude mental está construindo a sua vida

Nos ensinamentos de Buda encontra-se: “**Toda experiência é precedida pela mente, liderada pela mente, criada pela mente. Fale ou aja com uma mente pacífica, e a felicidade seguirá como uma sombra que nunca parte.**” (do livro: *Palavras de verdade, palavras de entusiasmo*, Hajime Nakamura, Editora Iwanami Bunko. **Obs.:** No original, há uma expressão que antecede à citação aqui apresentada. Ver comentários adicionais no **Complemento 7.1**).

Os sentimentos desagradáveis que experimentamos em nossa vida diária tem origem na nossa própria maneira de pensar e nos sentimentos, ou do estado de espírito naquele momento, e não das pessoas com quem encontramos ou dos fatos e eventos que ocorrem. Em cada momento do seu dia a dia, o que será que você realmente valoriza? O que o faz agir? E de que forma você toma decisões? Todas essas decisões partem do seu coração, de seus sentimentos.

Então, se raciocinarmos que é o seu próprio coração que está criando os seus problemas com relacionamentos, preocupações, reclamações e insatisfações, podemos encontrar uma pista para sair desse círculo vicioso. O primeiro passo para construir esse **novo Eu** é uma autoanálise e uma séria reflexão sobre si mesmo.

Sobre a questão das traduções livres do *Dhammapada*, ver Complemento 7.2.

5. Livro 真に意味ある生きる道 (Caminhos para uma vida verdadeiramente significativa), Shojiro Matsuura, The Institute of Moralogy

P.124: Despertar para a verdade dos fenômenos e alcançar o completo desapego

Na história da humanidade, a vasta maioria das pessoas nunca foi tão abençoada com riqueza material, segurança e liberdade quanto somos hoje, em nosso país. No entanto, todas as pessoas, inclusive as que são diligentes, honestos trabalhadores e sérios, estão mais insatisfeitos do que seus

人間のあらゆる不安・不和・不幸の根本の原因は、利己的な欲・とらわれこだわりの根にある自我の働きにあります。自己中心的な自我に心が支配されたままでは、外からの条件がいかに満たされても、本当の安心・満足、平和はありません。

「最高道德実行の根本原理」の第二は、「現象の理を悟りて無我となる」（論文）②286 ページ）です。深く天道を信じ、宇宙自然の理法を悟るに至る上で、いちばん唯実でいちばん重要な根拠は、ありのままの事実そのものとあるがままの諸現象に一貫する法則を発見し、証明し、説明する科学です。現在、人類の間で、民族・宗教思想・信条などを超えて最も広く共有されているのは、科学によって明らかにされた事実です。

われわれ人間は宇宙現象の一つとしてこの地球上に現れてきて、すべて宇宙自然の法則とその働きに支配されて生存し、発達していることは、今では誰もが理解し、納得できるように、科学的に明らかにされ、説明されている事実です。人間は「現象の理」を科学的に知り、理解した上で、みずからの研究・体験によってさらに深く納得し、悟り、みずから自然の法則に順応・同化して服従する以外に生きる道はないことを自覚しなければなりません。また、「無我となる」とは、法則に素直に順応・同化・服従しようとし、利己的な欲や執着を没却することです。

ここでの「我」は、宇宙自然のすべての現象の中で、自分と自分以外を区別している「私」を意味します。私たちは普段、自分の生命・財産・自由は当然自分のものと思って生活しております。「私」の生命、「私」の財産、「私」の自由、また「私」の業績、「私」の個性とやっていることまで、これらの「私」は、すべて「我」となって働いております。この「我」が、ありのままをあるがままに観る目を偏らせ、曇らせているのです。

科学は、地球上の生命体に宿る命はすべて、地球上で三十数億年間生き続け、永続してきたものであることを明らかにしました。地球上の生物は、みな同じ祖先から生まれた「きょうだい」であり、全てがつながりあい、連絡しあって全体として永続しているのです。また、生命個体だけでなく、種の全体、生態系、地球も、さらには宇宙全体も、生命ある 1 個体と同じように誕生し、生存し、発達し、進化してきたものであることも明らかになっています。

その中で自他の区別にこだわり続け、「私」と思い込んできた「小我」に生きることは、不合理・不自然で無理があり、必ず不満・不和・不安が伴います。すべてがつながりあって永続する大宇宙・大自然の中での使命を自ら担い、その使命に生きる「私」こそが、あるがままの真の自分なのです。人間は、自らあるがままに「無我」となり、大我に同化して生きることによってのみ、真に無理なく自然に自由に生きることができるのです。

しかし実際には多くの人たちが人間の真価を見失っており、利己的な「我」が人間の本質であり、「我」を発揮することが人間的なことだと思っています。ま

antecessores, que viveram em tempos muito mais humildes e difíceis. **Por que será que tantas pessoas sofrem com discórdias, insatisfações e ansiedades?**

A causa de toda ansiedade, discórdia e infelicidade está na atuação do ego, que é a raiz do desejo, do apego e da obsessão. Se a mente é dominada pelo egocentrismo, não importa que as condições externas estejam satisfeitas, pois não haverá a verdadeira tranquilidade, satisfação ou paz espiritual.

A máxima número 15 tem como anunciado o seguinte: “Despertar para a verdade dos fenômenos e alcançar o completo desapego” (Tratado da Ciência da Moral, Vol. 9, pág. 286). (.....não traduzido.....)

Nós, humanos, surgimos neste planeta como um dos fenômenos do universo, e atualmente todas as pessoas sabem que vivem e se desenvolvem na dependência das leis cósmicas da natureza e de suas ações. É uma realidade revelada e explicada pela ciência. **O homem precisa “despertar para a verdade dos fenômenos”**, por meio da ciência, compreendendo e conscientizando-se – inclusive mediante vivência pessoal – de que não há outra maneira do ser humano sobreviver a não ser sujeitando-se às leis cósmicas da natureza. E, **“alcançar o completo desapego”** significa controlar/conter o desejo e o apego à vontade do ser humano de não seguir e submeter-se à lei da natureza. (Obs: “alcançar o completo desapego” = “alcançar o Não-Eu”)

Restante do artigo não foi traduzido....

