

# *Travessia na Floresta*

---

*A história de vida e luta por iluminação  
espiritual de Ajahn Chah (Prah Bodhiñṇā Thera)*

Copyright © Amaravati Publications 2016

Travessia na Floresta

Publicado por Amaravati Publications  
Amaravati Monastério Budista  
Hertfordshire, Great Britain  
publications@amaravati.org  
www.amaravati.org

Este livro encontra-se disponível para distribuição gratuita em  
www.fsbooks.org

ISBN 978-1-78432-047-8

Copyright © Amaravati Publications 2016

Imagem de capa de autoria de Nick Sheerbart,  
licenciada sob Dedicação ao Domínio Público.  
www.nick-scheerbart.com

Tradutor: Ajahn Mudito  
Capa: Nick Sheerbart  
Formatação: Venerável Gambhīro

Para distribuição gratuita  
*Sabbadānaṃ dhammadānaṃ jinati*  
‘A oferta de Dhamma é superior a qualquer outra oferta.’

Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons  
Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional.

Veja página 207 para mais detalhes sobre direitos e restrições desta licença.

Produzido com o sistema tipográfico L<sup>A</sup>T<sub>E</sub>X.  
Fonte utilizada: Gentium, Alegreya Sans e Crimson Roman.

Primeira edição, 0000 cópias, impressas na Malásia, 2016

# CONTEÚDO

<i>Prefácio</i>	v
<i>Nota do tradutor</i>	vii
1 · Infância	1
2 · Vida como bhikkhu	11
3 · Conhecendo novas terras	15
4 · Vida na estrada	21
5 · Luang Pu Man Bhūridatto	29
6 · Vencendo o medo de fantasmas	39
7 · Luang Pu Kinari	49
8 · De volta à estrada	59
9 · O monge sem raiva	77
10 · Voltando para casa	91
11 · Viagem à região central	95
12 · Estabelecendo Wat Nong Pah Pong	105
13 · Lidando com obstáculos	119
14 · Treinamento nos primeiros anos	131
15 · Anos posteriores	153
16 · A chegada dos ocidentais	171
17 · Divulgando o Dhamma no ocidente	183
18 · Doença e morte	191
<i>Glossário</i>	201



## PREFÁCIO

Esta biografia do falecido Tahn Ajahn Chah Subbhato oferece a oportunidade de aprendermos mais sobre a vida de um monge budista verdadeiramente sábio que influenciou e inspirou tantos dentre nós a valorizar e compreender a Tradição da Floresta Tailandesa, com sua ênfase no sábio uso da disciplina (Vinaya) que foi estabelecida pelo próprio Buddha há 2559 anos, assim como a ênfase muito significativa na aplicação prática – o “pôr em prática” – dos ensinamentos do Dhamma do Buddha.

Eu me encontrei com Ajahn Chah pela primeira vez em 1967 quando havia recentemente recebido ordenação como bhikkhu. Meu *upajjhāya* enviou-me ao monastério de Ajahn Chah para receber o treinamento apropriado que dá suporte à vida de um bhikkhu.

Eu tive muita sorte de ter conhecido esse mestre quando ele ainda era jovem – ele tinha então 48 anos de idade. Senti uma conexão tão forte com ele que vivi os primeiros dez anos de minha vida como bhikkhu ou com ele, em seu monastério, Wat Nong Pah Pong, ou em vários monastérios filiados das proximidades.

Foi durante esse período que meu amor e respeito pela vida monástica tradicional desenvolveu-se. Ajahn Chah era um exemplo vivo, de um ser “realizado” que havia cultivado o caminho alcançado pelo Buddha.

Que esta biografia compilada e traduzida por Ajahn Mudito inspire e encoraje o leitor em seus esforços para apreciar os ensinamentos de sabedoria do Buddha.

Ajahn Sumedho  
Vinhedo, Brasil  
Oito de Fevereiro de 2016



## NOTA DO TRADUTOR

Com a data de comemoração do centenário de nascimento de Ajahn Chah se aproximando, meu professor, Luang Pó Piak, notou que ainda hoje não havia nenhum livro em língua ocidental que relates de forma concisa a história de vida de Ajahn Chah. A princípio ele me pediu que preparasse um texto em inglês, mas assim que terminei o primeiro manuscrito, deixei-o sob responsabilidade da sangha de Wat Pah Nanachat para que se encarregassem de produzir aquela versão do livro e então comecei a trabalhar na versão em português que você agora tem em mãos.

Apesar de o primeiro rascunho ter sido composto em inglês, tomei o cuidado de retraduzir todas as citações do tailandês para garantir a maior fidelidade possível ao original. Também adaptei a grafia de nomes tailandeses à fonética portuguesa (nomes como Ajahn Mun e Luang Pu Kinaree foram escritos como Ajahn Man e Luang Pu Kinari). Um outro detalhe que vale a pena mencionar é a escolha de traduzir o termo *tudong* (ตุตงค์) como “peregrinação”. É necessário explicar que, diferente do que conhecemos no ocidente, no caso tailandês essa “peregrinação” nem sempre almeja ir a um local sagrado ou consiste em “pagar uma promessa”. Em geral se trata de um modo de vida: os monges simplesmente vivem como andari-lhos, treinando a si mesmos a enfrentar todo tipo de dificuldades e buscando locais isolados e conducentes à prática de meditação.

O livro não foi composto com o objetivo de ser um documento completo sobre a vida e obra de Ajahn Chah – a quantidade de histórias e ensinamentos disponíveis fariam a tarefa de compilar tal livro um trabalho verdadeiramente hercúleo – mas apenas dar uma boa noção de quem era Ajahn Chah e de como ele chegou a ser o

grande mestre que todos conhecem hoje. A quem tem interesse em se aprofundar mais nos ensinamentos de Ajahn Chah, recomendo a leitura de “An Introduction to the Life and Teachings of Ajahn Chah”, escrita por Ajahn Amaro e também a coleção “The Collected Teachings of Ajahn Chah”, ambos disponíveis gratuitamente em [forestsanghapublications.org](http://forestsanghapublications.org). Até o presente momento, só existe uma compilação de ensinamentos de Ajahn Chah em português que tenha sido traduzida direta do tailandês, chamada “Darma da Floresta”, que também está disponível através da Forest Sangha Publications. Além disso, o site [dhammadafloresta.org](http://dhammadafloresta.org) oferece uma quantidade grande de ensinamentos de Ajahn Chah, seus discípulos e outros mestres da tradição da floresta tailandesa, assim como links para mais fontes de informações.

O público-alvo desse trabalho são pessoas que já têm algum conhecimento sobre budismo e mais especificamente a tradição Theravada da qual fazia parte Ajahn Chah, mas, ainda assim, incluí inúmeras notas explicativas e um glossário ao final do texto para auxiliar a compreensão dos termos mais difíceis.

O texto aqui contido é uma compilação de várias fontes, mas principalmente do livro อุปถัมภ์, escrito por Ajahn Jayasaro; outras fontes foram สุกตททธานุสรณ์ e ไตรมโพรธิญาณ, ambos escritos por Ajahn Mahā Amón Kemacitto; มัชฌิมนิกายให้พรแก่ตัวเอง, por Mitsuo Shibaiashi; Still Forest Pool, por Jack Kornfield e Paul Breiter, No Worries, por Aruna Publications e diversas gravações de áudio e vídeo onde discípulos de Ajahn Chah contavam suas histórias com o mestre.

Gostaria de agradecer a Ven. Gambhīro pela composição das edições impressa e eletrônica do livro e Carla Pedro Schiavetto, Luciano Tadeu e Ângelo de Vita por ajudarem na revisão do texto. Peço que quaisquer omissões ou erros contidos neste trabalho sejam de minha inteira responsabilidade, e que os méritos gerados aqui sejam



de benefício aos que ajudaram na composição deste livro assim como a todos que têm respeito e reverência pela Aryia Sangha, cuja presença entre nós, ainda na época atual, é o verdadeiro testemunho de que os ensinamentos do Buddha jamais perderam sua validade ou eficácia para aqueles que de fato estejam dispostos a praticá-los com humildade, sinceridade e dedicação.

Que todos possam estar livres de aflição e angústia. Que todos estejam sempre acompanhados de bons amigos. Que todos encontrem o caminho da paz e libertação.

Anumodanā.  
Mudito Bhikkhu

“Como poderia alguém que caído em um rio de forte correnteza e sendo carregado pelas águas, ajudar os demais a cruzar à outra margem?

Da mesma forma, como poderia alguém que não conhece o Dhamma, não escutou as explicações dos Sábios, é ignorante e coberto de dúvidas, ajudar os demais a realizarem aquele mesmo Dhamma?

Aquele que sobe num barco robusto, equipado com bom leme e bons remos, pode ajudar muitos a cruzar à outra margem, graças à sua habilidade, consideração e experiência.

Da mesma forma, aquele que é sábio e desenvolveu a si mesmo, que é munido de conhecimento e mente estável, que compreende o Dhamma, pode ajudar outros a realizá-lo se estes ouvirem com atenção.

Portanto, busque a companhia dos Nobres, daqueles que são sábios e possuidores de conhecimento, que compreendem o significado do Dhamma. Seguindo o caminho e realizando o Dhamma, você atingirá a felicidade.”

Sutta Nipāta, 319-323





# 1. INFÂNCIA

Ajahn Chah, carinhosamente chamado de “Luang Pó” (venerável pai) por seus discípulos, nasceu numa sexta-feira, dia 17 de junho de 1918, num pequeno vilarejo no distrito de Warin Chamrap chamado Ban Kó, localizado na província de Ubon Ratchatani – um lugar famoso por ter sido lar de muitas sábias personalidades no passado. Filho de Sr. Maa e Sra. Pim Chuang Choti, tinha um total de dez irmãos e irmãs. Luang Pó foi criado em uma família em que havia muito carinho e harmonia, sendo ela uma das mais abastadas do vilarejo e possuidora do hábito de ajudar as famílias mais pobres quando os tempos eram difíceis.

Quando criança, Luang Pó era rechonchudo e barrigudo. Um de seus amigos de infância, Put Tumakon, conta que seu comportamento, já quando criança pequena, era de ser bastante extrovertido e um líder natural. Sempre que estava com seus amigos, quer brincando ou fazendo qualquer outra coisa, era ele quem fazia os planos e delegava tarefas. Na maior parte do tempo, era bem-humorado e alegre e, quando não estava por perto, as demais crianças se sentiam entediadas e sem ânimo – conversar e brincar já não era tão divertido como antes. Crianças, especialmente aquelas que vivem no campo, gostam de jogos de ação e competição, de brincadeiras energéticas, como brincar de soldados, polícia-e-ladrão e assim por diante, mas

o modo de brincar do jovem Chah era um pouco incomum. Em certa ocasião Luang Pó falou a respeito:

“Quando eu era criança, queria brincar de ser monge, então me declarava abade e vestia um pano branco como se fosse um manto monástico. Quando chegava o horário do almoço, eu batia um sino e meus amigos que na brincadeira eram os leigos traziam água para me oferecer, recebiam os cinco preceitos<sup>1</sup> e uma benção.”

Outra característica aparente desde sua infância era seu amor pela paz – ninguém nunca o presenciou tendo problemas com ninguém, muito menos brigando com alguém mais fraco que ele. Na verdade era o oposto: quando as demais crianças estavam brigando, era ele quem apaziguava ambos os lados e encerrava a briga de forma pacífica com uma habilidade que só ele possuía. Por sua boa índole, generosa e justa, seus amigos sempre respeitavam seu julgamento em tais ocasiões.

Luang Pó era uma criança energética, vigorosa e ágil que gostava de comer bem. Mas também era trabalhador e não ficava à toa, e por isso começou a ajudar com tarefas domésticas desde muito cedo em sua vida. As duas principais responsabilidades que possuía eram: alimentar os búfalos e cuidar da plantação de tabaco. Logo cedo, após o café da manhã, o pequeno Chah preparava uma sacola de comida para si, tocava os búfalos para fora do curral e os levava a uma área do campo onde havia grama. Após deixá-los comendo grama, ele saía à procura de comestíveis nas redondezas, como sapos, peixes, cogumelos e brotos de bambu para servir de alimento para a família à noite. Mas o trabalho mais pesado era nas quatro ou cinco plantações de tabaco pertencentes à família. Ele tinha que ajudar a regar e tomar conta das plantas até que as folhas fossem colhidas e levadas ao mercado para serem trocadas por outros bens, comida e utensílios.

