

LIÇÕES DE HSING YÜN, O VENERÁVEL MESTRE

escrito por Triada



De conselhos simples a grandiosas recomendações: no texto a seguir, o Venerável Mestre Hsing Yün propõe 50 maneiras de colocar em prática os sábios princípios da essência budista.

Texto • Redação



0 Mestre

Nascido em 1927, na província de Chiangsu, China, o Venerável Mestre Hsing Yün ordenou-se monge aos 12 anos. Em 1949, durante a revolução de Mao Tse-Tung, Hsing mudou-se para o Taiwan. Foi lá que revitalizou o budismo humanista e fundou a Ordem Budista de Fo Guang Shan (Montanha da Luz de Buda). Ao lado de Dalai Lama, atualmente, Hsing é o mestre budista mais

conhecido e respeitado na Ásia. A Ordem de Fo Guang Shan possui 220 templos espalhados por todo o mundo, inclusive no Brasil. Localizado em Cotia, na Grande São Paulo, o Templo Zu Lai é considerado o maior monastério budista da América Latina. Para conferir o texto completo do Venerável Mestre, com suas cem recomendações para a vida, acesse o site do Zu Lai: www.budanet.org.br.

- 1** – Descubra seu maior defeito e disponha-se a corrigí-lo.
- 2** – Escolha até três exemplos de vida e determine-se a segui-los.
- 3** – Tenha força e sabedoria para resistir às tentações do mundo.
- 4** – Cultive a força da tolerância de forma a compreender, aceitar, assumir responsabilidades, ter determinação e melhorar as circunstâncias externas. Então, passe a cultivar a tolerância pela vida, a tolerância por todos os dharmas e a tolerância pelos dharmas não-surgidos, de maneira a transformar o cultivo da tolerância em força e sabedoria.
- 5** – Aprenda a se adaptar à pressão externa e não se deixe afetar por ela.
- 6** – Seja ativo e destemido. Pense antes de agir.
- 7** – Envergonhe-se do que ignora, do que é incapaz, do que o torna impuro e rude.
- 8** – Faça com frequência algo que toque o coração das pessoas.
- 9** – Sinta-se bem sob qualquer circunstância, siga as condições corretas, esteja sempre livre de aflições e faça tudo com alegria no coração.
- 10** – Ser corajoso e virtuoso é ter a capacidade de admitir os próprios erros.

- 11** – Aprenda a aceitar perdas, falsas acusações, contratempos e humilhações.
- 12** – Não inveje aqueles que praticam boas ações ou dizem boas palavras. Tenha sempre na mente bondade e beleza.
- 13** – Não empurre os outros para a beira do abismo; ao contrário, dê-lhes espaço para recuar – um dia eles poderão lhe ajudar.
- 14** – Sirva àqueles que desejam fazer o bem, compartilhe um objetivo. Favoreça os outros e respeite seus anseios.
- 15** – Seja amável e humilde ao relacionar-se com as outras pessoas. Expresse bondade em seu semblante e em sua fala.
- 16** – A capacidade de doar traz abundância verdadeira.
- 17** – Importe-se com o que é certo ou errado; não se fixe em perdas e ganhos.
- 18** – Deixe de lado pensamentos egoístas e dedique-se à justiça, à verdade e ao bem comum.
- 19** – Viaje pelo mundo sob o céu estrelado. Vivencie a prática da procissão de mendicância pelo menos uma vez na vida.
- 20** – Abra mão de todas as suas posses ao menos uma ou duas vezes na vida.
- 21** – A cada quatro ou cinco anos, empreenda uma viagem sozinho.
- 22** – Não se deixe cegar pelo amor. Não se traia por dinheiro.
- 23** – Não bata de frente com as coisas – aprenda a arte de ser sutil.
- 24** – Não há êxito sem persistência, diligência e determinação.
- 25** – Desenvolva autoconfiança. É importante ter expectativas

em relação a si mesmo e metas pessoais.

26 – Procure ouvir boas palavras e jamais esqueça o que elas significam.

27 – Não desperdice o seu tempo. Faça planos e use o tempo com sabedoria.

28 – Seja sempre sensato, pois a sensatez é imparcial e igual para com todos.

29 – Lembre-se dos erros cometidos no passado. Tenha-os sempre em mente para não repeti-los.

30 – Seja qual for sua função, desempenhe-a bem. Não olhe para os lados.

31 – Faça tudo com boa intenção, verdade, sinceridade e beleza.

32 – Não se apegue ao passado. Olhe sempre adiante.

33 – Lute sempre pelos seus objetivos e vá longe.

34 – Planeje sua carreira, use seu dinheiro com sabedoria, purifique seus sentimentos e não se apegue à fama e à riqueza.

35 – Desenvolva compreensão e visão, sendo essas pessoais e corretas. Não se deixe levar cegamente pelos outros.

36 – Renuncie a apegos insensatos e aceite a verdade com mente humilde.

37 – Não faça intrigas nem espalhe rumores. Não se deixe influenciar por eles.

38 – Aprenda a desenvolver sua mente e a reformar seu caráter. É importante recuar e dar guinadas na vida.

39 – Cultive méritos por meio de doações que estejam de acordo

com sua capacidade, função, disposição e condição.

40 – Creia profundamente no dharma e contemple todas as virtudes. Nunca faça o mal; pratique sempre o bem.

41 – Não culpe os céus nem os outros por sua infelicidade, pois tudo tem sua causa e seu efeito.

42 – Pense no bom e belo em vez de pensar no que é triste e penoso.

43 – Conquiste ao menos três tipos de habilitação ao longo da vida, como para guiar automóveis, cozinhar, digitar, cuidar de enfermos, exercer a medicina, o magistério, o direito, a arquitetura etc.

44 – Aprenda a articular bem a fala e a escrita. Aprenda a ouvir, a apreciar, a pensar, a cantar, a pintar e a desenvolver habilidades. Quanto mais se aprende, melhor. Aprenda, ao menos, metade disso tudo.

45 – Leia ao menos um jornal por dia, para se manter em dia com o mundo.

46 – Leia pelo menos dois livros por mês.

47 – Mantenha uma rotina diária.

48 – Cultive hábitos regulares de sono e alimentação.

49 – Pratique exercícios físicos.

50 – Mantenha-se longe de cigarro, álcool, pornografia e drogas. Administre e controle sua própria vida.