た、人間世界の事実、これまで大変大きな犠牲を払いつつ、人間の利己的な欲望がいかに根深く、また、放置するいかに行き過ぎるものであるかも証明し続けてきました。

「すべての聖人は、みな神を信じてその神意に同化し、親しくその神意のとおりを実行すると申しておるのです」（論文⑩序文 5 ページ）が、「人間の自己保存の本能は、絶えずその境域を超えて利己的本能に進みおるものなれば、すべての人間は、皆この聖人の教えを不便として、その聖人正統の教育範囲を逃れ出でんとする」（同 10 ページ）ものであることも、また「我」に支配されたままで利己的な欲を発揮し続けることがいかに人間の運命を危うくするものであるのかも、人類の歴史が明らかにしてきた確かな事実です。

誰の心にも、表面を包む「私」だけでなく、その中核には宇宙自然の働きにつながる「公」があり、それが人間の本質であり、真価です。「私」の心だけでは生き方が孤立的になり、万物を生み出し、養育し、生かす宇宙自然の法則に照らして不合理となります。「公」の心の働きによって、人間の生き方は、自然の法則に適う合理的なものとなりますから、私たちの本心の本心は、この心を発揮することを願っていて、それができたときに、初めて心から満足ができ、真の安心と喜びを知ることができます。

あるがままに「無我」となることは、少しでも善い心を養い育てようと努める日々の心の修養の究極の目的でもあるのです。

6. 廣池千九郎著、廣池幹堂編『「三方よし」の人間学』PHP

P.106: 大自然の恩恵を自覚する

私たちは、人間という生物の一種として成長し、成熟し、老化し、やがて死を迎えます。生きるためには食事をしなければいけないし、排泄もしなければいけないし、睡眠もとらなければいけません。生物としての種々の制約からは、誰も逃れることができないのです。一人ひとりの能力や特性も、ある程度の違いはあるものの、人間という範疇の中でできることは限られます。

また、人間としてこの社会で生きる以上、一定のルールを守らなければなりません。社会の一員としての義務を果たし、よりよい世の中にするために努力をしたうえで、次の世代に後を託してこの世を去っていくのが理想でしょう。

言い換えれば、自分の力で自由にできる範囲は最初から限られているということです。そもそも生命というものは、大いなる自然の力によって生み出され、自然の法則に従いながら、自然の恵みによって生かされているのです。

そう考えると、すべての物事は、自分一人の力で成し遂げているのではないということに気づきます。大自然の恩恵を受け、多くの人々に支えられながら生きているということを、日々自覚しながら生活したいものです。

6. Livro: Antropologia do Sampouyoshi, editora PHP

P.106: A percepção da dádiva da natureza

Nós nascemos e crescemos como ser humano, amadurecemos, envelhecemos e um dia morreremos. Para viver, você precisa comer, excretar e dormir. Ninguém pode escapar das diversas limitações dos seres vivos. Dentro também da categoria do ser humano, embora existam diferenças nas habilidades e características de cada um, há limites para o que pode ser feito.

Além disso, enquanto vivermos nesta sociedade como seres humanos, devemos seguir certas regras. O desejável é que possamos cumprir com as nossas obrigações como membros da sociedade, contribuirmos para a construção de mundo melhor, e partir, entregando o bastão para a próxima geração.

Em outras palavras significa que o período que você pode atuar livremente, usando plenamente a sua capacidade está, desde o início, limitado. Na

7. 補足資料

7.1. 「ブッダの言葉」の補足資料「花は花」

ものごとは心にもとづき、心を主とし、心によってつくり出される。もしも汚れた心で話したり行なったりするならば、苦しみはその人につき従う — 車をひく牛の足跡に車輪がついて行くように。

ものごとは心にもとづき、心を主とし、心によってつくり出される。もしも清らかな心で話したり行なったりするならば、福樂はその人につき従う — 影がその体から離れないように。

法句經 (ダンマパダ第一・二句)


verdade, a vida é uma criação da energia da grandiosa natureza, simplesmente sustentada pelas leis da natureza e pelas suas bênçãos.

Ao raciocinarmos dessa forma perceberemos que **as nossas realizações não são frutos apenas de nossas dedicações**. Seria desejável, que cada um tenha a consciência de que **vivemos na dependência das dádivas da natureza**, sustentados pelas bênçãos e suporte de numerosas pessoas.

7. Complementos:

7.1. Complemento do item 4, pág. 221, palavras de Buda: Flores são flores

Toda experiência é precedida pela mente, liderada pela mente, criada pela mente. Fale ou aja com a mente corrompida, e o sofrimento seguirá como a roda da carroça segue os cascos do boi.


Toda experiência é precedida pela mente, liderada pela mente, criada pela mente. Fale ou aja com uma mente pacífica, e a felicidade seguirá como uma sombra que nunca parte. (*Dhammapada* , Frases 1 e 2).

(Tradução acima de Bodhipaksa, em *We are what we think, "I never said that!" — the Buddha* em <https://sobrebudismo.com.br/nos-somos-o-que-nos-pensamos-eu-nunca-disse-isso-buda/>).

A mente antecede todos os estados mentais. A mente é o seu criador, pois são todos forjados pela mente. Se uma pessoa fala ou age com uma mente impura, o sofrimento segue-a como a roda que segue o pé do boi.

A mente antecede todos os estados mentais. A mente é o seu criador, pois são todos forjados pela mente. Se uma pessoa fala ou age com uma mente pura, a felicidade segue-a como uma sombra que jamais a abandona.

(Tradução acima constante no livro *Dhammapada*. “*O Caminho da Sabedoria do Buddha*”, Traduzido do pāli para o inglês por Acharya Buddharakkhita. Tradução portuguesa de Bhikkhu Dhammiko, disponível no: <https://sumedharama.pt/wp-content/uploads/Publications/04-2013-dhammapada/Dhammapada-Acharya-Buddharakkhita.pdf>)

 O 法句經 (Lê-se *Hokkukyo* em japonês) *Dhammapada* = O *Dhammapada*, do *Tipitaka pāli*, é considerado uma das mais populares obras da literatura *Teravada*. Segundo a tradição, os versos do *Dhammapada* foram ditados pelo Buda em várias ocasiões. A maior parte dos versos está relacionada a ética.

Tipitaka (em sânscrito *Tripitaka*) = Compilação dos ensinamentos budistas tradicionais, conforme preservados pela escola *Teravada*. Ele também é conhecido como cânone *páli*, por ter sido originalmente escrito nesta língua.

Teravada = Literalmente “Ensino dos Sábios” ou “Doutrina dos Anciãos”, é a mais antiga escola budista. Foi fundada na Índia.