---

<sup>1</sup>É comum as pessoas realizarem uma cerimônia que simboliza o “receber” dos cinco preceitos. Para saber mais sobre os cinco preceitos consulte “sila” no glossário.

Já aos nove anos, enquanto ajudava em tarefas domésticas com dedicação total, Chah começou a sentir interesse pela vida no monastério. Após terminar seus estudos primários na escola do vilarejo, ele decidiu que queria se tornar um atendente do monastério, o que lhe daria a oportunidade de morar lá e estudar o modo de vida dos monges. Muitos anos mais tarde, quando Luang Pó já tinha idade avançada, um grupo de ocidentais veio visitar Wat Nong Pah Pong e lhe perguntou qual foi a motivação que o levou a querer viver no monastério ainda quando criança. Luang Pó respondeu:

“Antes de me tornar monge? Fazia parte da minha personalidade ter medo de más ações, eu era sempre honesto e sincero, nunca mentia a ninguém, sempre tive um comportamento limpo. Mesmo quando partilhava algo, eu sempre gostava de ganhar menos que as outras pessoas – eu tinha consideração por elas. Sempre fui assim. Quando essa natureza começou a amadurecer, o pensamento de morar no monastério surgiu – era assim que eu pensava. Eu perguntei aos meus amigos se eles também pensavam nisso, mas eles disseram que nunca o haviam feito. Essas coisas acontecem por si mesmas, são resultados de minhas ações, são resultados que surgem naturalmente. Eu frequentemente pensava nisso e a ideia crescia continuamente, me fazia agir daquela forma, me fazia pensar daquela forma.”

Em outra ocasião ele contou aos leigos – meio sério, meio brincando – que foi morar no monastério porque estava cansado de regar os pés de tabaco e se sentia oprimido pelo trabalho em casa, tão repetitivo e que lhe parecia sem fim: “Eu era um garoto pequeno, nunca fumei com os adultos, mas toda manhã eles me tocavam para fora de casa para regar centenas de pés de tabaco – era de amargar...”

Houve um evento que aparentemente foi o que fez a sensação no coração de Luang Pó explodir e o levou a decidir-se de uma vez por todas a ir morar no monastério. Sua irmã contou a história: “Ele ter ido morar no monastério não ocorreu porque as pessoas lá de casa organizaram, foi ele mesmo quem tomou a iniciativa. Um dia

estava ajudando os irmãos a descascar o arroz colhido, porém o fazia com má vontade. Aconteceu de a ferramenta usada para bater o arroz estar frouxa e precisar ser calçada com um pedaço de madeira, mas ele se recusou a fazê-lo. Outra pessoa então foi bater o calço de madeira e ele escapou, voou no ar e o acertou em cheio. Deve ter doído porque ele gritou: ‘Chega! Vou virar monge!’ ”

Algum tempo mais tarde, Chah pediu para que seu pai e sua mãe o levassem ao monastério e o deixassem tornar-se um discípulo. Os pais não se opuseram e o deixaram sob a tutela de Ajahn Si, em Wat Ban Kó Nók. Lá ele teve a oportunidade de aprender pela primeira vez as regras de comportamento e atividades diárias de um monastério budista. Seu amigo Put foi viver no mesmo monastério sob tutela de Ajahn Pon, e desta forma Chah tinha alguém para lhe fazer companhia.

Após tornar-se um atendente no monastério, quando Chah já havia recebido instrução suficiente e já tinha idade para se tornar um noviço, o abade, vendo que ele era bem comportado, diligente e capaz de cumprir suas responsabilidades, organizou uma cerimônia de ordenação de noviços para ele e vários de seus amigos em Wat Ban Kó, com Prah Kru Wichit Dhammapani (Puang), abade de Wat Moniwanaram em Ubon Ratchatani, atuando como *upajjhāya*.<sup>1</sup> O evento ocorreu em março de 1931, quando Luang Pó tinha 13 anos. Após ordenar-se, além de aprender todos os cânticos normalmente recitados pelos monges, Sāmanera Chah estudou o primeiro nível do curso oficial de Dhamma (Nak Thamm Tri).

Durante esse período, Sāmanera Chah frequentemente servia um monge chamado Ajahn Lang, que acabou desenvolvendo muita afeição por ele. Ajahn Lang passou a se responsabilizar não só por ensiná-lo, mas também por supervisionar todos seus estudos e, como consequência, acabou criando amizade com a família de seu

---

<sup>1</sup>Monge que preside a cerimônia de ordenação monástica (pāli).



discípulo. Sempre que havia tempo livre, Ajahn Lang encorajava Sāmanera Chah a ir visitar sua família e usava isso como pretexto para ir junto. Após algum tempo, essas visitas começaram a ficar mais e mais frequentes e às vezes já era noite antes que eles voltassem para o monastério.

Em seguida, Ajahn Lang começou a passar mais e mais tempo conversando sobre assuntos mundanos com seu discípulo, até que um dia finalmente declarou que estava planejando largar a vida monástica e encorajou Sāmanera Chah a fazer o mesmo. O coração do jovem noviço vacilou diante da proposta, pois sua fé no *Buddha Sāsanā* ainda não era tão firme a ponto de ser capaz de continuar sozinho quando até mesmo seu professor desistia. Quando Ajahn Lang começou a repetir esse pedido com frequência, Sāmanera Chah concordou e deixou a vida monástica aos 16 anos de idade. Pouco tempo após deixar a ordem monástica, Lang pediu Sa Chuang Choti, irmã mais velha de Cha, em casamento, mas o matrimônio não durou muito e logo o casal se separou.

Após deixar o manto monástico e voltar para casa, mais uma vez Chah tornou-se uma importante força em todas as tarefas domésticas da família, especialmente na colheita, que era a principal fonte de recursos da casa. Seu pai e sua mãe estavam muito felizes com seu retorno, mas Chah ainda sentia que faltava substância à vida laica. Anos mais tarde ele contou a seus discípulos sobre seus sentimentos naquela época:

“Cansado de tudo. Não queria viver com meu pai e minha mãe, frequentemente pensava que queria ir morar sozinho mas não sabia para onde ir. Isso continuou por vários anos. Eu gostava de pensar comigo mesmo: ‘Cansado!’, mas não sabia do que estava cansado. Queria ir para algum lugar para poder ficar sozinho. Isso durou um bom tempo até que me ordenei. Era algo que já fazia parte da minha personalidade, mas eu ainda não sabia. Minha sensação era sempre aquela.”

Uma vez que não conseguia encontrar uma saída para sua situação, Chah procurava se manter ocupado com diversões como forma de aliviar essa sensação de desânimo. Um desses divertimentos era sair com seus amigos, e entre eles estava sempre seu velho amigo Put. Eles saíam em busca de diversão como os demais rapazes faziam na época. Às vezes iam flertar com garotas dos vilarejos vizinhos e às vezes dos mais distantes também. Nessas ocasiões, os amigos de Chah podiam testemunhar sua grande resistência física: quando uma festa ocorria numa localidade distante, às vezes tinham que caminhar mais de trinta quilômetros para o trajeto de ida e volta; seus amigos queriam parar e descansar, mas Chah não dava ouvidos: só parava quando alcançava seu destino.

Luang Pó vivia em Ban Kó Nók e Put, em Ban Kó Nai. Os dois vilarejos ficavam cerca de um quilômetro de distância um do outro. Para visitar um ao outro eles tinham que atravessar uma floresta que os habitantes da região temiam, pois acreditavam ser mal-assombrada. Por essa razão, sempre que saíam juntos e voltavam tarde, tinham que dormir na casa de um ou do outro porque ambos tinham muito medo de fantasmas. Nenhum deles tinha coragem de caminhar sozinho de volta para casa, e esse medo de fantasmas era algo forte e constante na vida de Chah, até que conseguiu vencê-lo muitos anos após se ordenar monge, como veremos mais adiante.

Apesar de Chah e Put frequentemente irem flertar com garotas dos vilarejos próximos, Chah acabou se apaixonando por Jai, uma filha adotiva da mãe de Put. Put era mais próximo a seu pai do que à sua mãe, e a casa onde vivia ficava longe da casa onde Jai morava. O romance entre Chah e Jai era conhecido de todos e ninguém se opunha a ele, menos ainda seus pais adotivos, que estimavam Chah como um filho, sendo ele um rapaz de boa família e cheio de boas qualidades. Talvez por isso, os pais da moça se opunham a qualquer outro pretendente que viesse visitá-la, não os deixando sequer entrar em casa.

Cha e Jai prometeram um ao outro que esperariam até que ele tivesse sido dispensado do serviço militar obrigatório e se ordenado por um período curto para pagar seu débito de gratidão a seus pais, como era costumeiro rapazes fazerem na Tailândia ao completarem 20 anos de idade. Só então, quando tudo isso estivesse terminado e todos os preparativos feitos, eles se casariam. Na época, Chah tinha dezenove anos de idade e Jai, dezessete.

Enquanto a estação chuvosa daquele ano se aproximava e as famílias da região se preparavam para começar o plantio da lavoura, na casa de Put os pais discutiam o trabalho no campo, que passava por dificuldades devidas à falta de trabalhadores. Ambos concordavam que o melhor seria que Jai se casasse para que seu marido viesse ajudar com o trabalho, mas eles não conseguiam decidir quem poderia ser um bom candidato. Chah, que era seu atual pretendente, ainda não estava pronto, e eles teriam que esperar vários anos antes que estivesse. Ao final o pai disse: “Que ela se case com nosso filho, Put!” A razão por trás disso era o fato de que ambos os jovens se conheciam bem, como se fossem irmãos, mas não eram de fato irmãos biológicos. Além disso, havia um fator econômico, como dizia um ditado da região: “Se o barco afundar na lagoa, o tesouro não vai se perder no oceano!”, que significa que com esse arranjo eles não teriam que dividir os bens da família com um estranho.

Por respeito a seus pais, Put e Jai – mesmo se sentindo desconfortáveis, uma vez que desde sempre se enxergaram como irmão e irmã – não se atreveram a opor o desejo deles. Muitos anos mais tarde, Luang Pó falou a seus discípulos sobre o sentimento em seu peito no momento em que recebeu tal notícia tão inesperada:

“Quando tinha dezoito anos eu gostava de uma garota e acho que ela também gostava de mim. Gostávamos um do outro à maneira das pessoas do campo. Estava tão apaixonado a ponto de ficar completamente amarrado. Como as pessoas dizem, queria que ela fosse minha mulher. Sonhava em tê-la ao meu lado, me ajudando

na lavoura a ganhar vida de acordo com os modos do mundo. Um dia eu estava voltando do campo e passei em frente à casa do meu melhor amigo. Ele me disse: ‘Chah... Vou me casar com a garota.’ Eu escutei e meu corpo inteiro ficou dormente, fiquei em choque por várias horas. Pensei na profecia de um vidente que um dia havia dito que eu não teria esposa, mas vários filhos<sup>1</sup>. Na época eu não conseguia entender como isso poderia ser possível.”

No final, Chah conseguiu aceitar a notícia e não sentiu raiva de seu amigo, pois sabia que ele não agia por má fé, muito pelo contrário: ele teve que se forçar a obedecer à ordem de seus pais. Mas essa decepção foi uma importante lição sobre como a vida é incerta – algo que no futuro se tornaria um dos ensinamentos que Luang Pó mais ressaltava a seus discípulos.

O jovem Chah preservou sua amizade por Put como se nada tivesse acontecido, mas com relação a Jai foi o oposto. Luang Pó disse que ele tinha que ser muito cuidadoso – mesmo após ter se ordenado monge, toda vez que via Jai se aproximando ele corria e se escondia, por medo de não conseguir controlar suas emoções. Luang Pó afirmava que durante os primeiros sete anos de sua vida monástica ainda não conseguia superar seu pesar pela perda de Jai. Somente após ter começado sua vida como monge andarilho e passado a dedicar plenamente sua vida à prática do Dhamma é que a sensação desapareceu.

Muitos anos mais tarde, quando já era abade de Wat Nong Pah Pong e estava ensinando monges e noviços sobre as desvantagens dos prazeres sensuais, Luang Pó frequentemente dava o exemplo de Put como uma pessoa para a qual ele tinha uma dívida de gratidão imensurável: “Se ele não tivesse se casado com Jai, eu provavelmente

---

<sup>1</sup>Aqui há um jogo de palavras: o vocábulo tailandês para filho é “luk” (ลูก) e a palavra para discípulo é “luksit” (ลูกศิษย์). Além disso, na Tailândia é comum se referir ao Ajahn como “venerável pai”, o que por consequência implica que os discípulos seriam como seus filhos e filhas.

não teria me ordenado.” Era natural para ele se expressar dessa forma, uma vez que era uma pessoa de grande humildade, mas se olharmos em maior detalhe a grande quantidade de *pāramī*<sup>1</sup> que possuía, é difícil não ter a sensação de que se não fosse por esse incidente específico, alguma outra coisa certamente o levaria à vida monástica, uma vez que é fácil ver que sua vida fluía continuamente em direção ao Dhamma, como se nada pudesse impedi-lo.

