

Em meio ao caos urbano, o budismo conquista o brasileiro com uma proposta simples: viver exatamente o aqui e o agora

POR EDUARDO FERNANDES

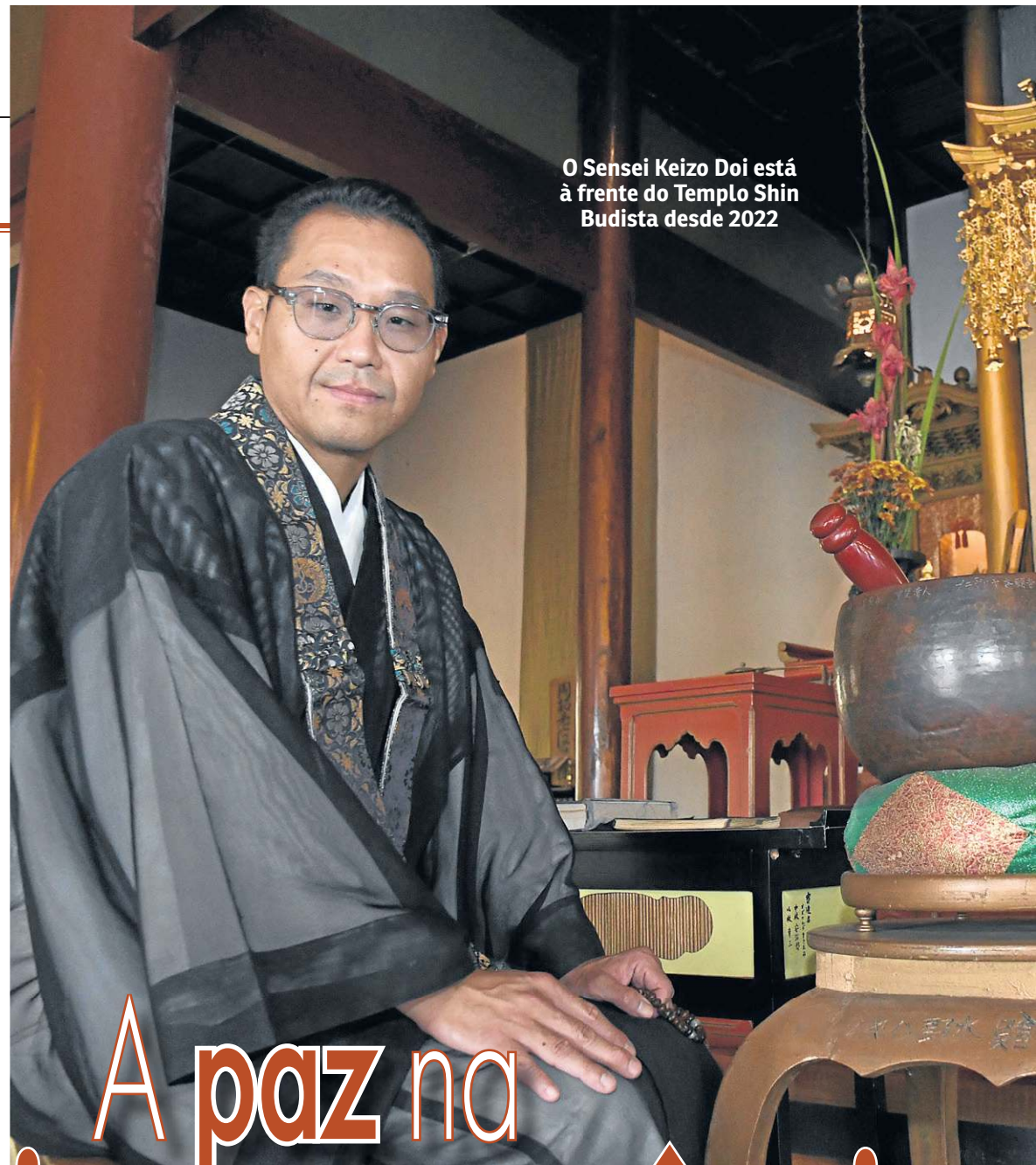
O caos do agora, as marcas do passado e o excesso de futuro são desafios contemporâneos. O refúgio contra o adoecimento mental atual não promete fórmulas mágicas de felicidade, milagres ou atalhos instantâneos. Pelo contrário: encanta diversos públicos justamente pela sobriedade de sua proposta — a de aprender a encarar a vida exatamente como ela é. E, diante dessa perspectiva, o budismo une e reúne aqueles que tentam ser melhores em se autoconhecer.