Páli = É uma língua litúrgica utilizada na escola *Teravada* do budismo. Pertence ao tronco linguístico indo-europeu. É uma língua antiga indiana, próxima daquela falada pelo *Buddha*. Pode-se dizer que o *páli* é uma forma simplificada de sânscrito. A sua fama advém de ser a língua na qual foram registradas as escrituras do budismo *Teravada*, conhecidas como o cânone *páli*, no Sri Lanka no século I a.C.

Fontes:

[https://pt.wikipedia.org/wiki/P%C3%A1li#:~:text=O%20p%C3%A1li%20\(%E0%A4%AA%E0%A4%BE%E0%A4%B3%E0%A4%BF%2C%20transliterado%20p%C4%81%E1%B8%B7i,ao%20tronco%20lingu%C3%ADstico%20indo%2Deuropeu.](https://pt.wikipedia.org/wiki/P%C3%A1li#:~:text=O%20p%C3%A1li%20(%E0%A4%AA%E0%A4%BE%E0%A4%B3%E0%A4%BF%2C%20transliterado%20p%C4%81%E1%B8%B7i,ao%20tronco%20lingu%C3%ADstico%20indo%2Deuropeu.)

Há versões mais simplistas nas citações de autoajuda:

<https://pt.wikipedia.org/wiki/Darmapada>

https://www.wikiwand.com/pt/Darmapada#/Ch._I._Twin_Verses_.28Yamaka-vaggo.29

Mas, é necessário certo cuidado com estas versões simplistas. Vejam estas advertências:

<https://fakebuddhaquotes.com/we-are-what-we-think-all-that-we-are-arises-with-our-thoughts/>

<https://tricycle.org/magazine/we-are-what-we-think/>

<https://budismoesociedade.com/2019/05/26/buda-disse-que-nos-somos-o-que-pensamos-o-problema-com-as-traducoes-de-textos-budistas/> (**Importante !!!**)

<https://sobrebudismo.com.br/nos-somos-o-que-nos-pensamos-eu-nunca-disse-isso-buda/>

花は花

ある時、お寺の本堂をでお葬式を勤めました。お供えの生花が沢山あり、ご当方が必要ないということでしたので、お手伝いされた皆さんで持って帰ってもらうことになりました。ところが、ある人が「葬式花なんぞ持って帰ってどうする。」と言ったので誰も持って帰らなかったということがありました。

世間一般で言う「縁起の悪いもの」という受け止め方をされたのでしょうか「花は花」なのですが、見る人の心によって「縁起の悪い花」になったり「縁起の良い花」になったり「きれいな花」になったりしてしまうのです。

先日、「半紙は御幣（ごへい）にもなり、鼻紙にもなる。」とおっしゃった方がありました。まさにその通りです。御幣であれば人々は神聖なものと思います。クシャクシャにすれば鼻紙にもなりません。「半紙は半紙でしかないのに」。

世の中にはいろいろな人がいます。「自分が偉い」と思っている人は他人にレッテルを貼るのが好きです。「アイツは金持ちだ、貧乏人だ。学歴が高い、低い。家柄が良い、悪い。地位が高い、低い。」などなど。

その、良いとか悪いという基準は実は自分と比べてなのです。その人の心が他人の価値を決めているのです。他人を自分と同じ人間と見ないのです。そういう人は他人と接するとき、自分より下と思っている人を見下したり、

Flores são flores

Certa vez ministrei ofício religioso num funeral no salão principal do Templo. Havia muitas flores como oferenda e naquele dia não precisávamos mais no nosso salão, e então anunciei que poderiam levá-las para casa. No entanto, uma pessoa falou: “— O que vou fazer com as flores de um funeral?” e por causa disso, ninguém as levou.

Ele talvez tenha pensado, como a grande maioria, que aquelas flores de oferenda eram coisas “azaradas”, impregnadas de energia negativa, mas ocorre que “flores são flores”, e dependendo do sentimento da pessoa podem se tornar “flores azaradas” ou “flores inspiradoras” ou “flores maravilhosas”.(trecho não traduzido).....

No mundo há pessoas de tudo quanto é tipo. Mas as pessoas que se julgam “Eu sou o Tal, eu sou o bacana....” gostam de rotular os outros. “Aquele é rico, esse é pobre. Aquele é estudado, esse é um coitado...; aquele é de boa linhagem familiar, esse não é...; aquele tem elevado status, esse não tem, etc. etc.”

Ocorre que a referência do bom ou do mau, do alto e do baixo, é na verdade fruto da comparação com você mesmo. São seus sentimentos e seus valores que estão determinando o valor das outras pessoas. E você tende a não ver as demais pessoas como sendo iguais a você. Uma pessoa desse tipo, quando tem que lidar com os outros, tende a menosprezar os que acham que estão abaixo dele, e no caso contrário, se torna um subserviente e bajulador. Não é capaz de enxergar a pessoa como uma pessoa (não a vê

逆の場合は卑屈（ひくつ）になって接してしまいます。人を人に見ず（あるがまに見ず）、レッテル（汚れた心）で見ているということです。

他人の経歴や、地位など気にせず（清らかな心）接するならば、多くの人と信頼関係がつくれ、楽しく接することができます。

「自分はどうかのかな」と考えてみませんか？

私もサラリーマンをしていた若い頃、信頼していた部下に裏切られた、という気持ちになったことがあります。それは彼を自分の子分にしようとしていたからだだったんでしょう。

私の心が他人を（私にとって）善人にしたり、悪人にしているのです。（自分に都合がよいか、悪いかを判断材料にしているということです。）

あなたが部下を持つサラリーマンだったら、移動や転勤で新しい部下が出来たときには前任者からの部下の人物評は聞かないことをお勧めします。ご自分の目で部下を見てください。前任者の評価の悪い部下はただ上司と相性が悪かっただけかもしれませんから。

2001.09 記 (c)山野 光明寺

tal como ela é...), mas enxerga a pessoa por meio do seu rótulo (com o coração/sentimento poluído).

Se você interagir com as pessoas sem se preocupar com escolaridade ou posição social (com o coração/sentimento puro), conseguirá construir uma relação de confiança e convivência agradável com muitas pessoas.

E você? Que tal refletir sobre isso?

Quando eu era jovem e trabalhava no escritório, senti certa vez que fui traído por um subordinado em quem confiava bastante. Isso aconteceu, provavelmente, porque no fundo, eu estava tentando fazê-lo meu fiel aliado.

É o meu sentimento que faz (segundo o meu conceito) com que o outro seja uma pessoa de bem ou uma pessoa do mal. (Isso significa que a outra pessoa está sendo uma referência para decidir se é conveniente ou não para você).