Em sua vida de praticante do Dhamma, o pior inimigo que por muitos anos o obrigou a lutar continuamente até finalmente conseguir derrotar foi *kāmma-rāga* – desejo sexual. Mesmo quando ainda era leigo, já começou a ter problemas com esse inimigo. Naquela ocasião, um evento ocorreu que o forçou a enfrentar *kāmma-rāga* face a face e serviu como um prelúdio para os desafios que o aguardavam mais à frente, quando se ordenasse monge e se deparasse com desafios ainda maiores. Eis o ocorrido:

No monastério em que viveu durante sua primeira ordenação como *sāmanera*, Luang Pó fez amizade com um rapaz mais velho que na época estava ordenado como monge, e mesmo após ambos abandonarem a vida monástica eles ainda visitavam um ao outro e davam continuidade à sua amizade. Após algum tempo aquele amigo adoeceu e veio a falecer e Chah, já de volta à vida laica, esteve presente do primeiro ao último dia do funeral e ajudou com todos os arranjos necessários. Quando o corpo foi cremado e tudo estava encerrado, os amigos do falecido foram embora e voltaram às suas casas, deixando Chah para trás porque ele, sendo um amigo íntimo da família, decidiu fazer-lhes companhia por mais alguns dias, para que não tivessem medo de ficarem sozinhos.

Quando chegou a hora de dormir, a viúva e as crianças foram para dentro do quarto e Chah dormiu na varanda coberta, em frente à casa, e a primeira noite passou sem nenhum evento. Na segunda

---

<sup>1</sup>Boas qualidades mentais/espirituais, necessárias no caminho para a iluminação (*pāli*).

noite a viúva saiu do quarto e deitou-se ao lado dele, pegou sua mão e o fez tocar várias partes de seu corpo. Chah, por sua vez, continuou fingindo que estava dormindo como se nada estivesse acontecendo. Quando a viúva percebeu que suas intenções não eram recíprocas, ela se levantou e voltou para dentro do quarto para dormir com as crianças.

Naquela noite o jovem Chah provavelmente sentiu-se muito confuso e agitado mas, ainda assim, foi a primeira vitória de sua vida contra *kāmma-rāga*. Ele a derrotou controlando a si mesmo por respeito a seu amigo que acabara de falecer, por ter noção do que é correto e apropriado, e também por ser mais forte que as *kilesas* que habitavam seu coração. Naquele instante, o pensamento de certo e errado, bem e mal, estavam firmemente estabelecidos em sua mente. Esse relato já nos mostra a presença das qualidades de autocontrole e vergonha de cometer más ações que, mais tarde, quando tomasse o caminho monástico, se tornariam as características mais fortes de sua personalidade.

A sensação de desencanto resultante desse primeiro contato com a realidade do modo de ser das pessoas no mundo e suas desonestidades começou a fomentar um certo tipo de pensamento, profundo em sua mente, que aos poucos se transformou na firme determinação de tornar-se monge e buscar o caminho da libertação.

## 2. VIDA COMO BHIKKHU

Após completar 21 anos de idade e ser dispensado do serviço militar, Luang Pó decidiu ordenar-se. Com a aprovação e deleite de seus pais, a data da cerimônia foi marcada para o dia 26 de abril de 1940, em Wat Ban Kó Nai. Prah Kru Intara Sankhun atuou como *upajjhāya*. Luang Pó recebeu o nome monástico “Subhaddo”, que significa “aquele desenvolvido de forma correta”.

“Quando me ordenei, não pensava que viveria desse jeito, não pensava em ser o ‘mestre’ de ninguém, não pensava que escaparia deste *samsāra*. Ordenei-me como os demais, mas, uma vez ordenado, estudei, pratiquei, e fé nasceu em mim. A primeira vez que senti isso foi quando estava pensando sobre a vida de todos os seres neste mundo... É tão triste! Nascemos e num instante já estamos mortos, deixando nossa casa e todas nossas posses para os filhos, só para que eles então comecem a brigar pelos bens. Quando vi isso, senti desencanto pela vida do rico e do pobre, do tolo e do esperto – todos eles vivem neste mundo e estão todos sujeitos a essa mesma realidade.

Meu coração estava sempre repleto desse sentimento e eu não sabia com quem conversar a respeito. Quando uma mente desperta, muitas coisas despertam em seguida e passamos a ver muitas coisas que nos fazem despertar ainda mais. Frequentemente eu pensava: ‘Tive a oportunidade de conhecer o Dhamma, ou seja, ganhei uma

luz que me permite ver muitas coisas. Agora tenho o Dhamma.’ e sentia meu coração encher-se de felicidade. Quanto mais praticava e estudava, mais satisfação encontrava e mais firme ficava minha fé; ganhava cada vez mais paz e sabedoria.”

Após ordenado, Luang Pó passou dois anos em Wat Ban Kó Nók. Durante esse tempo ele prestou o exame e atingiu a graduação ‘Nak Thamm Tri’ do currículo oficial de estudo do Dhamma. Luang Pó falou a seus discípulos sobre como foram seus primeiros anos de monasticismo:

“No começo, quando me ordenei, não praticava nada, mas tinha fé – talvez fosse parte da minha natureza, não sei dizer. Ao fim do vassa,<sup>1</sup> todos os demais monges e noviços que se ordenaram comigo voltaram à vida laica. Eu olhava e pensava: ‘Eh... Qual o problema desses bobos?’ Mas não tinha coragem de falar para eles, porque ainda não confiava nos meus próprios sentimentos. Eles estavam alegres, mas eu pensava: ‘É muita burrice. É difícil se ordenar, mas é fácil abandonar a vida monástica. Esses têm pouco mérito, não têm muito mérito. Eles acham que o caminho mundano é mais útil do que o caminho do Dhamma.’ Eu pensava desse jeito mas não dizia nada, só olhava para minha própria mente.

Vi meus amigos que se ordenaram junto comigo indo embora um por um. Às vezes eles vestiam uma roupa nova e vinham se exhibir no monastério. Eu achava que eles eram doidos da cabeça aos pés, mas eles achavam que aquilo era bom, bonito. Eles haviam voltado à vida laica e tinham que fazer isso e aquilo – eu só olhava para minha mente, não tinha coragem de dizer a eles que pensar daquela maneira estava errado. Eu não tinha coragem de falar porque ainda não tinha como ter certeza por quanto tempo minha fé ia durar. Não

---

<sup>1</sup>Uma vez por ano, durante as monções, todos os monges devem permanecer numa única residência por três meses. Em pāli esse período se chama ‘vassa’, mas no ocidente criou-se o hábito de chamá-lo de ‘retiro das chuvas’ ou ‘retiro das monções’ (pāli).



tinha coragem de dizer nada a ninguém, apenas pensava sobre isso na minha mente.

Após todos irem embora, fiquei desamparado. Já que não tinha ninguém por perto, peguei a regra monástica e comecei a ler, e então memorizei a regra monástica sem muitas dificuldades – não havia quem viesse me distrair com nada. Eu estava resoluto, mas não dizia nada porque praticar até o fim dos dias, até os setenta, oitenta anos de idade, com inteligência, sem relaxar o esforço, sem perder a fé, com continuidade – é muito difícil, portanto não me atrevia a dizer nada. Quem queria virar monge virava, quem queria largar o manto largava – eu apenas observava, não dizia nada para quem ficasse ou fosse embora. Eu via os amigos indo embora, mas no meu coração a sensação que eu tinha era de que aquele pessoal não enxergava muito bem.”

Na tradição Theravada os monges ainda seguem o exemplo do Buddha e só fazem uma ou duas refeições ao dia, entre o período do nascer do sol ao meio-dia, e durante a tarde e a noite eles permanecem em jejum. Por isso é normal monges recém-ordenados sofrerem com a fome, e Luang Pó não era exceção. Ele contou sobre sua experiência com esse assunto:

“Não pense que praticar não é sofrimento, tem que sofrer. Nos primeiros um ou dois anos de vida monástica é ainda mais sofrido. Monges jovens e noviços pequenos<sup>1</sup> sofrem ainda mais. Eu mesmo sofri muito, especialmente com comida. Eu tinha vinte anos quando me ordenei, estava acostumado a comer e dormir à vontade. Que dizer? Às vezes sentava sozinho pensando em comida e coisas que queria comer – *tam gluei tani, som tam malakó*,<sup>2</sup> todo tipo de coisa. A saliva fluía e pingava da minha boca. Era uma tortura, nada era fácil...

---

<sup>1</sup>Para receber ordenação como monge (bhikkhu) é necessário ter pelo menos 20 anos de idade. Aqueles de menor idade podem se ordenar noviços (sāmanera).

<sup>2</sup>Nome de pratos típicos tailandeses.

Mas, se olhar de novo, prática é isso mesmo – quanto mais difícil, melhor. Para que fazer o que é fácil? Qualquer um consegue fazê-lo. Aquilo que é difícil fazer é onde está nossa prática e continuamos até vencermos. Algumas pessoas me dizem: ‘Se me ordenasse desde jovem, como você fez, e não tivesse família, ia ser fácil praticar. Eu não teria muito com que me preocupar.’ Isso é o que dizem, mas é melhor não falar isso perto de mim ou vão levar uma bengalada. Ora, eles falam como se eu não tivesse um coração! A prática do Dhamma vai contra nossa própria mente, não é uma tarefa pequena. Envolve nossa vida inteira.”

### 3. CONHECENDO NOVAS TERRAS

Como diz um provérbio tailandês, “Se você não deixar seu lar, não vai conhecer a estrada, não vai desenvolver habilidades ou ganhar sabedoria.” Ajahn Chah conhecia bem esse ditado que o fez perceber que na sua terra natal seria difícil encontrar professores capacitados. Portanto, após passar no exame do Nak Thamm Tri, decidiu sair em busca de conhecimento em outras localidades. Em 1941 deixou Wat Ban Kó Nók e foi para Wat Suan Sawan, em Pibun Mangsahan, mas uma vez que aquele monastério ainda não possuía uma escola de Dhamma, Luang Pó matriculou-se na escola de Wat Po Tak, que era perto o suficiente para que pudesse estudar lá e voltar para dormir em Wat Suan Sawan após as aulas.

Em Wat Suan Sawan havia apenas duas cabanas e um templo, e ambos estavam lotados de monges e noviços. Até mesmo tropas do exército às vezes passavam a noite lá, pois ainda se encontravam no período da Grande Guerra da Ásia Oriental. Por haver tantos monges vivendo juntos, comida era escassa. Os alimentos obtidos em *pindapāta*<sup>1</sup> não eram suficientes porque o vilarejo onde os monges iam recolher esmolas possuía apenas algumas casas. A água potável tinha que ser tirada de um poço localizado a cerca de um quilômetro

---

<sup>1</sup>O ato de os monges saírem pelas ruas recolhendo alimentos como esmola (pāli).

do monastério, mas água para limpeza podia ser obtida do rio Mun, que passava ali perto.

Em 1942, após estudar as escrituras budistas naquele monastério por um ano, Luang Pó ainda se sentia insatisfeito. Ele deixou Wat Suan Sawan e caminhou até Wat Ban Nong Lak, em Muang Sam Sip, onde Prah Kru Antatham Vijan era o abade. Sendo a estação seca quando Luang Pó chegou, a comida era muito pobre e seu amigo de viagem reclamou, sugerindo que seguissem adiante. Luang Pó gostou do professor em Wat Nong Lak mas não queria desagradar seu amigo, então ambos mudaram-se para Wat Ban Keng Yay, em Nat Jarên, onde Ajahn Mahā Jéng era abade. Passado um ano, e tendo ganhado a graduação Nak Thamm To, Luang Pó decidiu que já havia permanecido ali tempo suficiente e partiu em 1943 para estudar novamente com Prah Kru Antatham Vijan em Wat Ban Nong Lak.

