Afinal, o que é karma?

escrito por Triada



“Para cada ação existe uma reação”. Assim como o enunciado da primeira lei da física de Newton, o karma é uma consequência natural de nossos atos. Entenda

Texto • Erica Ticiani

De acordo com os princípios budistas, todos nós estamos presos a um processo cíclico de reencarnações sucessivas, impulsionadas pelo karma. A palavra “karma” vem da raiz sânscrita “kr”, que significa “fazer”, e do sufixo “ma”, que significa “efeito”. O fundamento é uma das principais bases do dharma, conjunto de ensinamentos de Buda, os quais têm como objetivo último liberar todos os seres humanos de seus sofrimentos, provocados por sentimentos como apego e inveja.

Os mestres do budismo comparam o karma a uma pedra jogada em um tanque de água. Os círculos formados batem na margem e voltam para o centro. Segundo Buda, o mesmo acontece com os seres humanos. Para ele, tudo o que vivemos é resultado daquilo que nós mesmos criamos. Ações corretas produzem bons resultados, enquanto atos errados provocam más conseqüências.

As pessoas vivem um processo de causas e efeitos, ou seja, sofrem a influência das ações tomadas nesta vida e em outras passadas. “O karma é uma lei de causa e efeito universal, não é exclusivo do budismo. Para toda ação há uma reação”, afirma Getulino Kiyoshi Nakajima, vice-presidente da ONG budista Associação Brasil Soka Gakkai Internacional (BSGI).

Escapar do karma significa encerrar o ciclo de reencarnações (samsara) e descobrir o caminho para o nirvana. Para isso, de acordo com os budistas, é preciso compreender que a existência do ego é algo a ser superado, para que a pessoa deixe de viver em busca daquilo que não tem e aprenda a viver feliz com o momento presente.

O presente e as ações passadas

Qualquer tipo de atitude, física, mental ou espiritual, pode ser considerado um karma. Criamos karmas quando falamos, pensamos e agimos. Karma signfica ação, e ações podem ser feitas através da mente (pensamentos), da fala (palavras) e do corpo (ações propriamente ditas). As ações hábeis (positivas) criam virtude e conduzem à felicidade, enquanto as ações inábeis (negativas) criam não-virtude e conduzem ao sofrimento. Apenas os seres iluminados não produzem mais karma, embora ainda estejam sujeitos aos frutos de ações anteriores.

Segundo o budismo, o karma pode estar relacionado com o grupo ao qual pertencemos: família, raça, nação. Ele afeta os seres humanos de modo coletivo. Isso não quer dizer, no entanto, que o indivíduo é impotente, ao contrário. Buda ensina que temos o poder de moldar nosso destino. “Toda e qualquer ação produz efeito, cedo ou tarde. O indivíduo deve se fortalecer para encarar esse resultado fazendo a sua parte”, ensina Nakajisma.

Há uma tendência equivocada em culpar o karma e isentar as pessoas de suas responsabilidades. Ao falarmos em karma, tratamos de uma ação cometida por nós mesmos no passado. O lado bom é que temos condições de conduzir o momento presente de modo correto para que, no futuro, não tenhamos de suportar as conseqüências de karmas negativos.

O entendimento da lei do karma nos impele a deixarmos sob nosso controle as rédeas de nossas vidas. Nesse sentido, o

autoconhecimento é uma ferramenta importante. Somente quem se conhece e sabe qual o verdadeiro sentido de cada valor em sua vida e pode fazer bom uso do livre-arbítrio.

Pensamento

“Com a mesma certeza que a semente de uma planta venenosa produz frutos venenosos, ou uma planta medicinal cura, as ações maléficas produzem sofrimento e as ações benéficas, felicidade. Nossas ações viram causas, e dessas causas naturalmente vêm resultados. Se você joga uma pedra numa lagoa, formam-se ondulações ou anéis que correm para fora, batem na margem e voltam. O mesmo se passa com o movimento dos pensamentos: ondulações correm para fora, ondulações retornam. Quando os resultados desses pensamentos chegam de volta, sentimo-nos vítimas indefesas: estávamos inocentemente vivendo nossa vida – por que todas essas coisas estão acontecendo conosco? O que acontece é que os anéis estão voltando para o centro. Isso é o carma. […] A mente comum é cheia de oscilações e turbulências. Se não há uma força que a controle e controle seus efeitos sobre o corpo e a fala, somos jogados para cima e para baixo, para frente e para trás: nossa realidade fica igual a um passeio da montanha russa. Na verdade, é mais parecida ao girar de uma roda. Pomos uma roda em movimento e, a cada vez que reagimos, damos um novo impulso nela, ficando presos em seu movimento perpétuo. Dessa forma, nossa experiência da realidade continua a girar em ciclos, com todas as suas variações, vida após vida. Assim é o interminável samsara, a existência cíclica. Não compreendemos que estamos vivendo resultados que nós mesmos criamos, e que nossas reações produzem ainda mais causas, mais resultados – incessantemente. […] A mente é como um campo fértil – coisas de todos os tipos podem crescer nele. Quando plantamos uma semente – um ato, uma palavra ou um pensamento –, num dado momento, será produzido um fruto que irá amadurecer e cair por terra.”
Trecho do livro Portões da prática budista.