Se você for assumir uma nova função de chefia na empresa, é recomendável não dar ouvidos à avaliação de funcionários, de seu antecessor, pois são percepções pessoais dele. Olhe para seus funcionários com seus próprios olhos. Um funcionário com avaliação ruim de seu antecessor, pode ter sido apenas incompatível com aquele chefe.

<http://www.yamano-koumyouji.or.jp/buddha-3.htm>

(set-2001. Do site do Templo budista
Yamano Koumyouji, da escola Jodo Shinshu Honganjiha)

7.2. Buda disse que nós somos o que pensamos? – o problema com as traduções de textos budistas

<https://budismoesociedade.com/2019/05/26/buda-disse-que-nos-somos-o-que-pensamos-o-problema-com-as-traducoes-de-textos-budistas/>

Não existe nenhum texto budista (com exceção talvez do *Kalama Sutta*) que seja tão deturpado e tenha sido tão vilipendiado pela auto ajuda ocidental quanto o *Dhammapada*. Em suma: Os **versos gêmeos NÃO dizem** que a mente cria a vida ou que existe qualquer tipo de lei da atração.

26/05/2019 De Tiago Ferreira

O *Dhammapada* é um dos mais populares textos do budismo. Apesar de fazer parte do Cânone *Páli* da escola *Theravada*, costuma ser reverenciado por quase todas as escolas budistas devido ao fato de resumir de maneira brilhante pontos centrais dos ensinamentos do Buda através de belos provérbios. Trechos famosos do *Dhammapada* são muito conhecidos por budistas e não budistas, como por exemplo: “Pois neste mundo a raiva nunca é apaziguada com outras ações enraivecidas, ela é apaziguada pela não-raiva, essa é uma lei imutável e atemporal” (*Dhammapada* 5). Outro verso antológico, o 183, costuma ser descrito como o resumo da doutrina budista: “Evitar todo mal, cultivar o bem e purificar a mente – esse é o ensinamento dos Budas.”

Entretanto, o *Dhammapada* acabou por se tornar vítima de sua própria popularidade. Sendo um texto de domínio público, qualquer pessoa pode traduzi-lo e comercializá-lo, o que tem ocorrido de fato. Há muitas versões do *Dhammapada* na língua portuguesa, dando ao leitor ampla possibilidade de escolha na hora de adquirir o texto. Mas quantidade não significa qualidade. Há pouquíssimas pessoas no Brasil que são conhecedoras da língua *Páli*, o que significa que praticamente todas as versões do

Dhammapada que temos no país são traduções do inglês e não do original. Isso, por si só, não seria um problema tão grande. O inglês é a principal língua internacional e todo texto budista costuma ser traduzido primeiro para o inglês para depois ganhar versões em outros idiomas.

Entretanto, devido ao processo de absorção do budismo no ocidente incluir, muitas das vezes, uma via universalista, editoras estrangeiras descuidadas (ou em alguns casos inescrupulosas?) passaram a fazer “traduções livres” ou “adaptações” ao texto original, seguindo um processo de diluição dos ensinamentos budistas que já ocorre há séculos. Essas versões distorcidas acabam recebendo traduções para o português, mas elas não passam, na verdade, de projeções que os próprios ocidentais imputam aos textos budistas. O resultado desse processo é que o *Dhammapada* deixa de ser um texto que resume o caminho budista para se tornar um texto de auto-ajuda universalista. Ao invés de incomodar o leitor com ensinamentos profundos e desconcertantes, passa a ser mera confirmação dos próprios preconceitos e ideias pré-concebidas dos ocidentais a respeito do que eles acham ser o budismo. Neste texto, chamarei os ensinamentos contidos nessas traduções distorcidas de “Auto-ajuda budista”.

A auto-ajuda Budista é fortemente apoiada por uma ideia que está no seu centro: **o que você pensa, acontece**. É surpreendente que mesmo pessoas que já conheçam o budismo há algum tempo sejam atraídas por essa ideia e, pior, defendam que ela foi ensinada pelo Buda! De fato, essa teoria é bastante vaidosa, pois ela dá às simples pessoas um papel de deuses. A mente delas se torna a fonte de criação do universo! Não preciso dizer o porquê dessa ideia ser tão popular, afinal, ela engrandece o ego das pessoas. Entretanto, Buda ensina *Anatta*, ou seja, **Não-Eu**, uma estratégia budista que afirma que o caminho para o fim do sofrimento não passa pelo engrandecimento do ego ou da personalidade.

Se fôssemos olhar com cuidado cada uma das traduções do *Dhammapada* e analisar linha por linha, daria para escrever um livro sobre a montanha de equívocos que encontraríamos. Ao invés disso, vamos nos concentrar no excessivo papel que a Auto-ajuda budista dá à mente e ao pensamento. Uma vez que o dogma principal deste grupo é que o pensamento por si só pode concretizar coisas, a Auto-Ajuda budista ensina uma espécie de “Lei da Atração”, onde o segredo do sucesso seria “pensar em coisas boas, positivas”, o que resultaria na atração destas coisas para nossas vidas. Bastaria pensar numa coisa com afinco para que aquilo se tornasse concreto. Como consequência, o foco budista em eliminar *Dukkha* (sofrimento/insatisfação) perde espaço para a obtenção de ganhos mais imediatos.

Esses ensinamentos, como veremos, não foram ensinados pelo Buda. Mesmo assim, diversas traduções do *Dhammapada* disponíveis em inglês e português defendem-nos expressamente. Uma das mais conhecidas e populares versões em inglês do início dos **Versos Gêmeos**, *O Dhammapada 1*, é de Juan Mascaró. Assim ele traduz: “What we are today comes from our thoughts of yesterday, and our present thoughts build our life of tomorrow: Our life is the creation of our mind.” Em português isso seria como: “O que somos hoje vem de nossos pensamentos de ontem e nossos pensamentos atuais constroem nossa vida de amanhã: nossa vida é a criação de nossa mente.”