Naquele ano, Luang Pó focou todas suas energias e interesse em estudar as escrituras. Lá, estudou para o exame de Nak Thamm Ek e também gramática *pāli*, porque ele gostava muito do método de estudo daquele monastério. Ele estava bastante esperançoso de que o resultado de seu exame ao final do ano fosse satisfatório, se esquecendo que a impermanência do mundo continuava trabalhando por trás das cenas e só esperava uma chance para mais uma vez o surpreender.

Ao fim do vassa, Luang Pó recebeu a informação de que seu pai estava muito doente e essa notícia o fez ficar indeciso entre continuar seus estudos ou cuidar de seu pai. No final decidiu que seu pai era uma pessoa para quem ele tinha um grande débito de gratidão e que era seu dever tentar pagar um pouco esse débito de qualquer maneira possível. No que diz respeito aos estudos, refletiu que, se não morresse antes, ainda teria a chance de retomá-los. Luang Pó deixou todos os livros e exames para trás e apressou-se em voltar para casa para visitar seu pai e ajudar a cuidar dele tanto quanto lhe

fosse possível. Ao chegar, descobriu que a saúde de seu pai vinha se deteriorando progressivamente e seu estado era preocupante.

Desde que Luang Pó se tornou monge, seus pais estavam sempre muito orgulhosos, pois viam que seu filho era sincero em sua ordenação e em seus estudos do Dhamma. Sempre que Luang Pó tinha a oportunidade de visitá-los, seu pai gostava de falar sobre a diferença entre a vida monástica e a vida laica e sempre pedia a seu filho: “Não abandone o manto monástico! Viver como monge é bom, se você deixar o manto você só vai encontrar confusão e dificuldades sem fim.”, e sempre que Luang Pó ouvia esse pedido ele permanecia em silêncio, sem dar uma resposta definitiva. Mas desta vez, quando seu pai enfermo lhe fez o mesmo pedido – talvez pela última vez – Luang Pó lhe deu uma resposta que o deixou muito satisfeito: “Não vou deixar o manto, por que faria isso?”

Além de desejar que o filho continuasse na vida monástica, seu pai também se preocupava com seus estudos de Nak Thammas mais do que se preocupava com sua própria saúde. Quando soube que o exame final seria em apenas alguns dias, pediu ao filho que voltasse ao monastério e não desperdiçasse aquela oportunidade. Porém, após refletir sobre o estado de saúde de seu pai, Luang Pó decidiu ficar até a última hora daquele que lhe havia dado a vida. No total, Ajahn Chah passou treze dias em casa ajudando a cuidar de seu pai com completa dedicação até seu último momento.

Durante todo o período em que cuidava de seu pai enfermo, até o momento da sua morte, Luang Pó contemplava o mundo material. Ele contemplava como todos os fenômenos condicionados (*sankhāra*) surgem, se desenvolvem e se desfazem. Surgiu desencanto em seu coração: “Isso é tudo o que a vida tem a oferecer? Tanto o rico como o pobre correm em direção à morte, que é o destino final da vida de todos. Velhice, doença e morte são a herança que todos têm que receber, não importa se a queiram ou não – não se vê quem consiga escapar.”

Encerrado o funeral, Luang Pó voltou para Wat Ban Nong Lak e continuou seus estudos. Às vezes se lembrava da imagem de seu pai deitado e enfermo, seu corpo emaciado e enfraquecido, se lembrava do pedido que ele lhe havia feito e da imagem dele morrendo bem em frente a seus olhos e tudo isso lhe fazia sentir ainda mais desencanto pelo mundo. Esse sentimento retornava frequentemente e o fez decidir-se firmemente a dedicar esta vida à prática do Dhamma, a alcançar o fim de todo sofrimento ainda nesta vida. Tudo isso o levou a fazer um voto, tal como relatou em certa ocasião:

“Antes de decidir me dedicar plenamente à prática do Dhamma, eu pensei: ‘O *Buddha Sāsanā* está presente no mundo, mas por que algumas pessoas praticam e outras não? Alguns praticam só um pouco e logo desistem, ou, quando não desistem, não praticam com dedicação total. Por quê? É porque eles não sabem...’ Eu então tomei uma resolução no meu coração: ‘Muito bem, nesta vida vou sacrificar este corpo e mente, deixá-los morrer uma vida que seja, vou praticar de acordo com os ensinamentos do Buddha em todos os detalhes. Vou praticar até alcançar conhecimento ainda nesta vida, porque se não alcançá-lo vou ter que voltar e sofrer novamente. Vou renunciar a tudo, vou me esforçar para praticar, não importa quão sofrido seja, quão difícil seja, vou viver esta vida como se fosse o passar de um dia e uma noite, vou jogá-la fora. Vou praticar de acordo com os ensinamentos do Buddha, com o Dhamma, até compreender por que este *samsāra* é tão difícil e complicado...”

Naquele mesmo ano, Luang Pó começou a traduzir o Dhammapada do pāli para o tailandês porque esta era uma exigência para obter a graduação de “Prinha Tri”. Começou também a praticar meditação, mas no início as coisas não foram muito bem, como contou mais tarde a seus discípulos:

“Não consegui nada no primeiro ano de minha prática, eu só ‘meditava’ sobre coisas que queria comer, era só confusão! Era muito ruim. Sentava-me e às vezes era como se realmente estivesse

comendo bananas, eu sentia como se estivesse quebrando a banana e colocando-a em minha boca. Isso acontece assim mesmo, tudo isso é assunto para a prática – mas não tenha medo! Isso vem sendo dessa forma já faz muitas vidas, e é por isso que, quando nos decidimos a praticar, é tudo tão difícil e complicado.”

Ao mesmo tempo em que a prática de Luang Pó caminhava, seu velho inimigo, o desejo sexual, continuava retornando para desafiá-lo e colocar em teste sua resolução de trilhar o caminho do Dhamma. Numa certa ocasião, o desejo sexual o fez seguir uma linha de raciocínio equivocada que quase lhe custou sua ordenação monástica:

“... eu mesmo certa vez pensei nisso (abandonar a vida monástica). Quando tinha apenas cinco ou seis anos como monge, eu pensei no Buddha: ele praticou por cinco ou seis anos e alcançou a iluminação, mas eu ainda estava apegado a coisas mundanas, eu ainda desejava voltar para elas. ‘Talvez eu devesse ir experimentar o mundano um pouco, então terei melhor compreensão. Mesmo o Buddha teve Rāhula,<sup>1</sup> talvez esteja sendo rigoroso demais comigo mesmo...’ Eu fui meditando sobre isso e sabedoria surgiu em mim: ‘Tudo bem, mas o que temo é que este ‘Buddha’<sup>2</sup> aqui não vai ser tão bom quanto aquele lá. Temo que este aqui vá acabar se afundando na lama; é pouco provável que ele vá conseguir sair da lama como aquele conseguiu...’ Sabedoria surgiu dessa forma e fez oposição às *kilesas*.”

Mesmo enfrentando essas dificuldades, Luang Pó seguia em frente com seus estudos e, tendo terminado de traduzir várias seções do Dhammapada, começou a refletir e comparar seu comportamento com o comportamento dos monges na época do Buddha e concluiu que eram muito diferentes. Ele começou a sentir-se decepcionado com os estudos escolásticos, pois não lhe parecia que esse pudesse

---

<sup>1</sup>Siddhattha Gotama, antes de se tornar monge e alcançar a iluminação, era casado e teve um filho chamado Rāhula.

<sup>2</sup>Na Tailândia, especialmente em áreas rurais, é comum se referirem aos monges como ‘Buddha’, por exemplo, uma pessoa pode dizer: ‘Hoje havia cinco Buddhas no templo’, se referindo a quantos monges estavam lá.

ser o caminho para transcender *dukkha*, ou que o Buddha aprovaria uma pessoa se ordenar tendo esse tipo de estudo como único objetivo. Ele considerou aprender um pouco mais sobre a prática do Dhamma para poder saber quão diferentes esses dois caminhos eram, mas não conseguia encontrar um professor que julgasse ter qualificação suficiente para ensinar meditação no local onde estava. Por isso, decidiu voltar a seu monastério original, Wat Ban Kó Nók.

Durante a estação seca de 1945, Luang Pó ouviu notícias de que havia um professor de meditação em Udon Thani e foi até lá para aprender o modo de prática por um período curto, mas achou os ensinamentos insatisfatórios e então voltou a Wat Ban Kó Nók para passar o *vassa*. Naquele *vassa* ele teve oportunidade de pagar seu débito de gratidão com seu antigo professor ajudando a dividir o fardo de ensinar as escrituras aos monges mais jovens. Porém, durante as aulas, ele notava que aqueles monges e noviços não eram tão sinceros em seus estudos como ele gostaria que fossem. Alguns eram desrespeitosos, outros estudavam sem interesse algum, outros eram preguiçosos, e tudo isso o fez se sentir ainda mais desanimado com o modo de vida de monges que não se dedicavam à prática do Dhamma.

Ao mesmo tempo em que ensinava Nak Thamm aos demais, Luang Pó também estudava para o exame de Nak Thamm Ek, e obteve a graduação. Logo após o fim do *vassa*, preparou acessórios para a vida na estrada e começou sua viagem a pé em busca do caminho de *kammatthāna* – aquele que ele decidira seguir a partir de então.



## 4. VIDA NA ESTRADA

Em 1946 Ajahn Chah começou sua vida na estrada, tendo um monge chamado Tawan como companhia. Caminharam em direção à região central da Tailândia, passando pelas montanhas de Dong Phaya Yen e chegando a Ban Yang Yu, em Sara Buri. Após uma curta estada nesse local, decidiram que já haviam caminhado sem destino por tempo suficiente e que agora seria melhor se comesçassem a procurar um local apropriado para praticar, onde houvesse um bom professor de meditação.

Caminharam até Lop Buri e chegaram a Wat Khao Wong Kot, monastério de Luang Pó Pao, mas infelizmente Luang Pó Pao já havia falecido. No lugar dele encontraram Ajahn Wanna, um discípulo de Luang Pó Pao que então cumpria a tarefa de cuidar do monastério e ensinar Dhamma. Graças a ele, ambos os monges tiveram a oportunidade de estudar o modo de prática deixado por Luang Pó Pao e também ler as pequenas frases de Dhamma que ele escrevera na entrada de cavernas e outros locais pelo monastério, para alertar e encorajar os praticantes – muitos anos mais tarde, Luang Pó Chah seguiria esse exemplo e faria o mesmo em seu monastério, Wat Nong Pah Pong.

Durante sua estadia, Ajahn Chah também teve a oportunidade de estudar em detalhe a regra monástica e ganhar uma compreensão mais profunda dela, através do Visuddhimagga e Pubbasikkhā

Vannanā,<sup>1</sup> mas também recebeu instrução de um monge do Camboja que possuía profundo conhecimento tanto das escrituras budistas como da prática de meditação. Ele havia vindo à Tailândia buscando estudar a edição tailandesa do Tipitaka e possuía uma capacidade excepcional para lembrar-se de todas as regras do Vinaya<sup>2</sup> em seus mínimos detalhes. Além disso, apesar de ser um perito nas escrituras, vivia a vida de um monge *kammatthāna* – gostava de viver de forma simples e em locais afastados, em florestas e montanhas.

Certo dia, Luang Pó havia estudado várias regras de Vinaya com esse monge, mas por engano o monge lhe explicou uma delas de forma equivocada. Naquela época Luang Pó tinha adquirido o hábito de toda noite subir um morro para praticar meditação num ambiente mais recluso. Terminada a lição daquele dia e tendo ajudado com a limpeza do monastério, Luang Pó voltou ao seu local de prática no alto do morro. Já bem tarde da noite, por volta das dez horas, enquanto praticava meditação, Luang Pó ouviu o som de passos sobre gravetos e folhas secas se aproximando, mais e mais. Ele pensou que talvez fosse algum animal procurando por comida, mas quando o som ficou cada vez mais alto e próximo ele pôde notar que na verdade se tratava daquele monge do Camboja. Luang Pó perguntou surpreso:

“Tahn Ajahn, o que o traz aqui a uma hora dessas da noite?”

“Eu lhe expliquei errado uma regra de Vinaya.”

“Tahn Ajahn não deveria se incomodar tanto, você sequer tem uma lanterna! Não poderia esperar e me dizer amanhã pela manhã?”

“Não, não! Se eu morresse hoje à noite, você no futuro também ensinaria errado a outras pessoas. Isso seria um *kamma* ruim desnecessário.” Ele então explicou novamente a tal regra monástica de

---

<sup>1</sup>Dois antigos comentários sobre os ensinamentos do Buddha (pāli).

