

Budismo

O Dharma ou a Via do Buda, conhecido no Ocidente como Budismo, consiste nos ensinamentos e métodos transmitidos pelo Buda Shakyamuni (566-486 a. C.) para que os seres realizem a sua própria natureza de Buda, definida como um estado da mente livre de todos os obscurecimentos conceptuais e emocionais e no qual assim perfeitamente se manifestam todas as suas qualidades cognitivas e afectivas, nomeadamente a omnisciência, a visão da natureza última de todas as coisas, e um amor e compaixão infinitos e imparciais por todos os seres.

A base do ensinamento do Buda Shakyamuni consiste na exposição das Quatro Nobres Verdades, segundo uma perspectiva *terapêutica*: 1 – o *diagnóstico* é o reconhecimento de que todas as experiências condicionadas ao longo da vida são *dukkha*, termo que implica as noções de sofrimento, insatisfação, mal-estar, frustração e imperfeição; 2 – a *etiologia* consiste em indicar como *causas de dukkha* a *ignorância*, no sentido do desconhecimento da natureza última da mente e das coisas, que leva à percepção de uma separação e dualidade entre o eu e o mundo e daí ao egocentrismo do *desejo possessivo* e da *aversão*; 3 – o *remédio* consiste no *nirvana* ou cessação do sofrimento por abolição das suas causas; 4 – a *aplicação do remédio* é a *via* que assume três aspectos: *ética* (não prejudicar nenhum ser vivo e fazer tudo para o bem de todos), *meditação* (libertar a mente de todos os conceitos e emoções negativas que a agitam, desenvolvendo uma atenção concentrada, calma e pacífica) e *sabedoria* (o conhecimento directo da natureza pura de todas as coisas e o viver em conformidade com isso, pondo a vida ao serviço do bem e da libertação de todos os seres).

Assumindo aspectos filosóficos e religiosos de acordo com as necessidades dos seres e das culturas onde se manifesta, o chamado Budismo é fundamentalmente uma via para curar e libertar a mente do facto de ser causadora de sofrimento para si e para os outros.

Paulo Borges

(Presidente da União Budista Portuguesa)