Mas o que diz o texto original em *Páli*? O início dos Versos Gêmeos, o *Dhammapada 1*, diz o seguinte:

*Manopubbaṅgamā dhammā, mano seṭṭhā manomayā
Manasā ce paduṭṭhena, bhāsatī vā karoti vā
Tato naṃ dukkhamanveti, cakkam ’va vahato padaṃ.*

“A vida é criação da nossa mente”? Não existe nada, absolutamente nada no texto em *Páli* que sequer sugira algo do tipo. O verso acima, o número 1 do *Dhammapada*, traduzido diretamente para o português diz mais ou menos o seguinte: “Todas as experiências (ou estados) mentais são precedidas pela mente, elas têm a mente como seu mestre, elas são produzidas pela mente.” Conseguem notar a diferença? A palavra *Dhamma* significa, neste contexto, “fenômenos mentais”, algo muito diferente de “vida”. Afirmar que o Buda, nesse texto, afirma que a vida é criação da mente é distorcer o que está sendo dito.

O termo “vida” é muito abrangente. Se formos levar a fundo a ideia de que a vida é criação da mente, logo chegaríamos à conclusão de que o mundo é mera projeção ilusória. Ou, talvez, que é nossa mente quem cria as bactérias, os peixes no fundo do mar ou até mesmo os extra-terrestres que possam vir a existir. Falando sobre o mesmo texto, *Bodhipaksa* afirma que “O Buda, ao que parece, nunca argumentou que o mundo fosse ilusório (*māyā*), mas simplesmente que nossa experiência dele é distorcida (*vipallāsa*)”. Sobre esse último ponto, Buda explica que há quatro maneiras pelas quais nós realizamos essa distorção:

“*Bhikkhus*, há essas quatro distorções da percepção, distorções da mente, distorções do entendimento. Quais quatro? ‘Permanente’ com relação ao que é impermanente é uma distorção da percepção, uma distorção da mente, uma distorção do entendimento. ‘Prazer’ com relação ao que é sofrimento ... ‘Eu’ com relação ao que é não-eu

... ‘Belo’ com relação ao que não é belo é uma distorção da percepção, uma distorção da mente, uma distorção do entendimento. Essas são as quatro distorções da percepção, distorções da mente, distorções do entendimento.

“Há essas quatro não distorções da percepção, não distorções da mente, não distorções do entendimento. Quais quatro? ‘Impermanente’ com relação ao que é impermanente é uma não distorção da percepção, uma não distorção da mente, uma não distorção do entendimento. ‘Sofrimento’ com relação ao que é sofrimento ... ‘Não-eu’ com relação ao que é não-eu ... ‘Não belo’ com relação ao que não é belo é uma não distorção da percepção, uma não distorção da mente, uma não distorção do entendimento. Essas são as quatro não distorções da percepção, não distorções da mente, não distorções do entendimento.”

*Percebendo permanente no impermanente,
prazer no doloroso,
eu naquilo que é não-eu,
belo no feio,
os seres são destruídos pelo entendimento
incorreto,
loucos, desvairados.
Atados pelo jugo de Mara,
da canga eles não têm descanso.
Os seres seguem perambulando,
conduzidos ao renascimento e morte.*

*Mas quando os Iluminados
surgem no mundo,
trazendo a luz para o mundo,
eles proclamam o Dhamma
que conduz ao fim do sofrimento.
Quando aqueles com sabedoria ouvem,
eles recuperam a razão,
vendo o impermanente como impermanente,
o sofrimento como sofrimento,
aquilo que é não-eu como não-eu,
o não belo como tal.
Assumindo o entendimento correto,
eles superam todo sofrimento.*

(Āṅguttara Nikāya 4.49)

No *sutta* acima, de acordo com o portal Acesso ao *Insight*, Buda explica que:

“As distorções operam em três níveis. Primeiro as distorções da percepção (*sañña-vipallasa*) fazem com que interpretemos mal a informação recebida através das portas dos sentidos. Por exemplo, podemos confundir uma corda no caminho como sendo uma cobra. Normalmente esses erros são corrigidos através de uma análise mais cuidadosa, mas algumas vezes esses erros sensoriais são ignorados e se mantêm.

Distorções da mente ou do pensamento (*citta-vipallasa*) têm a ver com a etapa seguinte no processo cognitivo quando pensamos ou ponderamos sobre todo o tipo de coisas. A mente tende a elaborar com base na percepção e se os pensamentos tiverem por base percepções distorcidas, então eles também serão distorcidos.

Em algum momento esses tipos de pensamentos se tornam habituais e evoluem para distorções de entendimento (*ditthi-vipallasa*). Podemos estar tão convencidos que existe uma cobra no caminho que não importa a quantidade de evidências em contrário, a nossa ideia não será modificada. Estamos aprisionados no entendimento incorreto”.

Buda ensina que, através de um ou mais desses três níveis, nossa percepção e compreensão do mundo são distorcidas em quatro situações: 1) quando achamos que algo que é impermanente é permanente; 2) quando achamos que algo que é doloroso é prazeroso; 3) quando vemos **Eu** naquilo que é **Não-Eu**; 4) quando atribuímos beleza ao feio. As três primeiras distorções estão ligadas às três marcas da existência: *anicca* (impermanência), *dukkha* (insatisfação/sofrimento), *anatta* (**Não-Eu**). Não reconhecer as três marcas da existência sem dúvida alguma distorce nossa compreensão da realidade. Portanto, um dos pilares do Nobre Caminho Óctuplo é o **entendimento correto**.

Mas, em nenhum momento o Buda diz que nosso entendimento correto desses fatores funcionará como uma Lei da Atração, modificando a realidade e nos trazendo benefícios como se fôssemos um ímã.

Entretanto, os Versos Gêmeos do *Dhammapada* tem sido utilizados para aproximar o budismo de uma abordagem que coloca o Eu e suas realizações no centro das atenções. Em um vídeo do YouTube que tem milhares de visualizações, o início dos Versos Gêmeos foi traduzido dessa forma:

O que pensamos hoje é o que seremos amanhã; Nossa vida é uma criação de nossa mente.

O vídeo segue citando trechos de uma tradução bastante livre dos Versos Gêmeos, o que facilita interpretações distantes do que o Buda tinha em mente. Ao invés de ser um Caminho para o Despertar, o budismo, de acordo com tal interpretação, passa a ser uma ferramenta para você “atingir os seus sonhos”. Em determinado momento do vídeo, a palestrante fala que “a harmonia se alcança quando pensamos grande. Ao pensarmos pequeno, nos afogamos num copo d’água, porque simplesmente ficamos do tamanho dele”. Ou seja, o “budismo” proposto no vídeo é simplesmente “pensar grande”.