<sup>2</sup>A regra monástica criada pelo Buddha (pāli).

forma correta. Tendo terminado sua explicação, deu meia-volta e desceu o morro.

Esse encontro fez Luang Pó sentir muita admiração pela bondade daquele monge e também por sua capacidade de se preocupar tão sinceramente com os demais: ele não negligenciava nem um pequeno engano, não admitia esperar até o dia seguinte para corrigir seu erro. Luang Pó sentiu que esse era um exemplo a ser emulado, algo realmente admirável e digno de elogio.

Na época em que viva em Wat Khao Wong Kot, Ajahn Chah ainda não era muito hábil na prática de meditação, e durante sua estadia experimentou com vários métodos. Certo dia lembrou-se da ocasião em que ainda era um noviço em Wat Ban Kó Nók e viu um monge *kammatthāna* com um *māla*<sup>1</sup> pendurado no pescoço. Pensou que também gostaria de ter um *māla* para experimentar praticar utilizando-o, mas não havia como obtê-lo. Ele então notou que a árvore chamada de *tabék* na Tailândia possui sementes grandes e redondas que poderiam ser utilizadas como contas de um *māla*, mas Luang Pó não se atrevia a colhê-las, pois isso seria uma transgressão de Vinaya (a regra proíbe os monges de danificarem plantas).

Um dia, um grupo de macacos passou pelo monastério e começou a quebrar os galhos de uma dessas árvores e arrancar as sementes. Luang Pó pegou um punhado delas do chão, mas não tinha um cordão para amarrá-las, então simplesmente segurava as sementes numa mão e, toda vez que terminava a recitação de um *parikamma*,<sup>2</sup> colocava uma semente dentro de uma lata até completar 108. Ele praticou dessa forma por três dias, até decidir que ela não era

---

<sup>1</sup>Um cordão de contas, similar ao rosário comum na religião católica. Tradicionalmente um *māla* possui 108 contas e na maior parte das vezes é utilizado para auxiliar a marcar a contagem do número de recitações de uma frase utilizada como objeto de meditação (*pāli*).

<sup>2</sup>Em geral, uma frase recitada continuamente para servir como objeto de meditação (*pāli*).

compatível com sua personalidade e resolver parar. Luang Pó também experimentou com a prática de *ānāpānasati*:

“Mesmo quando tinha dúvidas sobre o que era *samādhi*, eu ia pensando, praticando meditação, e minha mente ficava ainda mais confusa, pensava ainda mais. Mas quando não estava praticando, não era tão ruim assim... Puxa, era muito difícil! Mas mesmo assim eu não parava, ia praticando daquele jeito mesmo. Quando estava à toa era tranquilo, mas quando tentava fazer a mente unificar-se, era ainda pior. ‘Por que isso? Por que é desse jeito?’ Em seguida pensei: ‘Será que não é como minha respiração? Se determinar para que ela seja curta, longa ou média, fica muito difícil. Mas, quando estou andando, sequer noto o ar entrando e saindo, e nessa hora não há dificuldade alguma.’ Então percebi: ‘Oh! Deve ser isso: quando estou apenas caminhando, não forço a respiração. Normalmente, alguém já sofreu por causa da respiração? Ninguém. É muito fácil. Mas se nos sentamos e a forçamos a se pacificar, isso é adicionar desejo e apego. Queremos que a respiração seja curta ou longa, e então não acontece como queríamos. A mente sofre ainda mais que antes. Por quê? Porque nossa intenção se torna desejo e apego, por isso não dá em nada; é difícil porque adicionamos desejo ao processo.’”

Em 1946, durante sua estadia em Wat Khao Wong Kot, outro evento inusitado fez com que Luang Pó ganhasse uma compreensão maior sobre o caminho do Dhamma. Certa noite, após ter terminado sua prática de meditação sentada e andando, Luang Pó preparou-se para dormir. Mas, por ter sempre tido muito medo de fantasmas, e apesar de ser corajoso o suficiente para passar a noite no alto daquele morro sozinho, ele sempre sentia a necessidade de recitar encantos e mantras antes de dormir, pois acreditava que ajudariam a protegê-lo de fantasmas e maus espíritos. Porém, naquela noite, estava seguro de que seu comportamento e observância da regra monástica eram impecáveis e que por essa razão não tinha nada a temer e decidiu então que não recitaria os mantras costumeiros.

Quando estava a ponto de cair no sono, ele sentiu algo apertando seu pescoço cada vez mais forte, até quase não conseguir mais respirar. É impossível dizer ao certo se isso foi resultado do apego psicológico que ele tinha em recitar mantras antes de dormir – e não tê-lo feito naquela noite – ou se de fato se tratava de um evento paranormal, mas Luang Pó ainda teve presença mental suficiente para começar a recitar mentalmente o *parikamma* “Buddho” até que o aperto ao redor do seu pescoço começasse a enfraquecer. Após algum tempo conseguiu abrir os olhos, mas ainda não podia mover seu corpo, e ainda assim continuou recitando “Buddho, Buddho...” mentalmente até conseguir mover seus membros. Após um período ainda não conseguia se levantar, mas conseguia passar a mão sobre seu corpo e nesse momento sentiu como se não fosse si mesmo. Ele continuou recitando “Buddho” até que conseguisse se levantar.

Luang Pó afirmou estar certo de que só conseguiu sobreviver àquilo graças ao *parikamma* “Buddho” e concluiu que esse evento também estava relacionado com sua pureza em *sīla* e que esse tipo de fenômeno só apresenta perigo para aqueles desprovidos de *sīla*. Desse ponto em diante ele decidiu que mantras mágicos não eram necessários, eram apenas superstições, e que o que é realmente importante é desenvolver sua conduta e sua mente em linha com os princípios do Dhamma.

A partir daquele dia ele passou a ter ainda mais cuidado em resguardar a pureza de sua conduta, sempre respeitando os princípios de *sīla*. Renunciou à posse de dinheiro e a todos os itens que possuía que haviam sido obtidos de formas proibidas pelo Vinaya.<sup>1</sup> Luang Pó decidiu-se a não mais receber qualquer coisa que não estivesse de acordo com a regra monástica: ele não mais quebraria a regra ou

---

<sup>1</sup>Uma vez que a posse de dinheiro é ilícita a um bhikkhu, a regra monástica também proíbe aos monges possuírem ou fazerem uso de quaisquer itens adquiridos com aquele dinheiro. Além disso, existem limites para o que e quando um monge pode pedir aos leigos. Qualquer item obtido em detrimento a esses limites também é inapropriado à posse de um monge.

se envolveria em qualquer atividade do tipo. Antes de se tornar um monge *kammattāna*, Luang Pó ainda possuía dinheiro e fazia uso dele. Ele contou como foi o momento em que tomou a decisão de renunciar ao dinheiro por completo:

“No que diz respeito a Vinaya, se a pessoa não enxergar em seu coração, é muito difícil. Muitos anos antes de vir morar em Wat Nong Pah Pong eu decidi abandonar o uso de dinheiro. Eu passei o vassa inteiro pensando a respeito, mas não conseguia tomar uma resolução. No final eu simplesmente peguei minha carteira e fui procurar um certo “mahā”<sup>1</sup> que costumava viajar comigo, mas agora mora em Wat Rakan. Eu joguei minha carteira para ele e disse:

‘Aqui, Mahā, seja minha testemunha sobre este dinheiro. Deste dia em diante eu não vou mais pegar, não vou mais tocar (dinheiro) – exceto caso largue a vida monástica. Seja minha testemunha nisto.’

Tahn Mahā não queria pegar a carteira... estava com vergonha: ‘Guarde! Use para pagar seus estudos. Tahn Ajahn, por que você está jogando fora centenas (de bahts) desta forma?’, ele estava envergonhado.

‘Não se preocupe comigo, ontem à noite eu tomei minha decisão, já me decidi.’

Daquele momento, quando ele pegou o dinheiro, em diante, foi como se não mais nos conhecêssemos. Se conversássemos, não nos entendíamos. Mas ainda hoje ele é minha testemunha – eu nunca fiz novamente, nunca mais utilizei dinheiro, nunca permutei, nunca mais fiz nada do tipo.

... Se seguimos essa regra, desenvolvemos *pāramī*. Os leigos nos veem e sentem admiração, sentem-se inclinados a nos ajudar. O importante é não pedir. Devemos estar prontos a passar sem, em qualquer

---

<sup>1</sup>Um título dado a monges que alcançam uma certa graduação em estudos da língua pāli.

situação. Essa é uma regra que ajuda a desenvolver frugalidade como uma fundação para nossa vida.”

Obedecer à regra monástica nutriu a fé de Luang Pó, mas também lhe trouxe desafios:

“Eu era tão tolo que uma vez quase larguei o manto quando vi os defeitos nas minhas ações, na minha prática, nos meus professores e em tudo mais. Era como algo me queimando, não conseguia dormir, era um problema sério, minha cabeça estava carregada de dúvidas. Mas quanto mais duvidava, mais eu praticava, mais me esforçava. Não importa o quanto tivesse dúvidas, continuava praticando. Bem ali surgiu sabedoria e tudo foi mudando. Antes, não sabia nada sobre as transgressões mais leves e não queria ouvir falar delas. Quando comecei a compreender o Dhamma de verdade, esse modo de prática, as transgressões mais leves se tornaram tão importantes como as mais pesadas.”





## 5. LUANG PU MAN BHŪRIDATTO

Ainda em Wat Khao Wong Kot, Ajahn Chah ouviu falar que Luang Pu Man Bhūridatto – uma pessoa que diziam ter alcançado um alto nível de realização espiritual, perito tanto em *samādhi* como em *vipassanā*, admirado e respeitado por muitos como um *arahant* – estava passando o *vassa* daquele ano em Wat Pah Nong Pue Nanai, em Sakhon Nakhon. Um discípulo leigo de Wat Khao Wong Kot trouxe a notícia e aconselhou Ajahn Chah a ir visitá-lo, porque ele mesmo uma vez havia se hospedado naquele monastério praticando com Luang Pu Man e ficado muito impressionado com seu modo de prática.

Encerrado o período do *vassa*, Luang Pó refletiu e concluiu que seu amigo, Tahn Tawan, estava mais interessado em estudar escrituras e, portanto, seria melhor deixá-lo ir estudar em Bangkok. Desta forma os dois amigos, que haviam viajado juntos desde Wat Ban Kó, decidiram separar-se e seguir caminhos diferentes. Luang Pó começou sua jornada em direção a Luang Pu Man, e em seu grupo havia um total de sete pessoas viajando juntas: um noviço, dois leigos e quatro monges (dois da região central da Tailândia e dois da região nordeste). Eles primeiro caminharam de volta até Ubon Ratchatani e descansaram em Wat Ban Kó Nók por um período curto antes de começarem a caminhada em direção a Sakhon Nakhon.

Na décima noite chegaram a Prah Taht Panom, prestaram reverência à famosa estupa – que, diz-se, abriga uma relíquia de osso da região do peito do Buddha – descansaram uma noite e no dia seguinte continuaram sua marcha em direção ao distrito de Naké. Lá visitaram Ajahn Son em Pu Kó para estudar o modo de prática dele e ali permaneceram duas noites antes de seguir adiante. Desse ponto em diante separaram-se em dois grupos, porque Luang Pó queria visitar outros mestres e estudar seus estilos de prática antes de conhecer Luang Pu Man, para poder comparar os métodos de cada um.

De Pu Kó em diante eles enfrentaram muito cansaço e dificuldades. O noviço e os dois leigos que os acompanhavam sentiram que não seriam capazes de completar a jornada e decidiram voltar para casa. Já Ajahn Chah e os outros dois monges continuaram em frente sem aceitar a possibilidade de desistir. No final, o grupo chegou até o monastério de Luang Pu Man, Wat Nong Pue Nanai, em Sakhon Nakhon.

Assim que entrou no monastério, Luang Pó ficou impressionado com o ambiente pacífico, coberto de árvores nativas e impecavelmente limpo. Ele também notou o comportamento e as boas maneiras dos monges de lá, que o deixaram impressionado e mais satisfeito, mais do que em qualquer outro monastério que tivesse visitado até então. No começo da noite, juntou-se aos demais monges residentes do monastério para ir prestar reverência a Luang Pu Man e ouvir seus ensinamentos. Ao encontrá-lo, Luang Pu Man fez muitas perguntas sobre sua origem, em quais monastérios tinha morado e praticado e quantos anos de vida monástica possuía.

