



## O TRABALHO SOB O PONTO DE VISTA BUDISTA

*Texto escrito e compilado para entrevista concedida à TV Brasil  
pelo abade do Templo Zen das Alterosas, Mokugen Roshi.*

### **1) O que é o trabalho?**

O trabalho é a atividade comportamental do ser humano, em que interagimos com o mundo, usando em unidade, simultaneamente, o nosso corpo e nossa mente. A atividade no trabalho, como também toda e qualquer atividade e movimentos dos seres vivos e de tudo, naturalmente, expressam a natureza divina do ser humano e de todas as multiplicidades no mundo. Através do tempo e do espaço o trabalho realiza e dignifica, dando vida, ocupação e dinamismo ao ser humano. No Zen enfatizamos a unidade inseparável de corpo e mente e quando trabalhamos, mente e corpo se harmonizam como uma só coisa. Também no Budismo se diz que o ser humano tem, intrinsecamente, o comportamento de ir e vir. Verbos como ir, vir, ser, comportar-se, fazer, tem relevante importância. Estamos “indo e sendo”, a todo instante, no tempo e no espaço, em nossa jornada de vida. Como se percebe, até nos cumprimentos, rotineiramente, usamos expressões como, por exemplo, “como está? Como vai? Como vai indo?”. É urgente, que estejamos sempre presentes a cada momento, a cada momento, em nossas vidas e que tenhamos a consciência de que estamos sempre “indo”, já que, irremediavelmente, estamos no tempo e no espaço. É também muito importante gostarmos do nosso trabalho, pois assim poderemos realizar a nossa felicidade e mantermos a nossa saúde física e mental. Seja qual for o trabalho que fazemos, é importante estarmos completamente absortos e com dedicação total, de corpo e alma em nossas atividades. Esta postura de absorção total com corpo e mente é importante para o praticante zen, onde ele interage de forma tão intensa com o objeto de trabalho a ponto de esquecer-se de si próprio. Assim, a plena atenção no trabalho se torna um treinamento zen, em que ocorre a transcendência dos nossos egos.

O zen preconiza o trabalho alegre, saudável e revigorante em nossas vidas, e seja qual for o trabalho que fazemos, devemos estar inteiros, cumprindo nossas obrigações diárias com energia e alegria. Devemos manter a leveza, calma, senso de humor e jovialidade, quando formos trabalhar. No zen o trabalho é abraçar o dom da vida e apreciar a beleza das coisas e atividades simples. Também, o zen nos diz para não perdermos tempo com reclamações inúteis e devemos arregaçar as mangas e partir para nossos trabalhos com energia e sinceridade.

### **2) Qual a importância do trabalho na vida humana?**

### **3) O trabalho pode ser algo de bom?**

Para o Budismo, o trabalho é fundamental para o ser humano porque nos realiza, nos plenifica, nos alegra e revigora. O trabalho mantém o nosso corpo e mente em atividade e assim podemos ter profundidade e longevidade em nossas vidas e, assim, nos livrar do supérfluo. As nossas atividades no mundo deve ser para o benefício de todos os seres. A nossa desocupação nos leva à ociosidade e superficialidade, tirando assim, a nossa concentração que devemos ter quando estamos envolvidos em nossas ações. Podemos dizer que não podemos viver sem o trabalho. Certa vez um monge zen disse: “um dia sem trabalho é um dia sem comida”.



#### **4) Quais os trabalhos desaconselhados pela sua religião?**

O Budismo não exclui qualquer forma de trabalho e qualquer trabalho que dignifica o próprio indivíduo e beneficia a humanidade é considerado bom. Se o trabalho é bom para uma pessoa e bom para os outros, ele é aconselhável. Trabalhos que prejudicam a própria pessoa, os outros, a natureza, a sociedade e a humanidade em geral, é desaconselhado. Considerando que existem trabalhos que devem ser evitados, ressaltamos aqui a existência no Budismo das dez graves proibições (dez mandamentos), que delineiam, assim, um comportamento ético e moral do ser humano: 1- Não matar (não ferir, não maltratar os seres); 2- Não roubar; 3- Não praticar conduta sexual imprópria; 4- Não mentir ou ser falso; 5- Não embriagar ou induzir outros ao álcool e às drogas; 6- Não atacar os defeitos dos outros; 7- Não elogiar a si próprio e menosprezar os outros; 8- Oferecer ensinamentos e objetos materiais às pessoas; 9- Não ficar com raiva ou ressentimento; 10- Não caluniar os 3 tesouros (crer nos ensinamentos e continuar o treinamento).