O erro aqui não é apenas dar à mente um poder quase miraculoso, mas também esquecer que o *Dhamma* não se limita a fatores mentais, mas inclui também atividades bastante práticas que vão muito além do pensamento. Como no livro de auto-ajuda *O Segredo*, a Auto-Ajuda Budista coloca o Eu no centro de tudo, pois basta uma mudança de pensamento do indivíduo para que toda a realidade se transforme. “Você é aquilo que você pensa. Nossa vida é o resultado de nosso pensamento”. Tais frases são hiper simplificações e verdadeiras distorções do que diz o *Dhammapada*. É verdade que o **entendimento correto** e o **pensamento correto** são importantes e partes do Caminho Óctuplo, mas não da maneira superficial como a auto ajuda budista ensina.

O Buda nos diz que o entendimento correto é, na verdade, compreender as Quatro Nobres Verdades, ou seja, que existe insatisfação e sofrimento; que eles são causados por nossos desejos; que é possível eliminar a insatisfação e o sofrimento se eliminarmos o desejo; e que o desejo é eliminado através do Caminho Óctuplo, um caminho ético que não inclui apenas “pensar positivamente”, mas várias **práticas** que envolvem bem mais do que o ato de pensar.

O Buda define o pensamento correto dessa maneira: “E o que é pensamento correto? O pensamento da renúncia, de estar livre da má vontade e de estar livre da crueldade. A isto se chama pensamento correto.”

Vejam que Buda fala do pensamento correto como ausência de crueldade e má vontade e como renúncia. Ele não descreve nenhum tipo de “mentalização” que vai “atrair coisas boas e te fazer conquistar seus objetivos”.

Em suma, entendimento correto e pensamento correto significam, para o Buda, compreender as quatro nobres verdades e ter pensamentos de não-violência, de renúncia e de boa vontade.

Veja que o pensamento correto é descrito de forma altruísta, incluindo as outras pessoas: Não violência para consigo e os demais, boa vontade para com todos. Já na Auto-Ajuda Budista, todo o foco está no próprio indivíduo, que molda toda a realidade com sua própria mente a fim de obter resultados rápidos para problemas ordinários.

Alguém pode argumentar que o budismo pode sim ajudar as pessoas nos seus afazeres diários. Não estou negando isso, mas é de um empobrecimento absurdo reduzir o *Dhamma* à mentalização de coisas boas, a pensar positivo para mudar a realidade e atrair bens pessoais. Embora o *Dhamma* tenha o poder de mudar radicalmente nossas vidas para melhor, a auto-ajuda o vende como uma fórmula que vai te ajudar a passar no ENEM se você pensar corretamente. Acredite, o *Dhamma* pode fazer bem mais do que ajudar com o ENEM, ele pode eliminar seu sofrimento, purificar sua mente e espalhar Metta (Amor e bondade) por onde você estiver.

O Buda também não dava declarações rasas e simplistas. “Você é o que você pensa” é uma afirmação tola. Um homem que está mentalmente confuso e realmente acredita ser Napoleão Bonaparte continua não sendo Napoleão Bonaparte. A mente dele não vai mudar a realidade e torná-lo Napoleão, muito menos fará com que os outros acreditem que ele é Napoleão. Se bastasse mudar a forma de pensar ou de apreender a realidade para se atingir o objetivo final, o Caminho Óctuplo proposto pelo Buda não seria composto por esferas práticas que vão além do pensamento, como a ação correta, o modo de vida correto e o esforço correto, por exemplo. O que adianta “mentalizar” coisas boas, por exemplo, se seu modo de vida não é ético? Ou melhor: se bastasse mudar a forma de pensar para se tornar um Desperto, era só passar a

acreditar ser um Desperto e isso aconteceria. Não funciona assim. O pensamento correto é só um dos elos do Caminho. Ele precisa estar associado a determinadas **ações práticas** para dar os frutos necessários. O próprio Buda fala da relação entre pensamento e ação quando conversa com *Rahula*:

“Rahula, quando você quiser praticar uma ação com o corpo, você deveria refletir a respeito: ‘Esta ação corporal que quero praticar – conduzirá à minha própria aflição, à aflição de outros, ou ambos? É uma ação corporal sem habilidade, com consequências dolorosas, resultados dolorosos?’ Se, refletindo, você sabe que conduzirá à sua própria aflição, à aflição de outros, ou ambos; será uma ação sem habilidade com consequências dolorosas, resultados dolorosos, então qualquer ação corporal desse tipo é totalmente inadequada. Porém se refletindo, você sabe que não causará aflição...será uma ação habilidosa com felizes consequências, felizes resultados, então qualquer ação corporal desse tipo é adequada.

“Também, Rahula, enquanto você estiver praticando uma ação com o corpo, você deveria refletir a seu respeito: ‘Esta ação corporal que estou praticando – conduzirá à minha própria aflição, à aflição de outros, ou ambos? É uma ação corporal sem habilidade, com consequências dolorosas, resultados dolorosos?’ Se, refletindo, você sabe que conduzirá à sua própria aflição, à aflição de outros, ou ambos...você deveria desistir dela. Porém se refletindo você sabe que não é...você pode continuar com a ação corporal.

“Também, Rahula, tendo praticado uma ação corporal, você deveria refletir a respeito ... se, refletindo, você sabe que conduziu à sua própria aflição, à aflição de outros, ou ambos; foi uma ação sem habilidade com consequências dolorosas, resultados dolorosos, então você deveria confessá-la, revelá-la, abri-la para o Mestre ou um sábio companheiro na vida santa. Tendo confessado...você deve exercer contenção no futuro. Porém se refletindo você sabe que não conduziu à aflição...foi um ação corporal habilidosa com consequências felizes, resultados felizes, então você deveria se sentir mentalmente renovado e contente, treinando dia e noite nos estados benéficos.

...[da mesma forma para ações verbais e mentais]...

“Portanto, Rahula, você deve treinar dessa forma: ‘Eu purificarei minhas ações corporais, ações verbais e ações mentais através da repetida reflexão.’”

Dessa forma, o Buda chama atenção para a reflexão antes de agir. O pensamento aqui tem uma função prática direta: qual a forma mais hábil de usar meu corpo, minha fala e minha mente para o meu benefício e dos meus semelhantes? É dessa forma que nosso pensamento correto interfere na realidade: mudando nossas ações, falas, modo de vida, esforço, etc. Não há uma relação mágica da mente com o universo, onde o último é moldado pelo primeiro. O budismo é uma religião da ação, onde o pensamento, a reflexão e o aspecto mental se integram à vida prática de cada um. O budista age, anda, se esforça, usa o corpo. Não é só alguém que senta, medita e espera que seu pensamento mude as coisas miraculosamente. Buda nunca agiu assim. Ele andava centenas, milhares de quilômetros para ensinar, tendo em vista a compaixão pelos seres. Era um homem de ação. Não ficava sentado “pensando positivamente” e esperando que algum tipo de Lei da Atração viesse em seu auxílio.