Ajahn Chah lhe disse que vinha do monastério de Luang Pu Pao e lhe mostrou a carta que o discípulo leigo de lá havia lhe dado para que entregasse a Luang Pu Man. Ao receber a carta ele disse: “Tahn Pao era um dos verdadeiros monges da Tailândia.” e então lhe falou sobre os dois sectos de budismo tailandês – Dhammayuta e

Mahā Nikāya – que de fato era um assunto que vinha preocupando Ajahn Chah já fazia algum tempo. Luang Pu Man explicou que, em termos de prática, se tomarmos o Dhamma-Vinaya como princípio, não precisamos ter dúvidas sobre secto algum. Portanto, não era necessário que Ajahn Chah mudasse de escola e se juntasse ao secto Dhammayuta, como era comum a monges discípulos de Luang Pu Man fazerem naquela época. Além disso, ele disse, o secto Mahā Nikāya também precisava de monges *kammatthāna*.

Ajahn Chah se interessava pelo estudo do Vinaya desde quando ainda morava em monastérios de cidade. Após começar a viver como monge *kammatthāna*, frequentemente conversava e trocava conhecimentos sobre as regras de Vinaya com os demais monges. Não foi diferente quando se encontrou com Luang Pu Man: uma das perguntas que mais queria fazer era justamente sobre Vinaya, e a explicação que Luang Pu Man lhe deu foi um momento muito importante na vida de Ajahn Chah, que serviu como ponto de referência em seu coração durante toda sua prática do Dhamma. Luang Pó contou detalhes sobre a conversa:

“Uma vez fui prestar reverência e consultar Tahn Ajahn Man. Naquela época eu tinha acabado de começar a praticar e tinha lido um pouco do Pubbasikkhā e o tinha compreendido bem. Aí fui ler o Visuddhimagga, que contém Sīlaniddesa, Samādhiniddesa, Paññāniddesa<sup>1</sup>... Minha cabeça quase explodiu. Concluí que estava além da capacidade de seres humanos praticar daquele jeito. Mas refleti um pouco mais e pensei que o Buddha não ensinava aquilo que está além da capacidade de seres humanos, não ensinava e não declarava porque aquilo não seria útil para ele mesmo ou para as demais pessoas. Ele não ensinava coisas que pessoas não conseguem fazer. O Sīlaniddesa é muito detalhado, o Samādhiniddesa também, Paññāniddesa ainda mais – eu sentei e pensei que não ia aguentar,

---

<sup>1</sup>Diferentes seções do livro abordando sīla, samādhi e paññā.

que não tinha como seguir em frente. Era como se não houvesse mais caminho.

Naquela época eu estava batalhando em minha prática, estava empacado. Por sorte tive a oportunidade de visitar Tahn Ajahn Man e lhe perguntei:

‘O que devo fazer? Comecei a praticar recentemente, mas não sei como devo prosseguir. Tenho muitas dúvidas, ainda não consegui encontrar um ponto de apoio para tocar minha prática.’

Ele disse: ‘O que está acontecendo?’

‘Estava procurando um caminho e então peguei o livro Visuddhimagga para ler. Tenho a sensação de que não vou conseguir, porque o que está escrito no Sīlaniddesa, Samādhiniddesa, Paññāniddesa me parece já não estar mais dentro da capacidade dos seres humanos. Eu tenho a opinião de que nenhuma pessoa neste mundo é capaz de fazer aquilo, é duro, é difícil estar sempre atento a todas as regras, sem exceções. É impossível, está além da capacidade de qualquer um.’

Então ele disse: ‘Tahn... É verdade que é muita coisa, mas, na verdade, é muito pouco. Se fomos lembrar de todas os itens do Sīlaniddesa, é verdade que será muito difícil, muito duro... Mas, na realidade, o que se chama Sīlaniddesa é uma explicação que se originou na mente humana. Se treinarmos nossa mente a ter vergonha, ter medo de fazer tudo aquilo que é errado, seremos uma pessoa atenta e cuidadosa graças àquele medo.

Quando for assim, isso será causa para sermos pessoas frugais. Não seremos pessoas sem moderação, porque assim não conseguiríamos respeitar nossos preceitos. Quando formos assim, *sati* ficará mais forte, teremos *sati* ao estar em pé, andando, sentado ou deitado, teremos que estar sempre resolutos em sustentar *sati* o tempo todo, plenamente. Você passará a ser cuidadoso.

Quando tiver dúvida se algo é correto ou errado, não o diga, não o faça! Se não sabemos algo, primeiro perguntamos ao professor; tendo perguntado e ouvido a explicação, apenas ouvimos e guardamos aquela informação; ainda não temos certeza, pois ainda não é algo que nasceu de dentro de nós mesmos.

Se formos lembrar de todos os detalhes, vai ser difícil. Mas será que já conseguimos aceitar que fazer o errado é incorreto e fazer o certo é correto? Já conseguimos aceitar isso ou não?’ – esse ensinamento dele é algo importante; não precisamos cuidar de toda e cada regra, cuidamos só da mente e já é suficiente.

‘Tudo aquilo sobre o que você foi ler nasce da mente. Se você não treinar sua mente para que tenha sabedoria e pureza, vai continuar duvidando infinitamente, vai ser sempre vítima de *vicikicchā*.<sup>1</sup> Portanto, traga todo o ensinamento do Buddha de volta à sua mente,<sup>2</sup> esteja atento à mente. Quando algo surgir, se ficar em dúvida, apenas renuncie àquilo – se ainda não tiver certeza, não faça, não fale. Por exemplo: ‘isso está certo ou errado?’ – se estivermos pensando assim, significa que ainda não sabemos de acordo com a verdade e, portanto, não devemos fazer aquilo, não devemos dizer aquilo, não devemos cruzar aquela linha.’

Eu estava sentado ouvindo isso e vi que era um Dhamma que estava de acordo com o ensinamento do Buddha que diz: ‘Qualquer ensinamento que leve a acumular *kilesas*, qualquer ensinamento que leve a gerar sofrimento, qualquer ensinamento que leve a poluir a mente com desejos sensuais, qualquer ensinamento que encoraje a falta de frugalidade, qualquer ensinamento que encoraje a ambição, qualquer ensinamento que encoraje juntar-se em grupos,<sup>3</sup> qualquer ensinamento que encoraje a preguiça, qualquer ensinamento que

---

<sup>1</sup>Dúvidas e incerteza sobre o caminho para iluminação. Um dos cinco obstáculos à concentração mental (*nīvaranas*).

<sup>2</sup>Tradução alternativa: ‘unifique o ensinamento do Buddha em sua mente’

<sup>3</sup>Em oposição a viver em reclusão.

leve alguém a ser uma pessoa difícil de satisfazer – um ensinamento que estiver de acordo com essas oito características, não estará de acordo com o ensinamento do Buddha. Caso contrário, estará correto.’

Se realmente estivermos interessados, nossa mente terá que ser a mente de uma pessoa que tem vergonha de fazer o mal, que tem medo do que é errado. Saiba na sua mente e, caso esteja em dúvida, não faça aquilo, não fale aquilo. *Samādhiniddesa* é a mesma coisa, é apenas um texto. Por exemplo, quando escrito em um livro, *hiri-ottappa*<sup>1</sup> é de um jeito, mas quando passa a existir em nosso coração, é de outro jeito...”

Após explicar isso, Luang Pu Man falou sobre *sīla*, *samādhi* e *paññā* até que todos estivessem satisfeitos e não tivessem mais dúvidas. Explicou também sobre os cinco poderes de um praticante (*pañca bālā*) e as quatro bases para o poder mental (*catu iddhipāda*). Todos os discípulos escutavam com atenção, interesse e com uma atitude pacífica. Ajahn Chah disse que, apesar de ter vindo caminhando de muito longe e estar se sentindo cansado, assim que ouviu o ensinamento de Luang Pu Man sentiu todo cansaço desaparecer e sua mente entrar em *samādhi*. Sentiu como se estivesse flutuando no ar. Eles ouviram Luang Pu ensinar até a meia-noite e então encerraram a reunião.

Na segunda noite, Luang Pu Man falou sobre diferentes aspectos do Dhamma e ao final do ensinamento Ajahn Chah sentiu que já não tinha mais dúvidas sobre como praticar. Ele sentiu uma quantidade de êxtase e deleite que jamais havia experimentado e sentiu inspiração e coragem para continuar trabalhando sem desistir até alcançar *nibbāna*. O ensinamento que Luang Pu Man enfatizou naquela ocasião foi “*sakkhiputtha*”, ser sua própria testemunha, ou seja, enxergar e saber por si mesmo. Outro ensinamento que impressionou

---

<sup>1</sup>Hiri: senso de pudor, vergonha. Ottappa: medo, receio. (pāli)

Ajahn Chah foi sobre a diferença entre a mente e as manifestações da mente:

“Com relação a essas manifestações, Tahn Ajahn Man disse que são apenas manifestações. Nós não entendemos isso e então achamos que são todas verdadeiras, pensamos que são nossa mente, mas na verdade são apenas manifestações. Assim que ele disse que são apenas manifestações, tudo ficou claro. Por exemplo, felicidade existe na mente, mas é apenas uma manifestação, é algo distinto da mente propriamente dita, existe num nível diferente dela. Se conhecermos essa verdade, abandonamos, largamos (o apego à felicidade). Essa é uma realidade convencional, mas ao mesmo tempo transcendental. É desse jeito. Algumas pessoas juntam tudo e dizem que aquilo é a mente, mas na verdade são apenas manifestações mentais e ciência fazendo contato dentro da mente. Se sabemos disso, vemos que não tem nada de mais.”

No terceiro dia, Ajahn Chah se despediu de Luang Pu Man e começou a caminhar em direção a Na Ké, em Nakhon Panom. Ele uma vez revelou a seus discípulos sobre a importância daquele encontro com Luang Pu Man:

“Eu ter adquiro sabedoria e inteligência a ponto de hoje poder partilhá-las com todos os senhores foi possível por ter prestado reverência a Luang Pu Man, por tê-lo encontrado e visto o monastério dele. Mesmo não sendo bonito, era um lugar muito limpo. Havia 50 ou 60 monges, mas o silêncio era absoluto! A ponto de que, quando queriam lascar madeira para ferver e fazer tintura para os mantos, levavam a madeira lá longe, porque tinham medo de perturbar a paz dos demais. Tendo realizado suas tarefas, cada um voltava para sua cabana para praticar meditação andando e não se ouvia som algum, a não ser o som de passos. Por volta das sete da noite íamos prestar reverência a Luang Pu Man e ouvir Dhamma. Terminado isso, por volta das dez ou onze horas, voltávamos às nossas cabanas levando o Dhamma que havíamos ouvido para contemplar. Quando

ouvíamos o ensinamento dele, nos sentíamos satisfeitos; quando praticávamos meditação sentados ou andando não sentíamos cansaço, tínhamos muita energia. Quando se encerrava a reunião, era um silêncio absoluto. Às vezes, dois monges moravam próximos e um notava que o outro praticava meditação andando o dia e a noite inteira, a ponto de querer ir olhar quem era aquela pessoa. Por que pratica meditação andando sem parar para descansar? É porque a mente dele está energizada...”

Muitos perguntam por que Ajahn Chah permaneceu com Luang Pu Man apenas três dias; se estava em busca de um professor, por que não permaneceu com Luang Pu Man? Luang Pó respondia a essa pergunta com um símile: “Uma pessoa com bons olhos, quando encontra uma lâmpada, vê a luz. Já uma pessoa cega, mesmo que se sente bem em frente à lâmpada, não vê nada.” Após esse encontro com Luang Pu Man, a fé de Ajahn Chah no ensinamento do Buddha ficou ainda mais forte, e ele agora estava disposto a arriscar sua vida no esforço para alcançar *nibbāna*, porque o caminho já estava claro para ele. Durante todo aquele período, quer Luang Pó estivesse andando ou sentado em meditação, ele tinha a sensação de que Luang Pu Man o estava acompanhando, dando-lhe conselhos, alertando-o o tempo todo.