Entre os alpendres e o silêncio da quadra 315 Sul, a transição da curiosidade inicial para a prática espiritual rotineira revela um movimento coletivo em busca de serenidade e compaixão em tempos de incerteza. À frente do Templo Shin Budista Terra Pura de Brasília desde 2022, o monge Keizo Doi, 38 anos, nascido em Hiroshima e ordenado ainda na juventude no Japão, tem acompanhado de perto a busca daqueles que tentam, entre tantas dúvidas, entender onde nascem suas tristezas.

Para o sensei, a procura crescente pela filosofia budista no Ocidente reflete uma necessidade de ruptura com conceitos engessados e a procura por uma visão de mundo alinhada com as transformações humanas. “Aqueles que não concordam necessariamente com a visão de mundo das religiões predominantemente cristãs no Brasil procuram outras espiritualidades. E o budismo mostra algo completamente diferente: a lei da impermanência, onde o que surge vai desaparecer”, acredita o monge Keizo.

Segundo o líder religioso, a raiz do sofrimento humano (dukkha) reside, justamente, no descompasso entre as expectativas de controle e a natureza inconstante da vida. “A angústia surge da lacuna entre a realidade e a ilusão. O Buda, criador dessa filosofia, revelou, séculos atrás, que o controle sobre a nossa condição física e mental está fora de nós. Quando você vive considerando que, ao ter seu desejo saciado, alcançará a felicidade, isso não vai acontecer. Ao alcançar o que desenhou, você quer mais. Nessa busca incessante pela felicidade, a pessoa fica infeliz”, adverte o sensei.

Com isso, de acordo com ele, a verdadeira emancipação vem do entendimento da causa e do efeito dos fenômenos. De acordo com Keizo, a oscilação entre momentos de alegria e de dor prende o indivíduo em um ciclo contínuo de ilusões, conhecido como samsara. A superação dessa dinâmica é o objetivo central da prática espiritual. “Sair desse lugar chama-se



O Sensei Keizo Doi está à frente do Templo Shin Budista desde 2022

A paz na impermanência

moksha, a libertação. Isso é o ideal do budismo, o que o budismo busca? Levar as pessoas à outra margem”.

Diante das incertezas

E esse outro lado da ponte, para muitos, pode ser o destino final. Mas, no budismo, é apenas parte de um caminho que parece nunca acabar. Esse despertar espiritual, entretanto, pode nascer por diversos motivos. O assistente social e pedagogo José Aguilera, 55 anos, teve o ponto de virada na sua aproximação com a prática em 2016, a partir de uma provocação ecumênica. “Assisti a um vídeo do papa Francisco sobre o diálogo inter-religioso que calou intensamente dentro de mim. Eu já frequentava timidamente o

templo, e aquela mensagem despertou o desejo de conhecer melhor a prática budista”, conta.

Com a convivência rotineira na sangha (comunidade), o entendimento dos conceitos essenciais da filosofia passou a se dar pela vivência direta dos limites humanos. “Conteúdos como a impermanência e o desapego são compreendidos pela experiência de nossa existência e relações. Até hoje me lembro de uma das primeiras prédicas que ouvi no templo: qual deveria ser a atitude de um budista diante da morte? Não temer, não chamar, não esperar”, reflete Aguilera.

Na visão dele, a recitação do namo amida butsu (eu busco refúgio na luz infinita), mantra sagrado muito utilizado no budismo, não isola o praticante das contradições e imperfeições da vida diária, mas constrói a consciência