Esperar que o simples pensamento positivo possa mudar tão profundamente o mundo, além de tolo, é conservador. Tal atitude nos leva ao egoísmo de acreditar que se uma pessoa está com problemas na vida é porque ela não tem pensado corretamente. Se há pessoas com graves dificuldades materiais, a atitude budista é tentar ajudar com doações (*Dana*), e não achar que elas deveriam mentalizar boas coisas para que o dinheiro apareça. O mundo não é simplista dessa forma. Buda não era um homem tolo que fazia alegações bobas e superficiais sobre a vida. Ele, do alto do seu Despertar, compreendia a vida humana na sua mais complexa profundidade. Justamente por estar ciente disso que Buda hesitou em ensinar o *Dhamma* depois de alcançar o *Nibbana*, pois temia que pudesse ser mal compreendido pelas pessoas, uma vez que alguns de seus ensinamentos requerem esforço e prática para a devida compreensão. Ao invés disso, algumas pessoas preferem simplificações grosseiras que atendam ao seu próprio ego. A auto-ajuda é, por excelência, a religião de Mara.

PS: Boas traduções do *Dhammapada* se encontram nos links abaixo:

Livros:

[Clique para acessar o Dhammapada%20de%20Buddharakkhita.pdf](https://www.estantevirtual.com.br/livros/nissim-cohen/dhammapada-a-senda-da-virtude/2090214900)

<https://www.estantevirtual.com.br/livros/nissim-cohen/dhammapada-a-senda-da-virtude/2090214900> (**Obs:** este link está desativado mas a indicação do livro é esta:

Dhammapada: A senda da virtude, por Nissim Cohen. Editora Palas Athena)

http://www.acessoaoinsight.net/dhp/dhp_indice.php

7.3. 『大学』について

Fonte: <https://keigossa.hatenablog.com/entry/20140822/1408672658>



この『大学』という書物は、儒学の経典「四書五経」のうち、四書の第一に挙げられるものです。あの薪を背負って本を開く子ども像「二宮金次郎」が手にしている書物こそ、この『大学』に他なりません。また、この『大学』は、戦前、教職者採用試験の必須科目であったこともあるそうです。これに加えて、江戸時代の侍教育が、儒学を基調に行われていたことを考えると、『大学』が日本に及ぼしてきた影響は多大なものです。

しかし、時代は移り、人が生活する環境も変わりました。特に、儒学の経典で使われている「漢文」は、日常生活に縁遠いものとなってしまいました。また、この変化に伴って『大学』それ自体も、日本人から遠く離れてしまったように思われます。「武士道」も「大和魂」も忘れ去られそうになっている今だからこそ、この『大学』が広く日本人に読まれるべきと思われてなりません。

Fonte: Blog do Templo Budista Engakuji, Kamakura city, Japan

<https://www.engakuji.or.jp/blog/34041/>

『大学』という書物のはじめに、「大学の道は、明德を明らかにするに在り、民を親たにするに在り、至善に止まるに在り。」とあります。

それから、更に、「止まるを知ってのち定まる有り、定まるとのち能く静かに、静かにしてのち能く安く、安くしてのち能く慮かり、慮かりてのち能く得。」と続いています。

『大学』は、儒教の経書の一つであり、『中庸』『論語』『孟子』と合わせて四書とも言われます。

はじめの「明德を明らかにする」「民を新たにする」「至善に止まる」の三つが、三綱領とも言われて大切にされています。

盤珪禅師が、十二歳の時に、この『大学』を学んで、ここに説かれている「明德」とは何かについて悩まれたのです。

7.3. O livro “Grande Ensino”

O livro “Grande Ensino” (大学 = Daigaku) é o primeiro da série “Cinco Clássicos e Os Quatro Livros” de Confúcio. O livro que o garoto “Ninomiya Kinjiro” com as lenhas nas costas tem nas mãos é exatamente este, do Grande Ensino. Além disso, dizem que o **Grande Ensino** era de leitura obrigatória nos exames de seleção de professores, antes da guerra. E, considerando-se que a educação básica dos samurais no período do feudalismo era baseada no confucionismo, a influência cultural do **Grande Ensino**, no Japão, é enorme.

No entanto, os tempos mudaram e o ambiente em que as pessoas vivem também mudou. Em particular, o chinês arcaico (漢文 - Kanbun) usado nas escrituras confucionistas, está muito distante da vida cotidiana do japonês. E com essa mudança, o **Grande Ensino** se distanciou dos japoneses. Agora que tanto “Bushido”(*) quanto “Yamato-damashii”(**) estão sendo esquecidos, o **Grande Ensino** deveria ser amplamente lido pelos japoneses.

(*) Ver: <https://www.bbc.com/portuguese/geral-58496068>

<https://en.wikipedia.org/wiki/Bushido>

(**) Ver: <https://www.japaoemfoco.com/yamato-damashii-espírito-japones/>

<https://en.wikipedia.org/wiki/Yamato-damashii>

Sobre o 大学 - Daigaku = Da Xue = Great Learning

Fonte: Blog do Templo Budista Engakuji, Kamakura city, Japan

<https://www.engakuji.or.jp/blog/34041/>

(.....trecho não traduzido.....)

守屋洋先生の『新訳 大学・中庸 自分を磨いて人生を切りひらくための百言百話』には分かりやすい現代語訳が記されています。その本から紹介させていただきます。

「大学で学ぶ目的は何か。

第一は、自分が生まれつき持っている素晴らしい徳を発現すること。

第二は、自分一人の修養だけにとどまらず、それを人々にも及ぼして、それぞれの徳を発現できるように導くこと。

第三は、以上の二つのことが到達した最高の状態を、つねに維持するように努めることである。」というのであります。

そして大学で学ぶということを守屋先生は、「社会に出て立派な働きをし、まわりから信頼される社会人になるためには、当然のことながら、能力と人格の両面にわたって自分を磨かなければならない。ここで言う「大学の道」とは、そういう学問を指している。古いことばを使えば、「君子の学」と言ってもよい。」と解説してくださっています。