Após deixar Luang Pu Man, Ajahn Chah e seus companheiros continuaram viajando em peregrinação, eventualmente parando para praticar em montanhas e florestas que encontravam no caminho. Quando alcançaram Na Ké, Tahn Bun Mi separou-se do grupo, que agora era composto apenas de Ajahn Chah, Tahn Luem e Anagārika Kéu. Um dia, Luang Pó e seus companheiros chegaram a uma floresta ao pé de uma montanha e, como já estava escurecendo, decidiram passar a noite ali. Por volta das nove da noite uma matilha de cães selvagens veio correndo de dentro da floresta. Quando viram Ajahn Chah, se aproximaram rosnando, demonstrando intenção de atacá-lo. Luang Pó foi pego de surpresa e não sabia o que fazer,



então apenas permaneceu sentado dentro de seu *glot*,<sup>1</sup> estabeleceu *sati* em sua mente e fez uma determinação: “Eu não vim aqui para agredir ninguém, vim por desejar praticar o bem; meu propósito é transcender *dukkha*, se no passado eu alguma vez os agredi, que vocês agora me mordam até a morte para que assim se encerre esse *kamma* antigo. Mas se nunca houve inimizade entre nós, que vocês me deixem em paz.”

Então sentou em meditação com os olhos fechados, disposto a renunciar à sua vida naquele instante. Os cães corriam ao redor dele latindo e rosnando, às vezes ameaçando invadir o *glot*. Ajahn Chah começou a sentir muito medo, mas após um instante meditando viu uma imagem de Luang Pu Man munido de uma lanterna andando em sua direção. Quando chegou ao local em que estava Ajahn Chah, gritou: “Fora! O que vocês querem com ele?”, e ergueu uma vara ameaçando bater nos cães. A matilha dissipou-se com medo e fugiu. Ajahn Chah pensou que Luang Pu Man realmente tivesse vindo salvá-lo e abriu os olhos esperando vê-lo à sua frente, mas não havia ninguém. Os cães também haviam desaparecido, sem sobrar nenhum.

---

<sup>1</sup> Uma espécie de guarda-chuva grande e robusto que os monges utilizam quando acampam na floresta. Por cima dele é posta uma tela contra mosquitos para proteger o monge durante a prática de meditação.



## 6. VENCENDO O MEDO DE FANTASMAS

Na manhã seguinte, Luang Pó e seus companheiros andaram até Wat Prong Klong, onde vivia Ajahn Kamdi, e pediram permissão para ficar por algum tempo. Estavam na estação seca e o chão já não estava mais úmido e, portanto, era uma boa época para viver ao ar livre, ao pé de uma árvore, por exemplo. Antigamente na Tailândia as pessoas simplesmente levavam os mortos a uma área afastada na floresta e queimavam ou enterravam o corpo ali. Não havia cemitérios como os normalmente encontrados no ocidente. Alguns monges do monastério haviam ido viver num cemitério de floresta como este em busca de reclusão e Luang Pó sentiu interesse em experimentar essa prática. Ele queria tentar porque pensou que, se não o fizesse, jamais saberia como era e quais benefícios trazia para a prática de meditação. Ao mesmo tempo, havia outra parte dele que não queria ir, pois desde criança sempre teve pavor constante de fantasmas. Após muito lutar consigo mesmo, conseguiu controlar-se e enfrentar aquele desafio. Muitos anos mais tarde ele relatou detalhes sobre o que ocorreu:

“Chegou a tarde e eu estava com muito medo, não queria ir. Não conseguia fazer nada, ordenava a mim mesmo a ir, mas não ia. Chamei um velhinho, Anagārika Kéu, para ir junto. Estava indo para morrer. ‘Se for para morrer, então que morra! Se vai ser tão teimoso, tão burro, então é melhor morrer.’ Era o que eu me dizia, mesmo

sabendo que no fundo não queria ir. Mas me obriguei a ir, porque se fosse esperar até que me sentisse plenamente preparado acabaria não indo nunca, e desse jeito não seria um treinamento. Tem que se obrigar a ir.

Cheguei ao cemitério e era minha primeira vez, nunca tinha ficado num cemitério antes. O anagārika veio acampar perto de mim, mas não deixei, mandei-o ir acampar lá longe. Na verdade eu queria que ele ficasse perto, mas não queria que minha mente se apoiasse nele, achando que tinha um amigo por perto e então não sentisse medo. Não deixei, mandei ir para longe para que eu não pensasse que poderia contar com ele. ‘Se sentir muito medo, então morra hoje à noite! Que é que tem?’ Mesmo com medo ainda fui em frente. Não pense que não tinha medo, mas eu também tinha coragem. ‘O máximo que pode acontecer é eu morrer, só isso...’

Assim que o sol se pôs, lá veio – que sorte, trouxeram um defunto! Tinha que ser assim, não? Nossa! Quando caminhava quase não sentia meus pés tocando o chão, queria fugir. Eles pediram que eu recitasse os cânticos para o funeral, mas eu não queria saber de recitar nada para ninguém e fui para longe deles. Passou um pouco e voltei: eles enterraram o defunto bem ao lado de onde eu estava acampado, pegaram o bambu que usaram para carregar o cadáver e construíram uma plataforma para que me sentasse. E agora, que fazer? A distância entre o cemitério e o vilarejo era de mais ou menos dois ou três quilômetros, não tinha outra opção a não ser morrer! E aí, o que fazer? Tem que deixar morrer, ora!

O anagārika veio pedir para ficar perto mas mandei ele embora. ‘Que eu morra! Para que tanto medo? Assim é mais divertido.’ Se não tiver coragem de fazer, nunca vai saber como é. Não era brincadeira, quando andava quase não sentia o chão. Foi escurecendo... ‘E agora, para onde vou fugir? Estou no meio de um cemitério numa floresta afastada... Ora essa, morra! Você nasceu para morrer, não foi?’ Lutava comigo desse jeito.

Quando chegou a noite, uma sensação me disse para ficar dentro do *glot*. Não conseguia mover a perna para caminhar. Minha sensação era de querer ficar no *glot*, mas eu continuava praticando meditação andando entre o *glot* e o local onde enterraram o cadáver. Quando caminhava em direção ao *glot* não era tão ruim, mas quando dava meia-volta e começava a caminhar... não sei explicar, é como se algo me puxasse para trás, uma sensação fria... É assim que se treina. Quando o medo ficou muito forte, eu não conseguia mais mexer a perna e então parava. Quando passava o medo, eu continuava a caminhar. Quando já estava bastante escuro, entrei no *glot* e senti um grande alívio no peito. Me sentia como que protegido por uma parede de várias camadas. Olhava minha tigela de esmolos e era como se fosse minha amiga. É possível uma tigela virar nossa amiga – se a pessoa não tem amigos, então pensa na tigela como uma amiga. Olhava para a tigela e sentia felicidade: a mente não tinha onde se apoiar, então se apoiava na tigela. É em situações como essa que enxergamos como é nossa mente.

Fiquei ali sentado dentro do *glot* esperando os fantasmas a noite inteira, até amanhecer. Não dormi nem um instante por causa do medo. Tinha tanto medo como coragem de treinar, coragem de fazer. Sentei firme a noite inteira, não senti sono – o sono também estava com medo de fantasmas. Sentei daquele jeito a noite inteira. Quem teria coragem de fazer isso? Na prática do Dhamma, se for para praticar seguindo suas vontades, quem iria praticar? Eu estava com medo àquele ponto, mas em qualquer coisa neste mundo, se não fizermos, não surge benefício já que deixamos de fazer. Prática é assim.

Quando amanheceu: ‘Ufa!’, estava feliz, não tinha morrido, me senti muito aliviado. Queria que só houvesse dia, não queria que houvesse noite. Minha vontade era matar a noite, queria que só houvesse dia. Que alívio: ‘Ufa! Dessa vez não morri!’ Durante o dia descansei um pouco, estava feliz por ter cerca de 50% de vitória. Pensei: ‘Não tem

nada de mais, é só medo.’ Achei que na segunda noite ia conseguir praticar sem problema, porque já tinha passado o pior: ‘Hoje à noite não deve ter nada de mais.’

Eu estava disposto a experienciar até cachorros: quando saí em *pindapāta*, um cachorro me seguiu e ameaçava me morder. Não o afugentei, deixei ele morder, deixava tudo ir às últimas consequências. Ele mordida de novo e de novo, às vezes ele acertava e eu sentia dor. Pensava que tinha rompido meu tendão. As mulheres do vilarejo não queriam ajudar a pegar o cachorro, porque achavam que um fantasma devia ter vindo (do cemitério) junto com o monge e o cachorro estava latindo para afastar o fantasma; então deixavam, não afugentavam o cachorro. Eu deixava morder. Na noite anterior quase morri de medo e de manhã um cachorro vem me morder, pois então que morda, talvez numa vida passada eu também o tenha mordido. Mas a mordida dele às vezes acertava, às vezes errava. É assim que se treina a si mesmo.

Voltei de *pindapāta* e comi. Quando terminei me senti feliz – o sol saiu e me senti acalentado. Descansei e pratiquei meditação andando. ‘Acho que hoje à noite vai ser boa minha prática, já passei no teste ontem à noite, não deve ter nada de mais.’ Foi só cair a tarde e lá vêm eles de novo trazendo mais um defunto, e agora era de um adulto. Desta vez foi ainda pior, vieram cremar bem em frente ao local onde eu estava acampado. Ôe! Ainda pior do que a noite anterior! Bom, eles vieram cremar e me convidaram para ir contemplar o cadáver,<sup>1</sup> mas não fui, só fui depois que eles foram embora. Foram embora e deixaram o cadáver queimando para eu ficar olhando sozinho. Não sabia o que fazer, não sei com o que poderia comparar aquela sensação de medo – ainda mais no meio da noite! O fogo queimava verde e vermelho e estalava, as chamas

---

<sup>1</sup> As cremações eram feitas a céu aberto usando lenha. O cadáver ficava exposto durante todo o processo, o que dava a oportunidade aos presentes de observar e refletir sobre a morte.

subiam e desciam. Não conseguia praticar meditação andando em frente à fogueira e assim que escureceu entrei no meu *glot*, como antes.

Passei a noite inteira naquele cemitério de floresta abandonado, fedendo à fumaça de cremação. Foi ainda pior do que na noite anterior. O fogo estalava, sentei de costas para a fogueira e nem considerei me deitar, não sabia como seria possível dormir, a ideia de dormir não me ocorria; passei a noite inteira completamente desperto – estava com medo. Tinha medo e não sabia a quem pedir ajuda. Só tinha eu ali, então só podia contar comigo mesmo. Não tinha para onde fugir. Pensava em ir embora, mas não tinha para onde fugir, porque a noite estava absolutamente escura. O jeito era morrer sentado ali mesmo, para onde ir? Se perguntasse para meu coração se queria praticar daquele jeito... nunca! Se dependesse dele, faria isso para quê? E quem nesse mundo alguma vez já pensou em atormentar a si mesmo a esse ponto? Só quem tem fé firme no ensinamento do Buddha, nos resultados da prática do Dhamma.

Me sentei de costas para o fogo sem saber o que iria acontecer. Por volta das dez da noite ouvi um barulho vindo da fogueira atrás de mim e achei que o cadáver tinha rolado para fora da fogueira e que alguns cães estavam brigando para comê-lo. Mas não era isso. Continuei ouvindo sentado e me pareceu que era um som de algo pesado se arrastando. Pensei: ‘Dane-se!’ Passados alguns minutos ele veio andando até mim, era um som como de uma pessoa caminhando atrás de mim, em minha direção. Era um passo pesado, parecia o passo de um búfalo, mas não era. Estávamos em março e as árvores estavam trocando folhas; o chão estava coberto de folhas secas e eu ouvia o som de passos sobre as folhas, um som alto e pesado. Onde estava acampado tinha um cupinzeiro. Ouvi o som dos passos dando a volta por trás do cupinzeiro e vindo em minha direção. Pensei: ‘Seja lá o que for que ele vai fazer comigo, é problema dele. Já decidi, estou disposto a morrer.’

Não tinha para onde fugir. Mas não veio mesmo até mim, continuou em frente com passos pesados em direção a onde estava Anagārika Kéu, lá longe. O som então cessou por causa da distância. Eu não sabia o que era porque só havia medo, e esse medo me fez pensar em várias coisas. Após cerca de meia hora ouvi o som dos passos voltando, vindos da direção do Anagārika Kéu. Era realmente como o som de uma pessoa andando em minha direção. Veio diretamente em minha direção, como se fosse me atropelar. Decidi ficar sentado de olhos fechados: não iria abrir os olhos para ver o que era. ‘Se for para morrer, vou morrer deste jeito.’ Quando chegou até onde eu estava, parou de repente e ficou em pé, em silêncio, bem em frente a meu *glot*. Minha impressão era como se mãos em chamas estivessem tentando agarrar algo bem à minha frente. ‘Ôe, desta vez eu morro...’ Meu corpo inteiro estava duro como pedra, esqueci completamente de ‘buddho’, ‘dhammo’, ‘sangho’, só havia medo em mim, estava tenso como a pele de um tambor. Não tinha como fugir, só havia medo. Quando penso a respeito, vejo que desde que nasci nunca houve outra ocasião em que senti tanto medo. Não sabia mais o que era ‘buddho’, ‘dhammo’, ‘sangho’, estava tenso como a pele de um tambor. ‘Bom, se você vai ficar aí, eu vou ficar aqui!’ Não conseguia pensar em nada, não sabia dizer onde estava sentado, não conseguia dizer se estava flutuando no ar ou sentado numa cadeira – fixei completamente minha mente em *sati*.

