



## Da Importância do Regojizo



Imagem: Cortesia Himalayan Art Resources

Caros amigos próximos e distantes,

Como de costume, espero que esta mensagem os encontre bem, saudáveis e felizes. Neste dia de guru Rinpoche, gostaria de compartilhar com todos um trecho do sexto capítulo, “Regozijo e Dedicção”, pertencente à Perfeição da Sabedoria em 8.000 versos, que nos ensina a importância vital do regojizar:

O bodhisattva mahasattva Maitreya disse ao Venerável Subhuti: “Nobre Subhuti, comparado ao mérito criado através da generosidade para com os seres, da disciplina ou da meditação, o mérito que os bodhisattva mahasattvas criam dedicando seu regozijo pela virtude é infinitamente superior. É sublime, primordial, imenso, supremo. É insuperável. É inigualável. É correspondente ao que não tem par.

Como Maitreya ensina nesta passagem, dedicar o mérito adquirido pelo regozijo nas boas ações alheias é a suprema dedicação. Assim, para amearhar a insuperável acumulação de mérito e, mais importantemente, como antídoto para nosso apego e inveja, devemos genuinamente nos regozijar em quaisquer boas ações que sejam realizadas por todos os seres – sejam elas físicas, verbais ou mentais – e, em especial, nos regozijar na conduta dos bodhisattvas e arahants e nas atividades iluminadas dos budas. Considerar como são grandiosas e maravilhosas essas boas ações e dedicar o mérito obtido por elas é o melhor tipo de dedicação.

A razão pela qual esta dedicação é louvada como sendo suprema é pelo fato de ser isenta de contaminação pelos venenos mentais. Atualmente, enquanto na Ásia as pessoas se preocupam bastante com a acumulação de mérito, os ocidentais a descartam como mera credence religiosa. Na verdade, não há nada de religioso no chamado mérito: “mérito” significa simplesmente qualquer ação de corpo, fala ou mente que não seja motivada nem afetada por estados mentais negativos. Assim, tudo o que seja benéfico à mente constitui mérito, virtude. É por isso que, através das bênçãos do Buda Shakyamuni, estas perguntas e respostas do sexto capítulo da Perfeição da Sabedoria ensinam a importância do regozijo.

Pessoalmente, noto que sempre que me regozijo nas boas ações alheias, meu orgulho, pessimismo e, mais importantemente, minha inveja se reduzem. Assim sendo, regozijem, já que com isto acumularão um tesouro de mérito. Se investirmos um ou dois minutos nos regozijando a cada dia, também notaremos nosso pessimismo diminuir, e nosso otimismo aumentar. Nosso auto-centramento se reduzirá e nos tornaremos mais humildes. Por fim, obtendo desta forma mérito insuperável, nosso apego, orgulho e inveja diminuirão. Assim, peço a todos que dediquem algum tempo todos os dias a regozijarem em todas as boas ações alheias.

Com todo meu carinho e preces,  
Sarva Mangalam.

A handwritten signature in black ink, featuring a large, stylized initial 'P' and 'R' intertwined, with the name 'Phakchok Rinpoche' written in a cursive script above it.

Phakchok Rinpoche