ここでは「明德」を「自分が生まれつき持っている素晴らしい徳」と訳されています。それから、次のところを守屋先生は、「最高の状態を自覚することができれば、おのずから志は定まる。志が定まれば、もはや心に動揺はなく、どんな状態におかれても安定している。そうなると、じっくりと思慮をめぐらすことができ、最高の目標に到達することができる。」と訳されています。

今北洪川老師も『禅海一瀾』という書物を著して、そのはじめに明德を説かれています。

こちらは、盛永宗興老師の現代語訳を参照します。

「大学の道は明德を明らかにすることにある。民を新たにすることにある。至上の善に止まることにある。止まることを知れば心は定まり、心が定まれば静かになり、静かになれば、心は安らかになり、安らかになれば正しく思慮することができる。正しく思慮して、初めて明德を明らかにすることができる。」というのであります。

これを釈宗演老師は解説されています。岩波文庫の『禅海一瀾講話』を参照します。

「明德というものはどんなものかと言えば、我が本心の変名と言うても宜い。」といって、本心の別名だというのであります。

「要するにその心は名もない、名づけ様もない。目で見ること、耳で聞くことも出来ぬが、」それでは伝わらないので、

「捉まえ所がないから、ここに表示して、「明德」と言う」というのであります。そして更に

「この徳というものは天から降ったのでも、地から湧いたのでもない。

神様が造ったのでも、仏様が造ったのでもない。我々が先天的に持って居るものを、暫く明德という」というのでありますから、このところを盤珪禅師が「不生」と言ったのであります。誰がつくったものでもない、もともと持っているものなのです。

更に宗演老師は、

「しかしその持って居る明德であるけれども、如何せん「人欲の私」、仏法で言えば煩惱の為に、この明德を曇らせて居る」と説かれています。

これが盤珪禅師が身のひいきの故に見えなくなっているというところでもあります。そこで宗演老師は

「だから、先ず『大学』即ち大人の道を学ぶ者の要義は、何処にあるかと言えば、「明德を明らかにする」に在る」と説かれます。そのうえで、

「明德を明らかにし終ったならば、次に「民を新たにする。」」というのですが、これは「自分が明德を明らかにしたならば、一般の人をして明德を明らかにせしめよ」という意味をば、言葉を換えて

Uma tradução moderna do 大学— *Grande Ensino*, de fácil compreensão, foi apresentada pelo professor *Hiroshi Moriya* (1932 ~ . Pesquisador da Literatura Clássica Chinesa, SBI Graduate School.

“*Qual é o objetivo de seus estudos, numa universidade?*

O primeiro é o de manifestar as virtudes maravilhosas com as quais você nasceu.

O segundo é o de não reter somente para si o que aprendeu, mas também, o de orientar as demais pessoas para que eles também possam manifestar as suas virtudes.

O terceiro é o de esforçar-se, em sempre manter a melhor condição dos dois itens acima alcançados”.

Compare com a Máxima 15: ...

Em primeiro lugar elucidar a sublime virtuosidade, ou seja, esclarecer a sabedoria de Deus e o espírito de benevolência;

Em segundo lugar renovar o pensamento das pessoas, desenvolvendo nelas a espiritualidade mediante a sabedoria de Deus e o espírito de benevolência.

Em terceiro lugar conduzir as pessoas para a permanência no exercício do bem supremo, ou seja, alcançar o estágio da moral suprema, objetivo final como ser humano.

E o prof. *Moriya* complementa da seguinte forma:

“*Para ingressar na sociedade, trabalhar direito, tornar-se bem sucedido, reconhecido e com credibilidade, é claro, você deve se aprimorar na habilidade e na personalidade. O caminho do Grande Ensino é exatamente isso. Numa linguagem arcaica pode-se dizer que é a “Ciência da nobreza, a ciência dos cavalheiros”.*

Aqui, “明德 - *Meitoku* que significa elucidar a sublime virtuosidade” é traduzido como “uma virtude maravilhosa, inata (inerente, pessoal, natural)”.

Em seguida o prof. *Moriya*, diz:

“*Se você estiver consciente de sua melhor condição, naturalmente os seus propósitos na vida serão definidos. Se os propósitos estão firmes, não haverá motivos para vacilar e você será sempre estável, em quaisquer situações. Com*

isso você poderá utilizar plenamente a sua imaginação e atingir os objetivos mais nobres”.

(.....trecho não traduzido.....)

「民を新たにするに在り」と申したので、要するに明德を明らかにするは自利的、民を新たにするは利他的であり、利他は自利の起りで、自利は利他の起りである。」と説かれています。

盤珪禪師で申し上げれば、不生の仏心を明らかにして、それをやさしい言葉で多くの方々に伝えたということです。

そうして「その悟りと、行いと心が円満に至った所が「至善」である」と宗演老師は説かれています。

これが三綱領なのであります。そして更に宗演老師は、

「この「三綱領」を一つ我が物にしようというには、「五術」が要る」というのです。その「五術」の初まりは「止まる」ということです。

止!定!静!安!慮!得という順番なのです。

「先ず我々がこの動いて居る処の心を以て我が心の本を見ようというても、それは難い。自分の動いて居る心その者からして、先ずちゃんと、止水の如く、明鏡の如き、その境界へ這入らねばならぬ。水の中に落ちて居る玉を探そうというならば、先ずその水を澄ましむるということが必要で、動いて居る心を以て直ちに真理を見ようと言うても、決してそれは見えぬ。」として、

「先ず我が心を止めることを一つ工夫しなければならぬ」というのです。

それから「一たび心が止まったならば、始めて能く「定まる」。止まるという字は、我々が歩いて居るのを、歩みを止めたというので、心がそういう状態に至ったならば、ちゃんと定まったので、我が大道の定まるが如く、精神も一定不変という域に至る」のであります。

それから「自ら静寂の境界は其処に現われてくる」ようになります。

その次には「静かにして而して後に安し」、「これは自然にして至るのであります」と説かれています。

「静かなる境界に居れば、自ら安くなってくる。心が安くなってくる」のです。

心が安くかになってよく慮るようになり、至善、明德が得られるのです

宗演老師は「この「五術」というものが、禪那ということになり、静慮ということになる。言葉が違うだけ」だということです。

盤珪禪師は、自分なりの独自の坐禅修行をなさって、散乱する心を止めて、心が定まり、静かにおさまって、安らかになり、よく慮って、不生の仏心を了解することを得たのであります。

明德を明らかにしたと言っても同じことなのですが、盤珪禪師は、生涯かけてそれを「不生の仏心」として説かれたのでした。

盤珪禪師にとっては、明德と仏心とはひとつのものでありました。