#### **5) Quais os trabalhos considerados nobres na sua religião?**

O Budismo não categoriza tipos de trabalhos e desde que o trabalho seja realizado para beneficiar todos os seres e a sociedade em geral, é considerado um bom trabalho. Mesmo às vezes, não trabalhando no mundo convencional, o trabalho do monge é importante, divulgando os ensinamentos para a ajuda espiritual aos seres. O Budismo Mahayana prega a salvação do próximo, antes mesmo que a nossa própria salvação, é o pensamento da grande compaixão e isto é uma filosofia muito nobre. Diz-se que este é a suprema sabedoria do Budismo, em que atravessamos para a outra margem da iluminação os outros seres, deixando por último a nossa travessia. Contribuir para salvar os outros, antes mesmo de salvar a si próprio, nos afasta dos nossos egocentrismos, propiciando assim, naturalmente, o nosso acúmulo de méritos e avanço no caminho. Nestes momentos, nos esquecemos de nós próprios e podemos apreciar sentimentos de amor ao próximo e de ser útil no mundo.

#### **6) Qual a importância do trabalho voluntário?**

Na visão budista fazemos a promessa, os votos, de salvar a todos os seres, para que eles sejam transportados do mundo das ilusões para o mundo da iluminação. O trabalho voluntário é considerado uma doação em que promovemos benefícios a todos os seres, e isto são os votos praticados por todos os Bodhisatvas. Desde tempos imemoriais, existem aqueles que sacrificam a sua própria iluminação em benefício de todos os seres, ajudando-os a cruzarem para a outra margem. Para beneficiar os seres existem quatro tipos de sabedoria: 1- Doação, 2- Palavras amorosas, 3- Benevolência, 4- Identificação. Todas estas são as práticas dos Bodhisatvas.

1- Doação significa não cobiçar. É verdade que, em essência, nada pertence a ninguém, então devemos estimular a doação. Não importa o tamanho, quantidade ou tipo da doação, o que importa é a sinceridade com que se doa. Existem aqueles que fazem doações, buscando um retorno, e isto não é a verdadeira doação. Portanto deveria haver o desejo de partilhar, mesmo que seja apenas uma frase ou verso do Dharma, pois isto se torna uma semente de bondade, tanto nesta, como na próxima vida. Um poema, uma flor, um centavo, um ensinamento, um sorriso, um benefício material, todos são formas de doações, não há como compará-los. As pessoas beneficiadas por uma doação, com certeza demonstrarão sentimentos de gratidão.

2-Palavras amorosas são a forma compassiva de sabedoria, em que podemos nos relacionar com as pessoas. Os virtuosos devem ser louvados e os destituídos de virtudes são dignos de compaixão. Palavras cheias de amor são a fonte de superar até o ódio de nosso pior inimigo, e



estabelece a amizade entre as pessoas. Ouvir diretamente o pronunciamento de palavras amorosas traz o brilho nos rostos e aquece nossos corações. As pessoas se alegram e mudam o estado de espírito com palavras amorosas, e até mesmo os inimigos se desarmam e se transformam. Devemos compreender que as palavras de amor tem um revolucionário impacto sobre as pessoas.

3- Benevolência significa propiciar os meios pelos quais podemos beneficiar os outros, independentemente de classe social. Os tolos acreditam que seus próprios interesses sofrerão perda, se eles colocarem à frente os interesses dos outros. Eles estão enganados, a benevolência é totalmente abarcante e igualmente beneficia o benevolente, como aos outros. Um sutra budista relata um caso em que aqueles que ajudaram a uma tartaruga desamparada e a um pardal ferido, nada esperando de retorno pelo seu gesto; eles simplesmente atuaram a partir de seus sentimentos de benevolência.

4- Identificação significa não diferenciação e que devemos nos identificar com os outros. Não diferenciar a si próprio e nem aos outros. Por exemplo, o Shakyamuni Budha quando viveu neste mundo, levou uma vida normal, exatamente como os seres humanos ordinários. É de boa razão dizer que pessoalmente nos identificamos com os outros, e também que os outros se identificam com nossa pessoa. Quando ocorre duplamente a identificação pessoal e com outros, neste momento, se manifesta uma experiência de unidade e universalidade. Identificação é semelhante ao mar que não rejeita qualquer água, não importa a sua origem, e recebendo todas as águas adquire então a forma de mar.

### **7) Pode um homem explorar o trabalho de outro homem?**

No Budismo enfatizamos que todos somos iguais e, simultaneamente, somos cada um singularmente diferentes. Não é natural e correto que exploremos serviços de nossos semelhantes. A sabedoria budista nos ensina que somos contaminados pelos três venenos, ou seja, a ganância, a raiva e ignorância. A origem do sofrimento humano é o apego e a ignorância. A exploração no trabalho, de seres humanos e animais, é provocada pela ganância e ignorância originadas do egocentrismo humano. A exploração de outros cria nos agentes da exploração um karma negativo, levando-os, mais cedo ou mais tarde, a caírem em mundos inferiores, como estado de demônios famintos, mundo animal, etc.

Obter lucros explorando o trabalho de outros é um erro grave do egoísmo, nascidos de nossa ganância e ignorância.