Estava com muito medo, então foi como quando colocamos água num jarro – se colocar muita água, ela acaba transbordando e vaza para fora. Deve ter sido assim porque eu estava com muito medo mesmo e então veio para fora. Me perguntei:

‘Todo esse medo, é medo do quê? Por que tanto medo?’ Eu não disse isso, meu coração sozinho foi quem falou e logo veio a resposta:

‘Estou com medo da morte.’ – foi o que ele disse. Então perguntou de novo:



‘Onde mora a morte? Por que está com ainda mais medo do que as pessoas comuns do vilarejo e da cidade?’ Investiguei a morte, fui perguntando, perguntando e achei uma resposta:

‘Morte mora em mim e, sendo assim, para onde seria possível fugir e escapar disso? Sempre que eu fugir e correr, ela correrá junto; onde me sentar, ela estará sentada junto; se me levantar e for embora, ela se levanta e vai junto porque morte mora em mim, não há para onde ir. Não importa se tenho ou não medo da morte, ainda assim tenho que morrer porque a morte mora em mim. Não é possível fugir.’ – encerrei a conversa desse jeito. Quando as perguntas e respostas se encerraram, a sensação, a percepção antiga mudou, se transformou. Era completamente diferente, como a palma e as costas da mão. Fiquei maravilhado em ver como um medo tão forte podia sumir e ‘não estar com medo’ surgir em seu lugar.

Meu coração subiu ao céu! Assim que consegui vencer o medo, começou a chover. Não sei se era uma chuva celestial ou o quê, tinha raio, trovão e vento. O barulho dos trovões era muito alto, mas eu não tinha mais medo; árvores ao redor caíram, mas eu nem me interessei. Choveu muito forte e todas minhas roupas e pertences ficaram encharcados. Quanto a mim, permaneci sentado, imóvel como antes, e em seguida chorei. O choro foi automático, as lágrimas jorravam e desciam pelo meu rosto. Chorava porque pensava: ‘Pareço um órfão sem pai nem mãe. Estou aqui sentado tremendo e tomando chuva como um indigente.’ Então pensei: ‘Aqueles que moram em casas confortáveis não devem imaginar que esta noite um monge irá sentar a noite inteira sob a chuva. Eles provavelmente não pensam nisso, devem estar dormindo tranquilos enrolados em cobertores em suas casas, mas eu estou aqui sentado tomando chuva a noite inteira, por que isso?’ Fui pensando assim e senti tristeza pela minha vida e então chorei, as lágrimas jorrando... ‘Bom, que essas lágrimas jorrem até acabarem, que não sobre nada!’ Prática é assim, ela tem uma dinâmica própria.

Mas não sei como expressar o que aconteceu em seguida, não sei como expressar. Eu apenas continuei sentado, mas, tendo vencido, coisas começaram a surgir automaticamente, todo tipo de coisa para que eu visse e conhecesse. Todo tipo de coisas, tão variadas que é impossível descrever até o fim. Pensei no que o Buddha disse: *paccattam veditabbo viññūhi* – os sábios saberão por si mesmos. É verdade mesmo. Eu estava sofrendo e tomando chuva daquele jeito, quem saberia disso se não eu? Só eu sabia, é *paccattam*<sup>1</sup> desse jeito. Senti muito medo e então vi o medo desaparecer. As pessoas comuns não têm como saber isso, só eu o sei porque é *paccattam*. Para quem poderia dizer isso? Para quem poderia contar isso? É *paccattam*. Quanto mais contemplava, mais certeza surgia em mim, meu coração ganhava ainda mais força, minha fé ficava ainda mais firme. Continuei contemplando até amanhecer.

Quando amanheceu e abri os olhos, onde quer que olhasse estava banhado de luz amarela, o mundo inteiro. O perigo havia passado. Durante a noite, dentro do meu *glot*, senti vontade de urinar, mas por causa do medo não tive coragem de levantar, então reprimi a vontade. Após um tempo a vontade passou. Pela manhã, quando levantei, onde quer que olhasse estava banhado de amarelo com o sol da manhã. Fui tentar urinar porque estava com vontade desde a noite passada, mas só saiu sangue. Desconfiei que algo dentro de mim devia ter rasgado. Me assustei e pensei que certamente tinha algo errado dentro de mim, mas um pensamento se interpôs imediatamente e disse: ‘Quem rasgou? Rasgou sozinho.’ – o pensamento surgiu e dissipou a dúvida com uma tacada só – ‘Deixe rasgar, deixe morrer. Eu só estava sentado, não fiz nada. Se quiser rasgar, que rasgue!’ O pensamento dizia assim, como duas pessoas disputando algo, um puxava para um lado e outro puxava para o outro. Uma parte de mim me oprimia dizendo que eu estava em

---

<sup>1</sup>Algo que só pode ser visto por si mesmo, experienciado por si mesmo (*pāli*).

perigo, outra parte revidava imediatamente. Quando urinei estava cheio de sangue e então pensei:

‘Onde encontrar remédio?’

‘Não vá procurar. Vai procurar aonde? Monges não podem cavar raízes. Se for a hora de morrer, então deixe morrer. Que fazer? Será uma boa morte. Se for para morrer por ter praticado o Dhamma, estou 100% disposto a morrer. Se for morrer por ter feito algo ruim, então não vale a pena. Morrer desse jeito é apropriado, deixe morrer!’ Era assim que meu pensamento dizia.

Havia chovido a noite inteira e quando amanheceu tive febre. Meu corpo inteiro tremia. Aí fui até o vilarejo recolher *pindapāta*, mas só me deram arroz puro. Enquanto caminhava de volta notei um velhinho carregando duas ou três vagens e uma garrafa de molho de peixe andando atrás de mim. Pensei comigo mesmo: ‘Será que esse leigo vai cozinhar as lentilhas e me oferecer?’ Fui pensando assim até que o leigo começou a cozinhar. Eu mesmo não sabia se ia comer ou não, porque achei que se comesse a febre ia aumentar, pois sou alérgico. Ele continuou cozinhando e eu continuava pensando sozinho: ‘Como ou não como?’, porque não tinha mais nada além de arroz, estava na floresta, tinha só arroz puro, não tinha mistura... Ele continuava cozinhando e eu continuava pensando. Ainda não tinha certeza se ele iria oferecer ou não, mas continuava pensando. Quando terminou, ele trouxe a comida para oferecer e eu recebi.

Recebi e coloquei dentro da tigela, mas ainda não tive coragem de comer, só fiquei ali, refletindo. Pensei: ‘Sabendo que vai piorar minha febre, se comer vai ser por pura ganância. Se não for isso, então não sei o que é... Não seria melhor comer arroz puro?’ Eu olhava os pensamentos competindo e no final veio a decisão: ‘Que seja ganância, mesmo que houvessem outras opções eu provavelmente ainda comeria, mas aqui só tem uma, então vou comer. O que pode acontecer? Se a febre piorar o que vou fazer? Mesmo que piore

não deve chegar a me matar. Ou alguém vai ter que vir me socorrer ou vou ter que vomitar a comida. Se morrer, não tem problema. Se morrer, não há como alguém vir ajudar – morro de vez.’ Após conseguir me decidir, comi. Refleti até não ter mais dúvida e então comi. Terminado, recitei uma benção para o leigo e ele foi embora.

Por volta do meio-dia me lembrei das vagens. Sentia minha cabeça girar, meus pelos se arrepiavam, era como se fosse ter febre. Eu realmente sou alérgico àquelas vagens. ‘Bom, venha o que vier. Se não tiver quem venha me ajudar vou ter que vomitar, isso se não morrer...’ Fui empurrando, empurrando e por volta da uma da tarde o vômito veio de verdade. Quando chega a hora, tem que vomitar mesmo, se não fosse assim ia ter que vir alguém me socorrer. Eu pensava dessa forma e deixava as coisas acontecerem.”

Depois de passar sete dias praticando naquele cemitério, Luang Pó ficou muito doente e teve que voltar ao monastério de Ajahn Kamdi para descansar e recuperar-se. Permaneceu lá por cerca de dez dias até que cessasse a febre, e então se despediu de Ajahn Kamdi e foi praticar à beira de um bosque perto de Ban Tóng por vários dias. Em seguida caminhou em direção de Ban Nong Hi, em Nakhon Panom, com a intenção de visitar Wat Pah Metta Vivek, onde morava Ajahn Kinari Candyio.

## 7. LUANG PU KINARI

Quando Luang Pó chegou a Wat Pah Metta Vivek, seu manto estava em péssima condição e necessitando renovação urgente:

“Vinha usando o mesmo sarongue por dois anos até ele começar a rasgar por completo. Toda vez que me sentava, tinha que levantar o manto um pouco porque ele estava tão velho que grudava no corpo, não deslizava como um pano novo. Naquela época estava em Ban Pah Tao e estava suado, varrendo o chão. Me distraí e sentei de supetão, sem erguer o sarongue, e ele rasgou bem no meio do traseiro. Tive que procurar um pano branco para vestir, mas não consegui achar um pano para remendar meu sarongue. Tive que lavar um pano de chão e usá-lo para costurar por dentro.

Então sentei e pensei: ‘Eh! Por que o Buddha faz as pessoas sofrerem desse jeito? Não posso pedir a ninguém,<sup>1</sup> não posso fazer nada.’ Fiquei desanimando porque meu manto e sarongue estavam rasgados. Me sentei em meditação e mudei de atitude: ‘Que seja! Não importa o que aconteça, não vou desistir, se não tiver o que vestir, então não visto, fico pelado de vez.’ Meu coração era resoluto a esse ponto, pensava em levar tudo até os extremos e ver o que acontecia. Daí em diante comecei a usar o manto todo remendado, aonde quer que fosse me vestia daquele jeito.

---

<sup>1</sup> A regra monástica estipula limites sobre o que um monge pode pedir aos leigos e quando pode fazê-lo.

Voltei para prestar reverência a Ajahn Kinari e fiquei por um tempo, mas morar com ele não era como morar com qualquer outra pessoa, porque o comportamento dele não era igual ao de ninguém. Ele apenas olhava e eu não pedia nada. Se o manto rasgava de novo, eu procurava mais um retalho e remendava. Ele não me convidou a permanecer no monastério e eu também não pedi permissão, mas fiquei lá com ele. Ia praticando, um não falava com o outro, era como se competíssemos para ver quem ia falar primeiro.

Quando chegou perto do começo do *vassa*, ele deve ter dito aos familiares dele que havia um monge com um manto em trapos e pedido que costurassem um manto para oferecer. Digo isso porque trouxeram pano para oferecer, era um pano de confecção caseira, muito grosso, tingido com jaca,<sup>1</sup> e usaram um fio grosso, como aqueles utilizados em cerimônias de funeral, para costurar. Costuraram tudo manualmente, e as monjas ajudaram. Fiquei muito feliz. Usei por quatro ou cinco anos sem que rasgasse. Na primeira vez que usei, fiquei parecendo um jarro de barro, porque o pano ainda estava rígido (por causa do tingimento), ainda não havia amaciado, e quando eu andava, fazia um barulho: ‘flop-flop’. Pior ainda se vestisse o *sanghāti*<sup>2</sup> – ficava ainda mais gordo. Mas nunca reclamei, levou uns dois anos para que o pano amaciasse. Usava sempre aquele manto e sempre pensava com gratidão a Luang Pu porque me deu sem que eu precisasse pedir, foi muita sorte minha. Desde que recebi aquele manto me senti feliz e tranquilo.

Olhei para minha conduta desde o passado, no presente e futuro, e isso me fez pensar que qualquer *kamma* que realizamos e não está errado, não traz sofrimento, traz apenas bem-estar, é um bom *kamma*. Eu pensava dessa forma, via nesses termos e gostei do que vi, então acelerei minha prática com força total. Com relação àquele

---

<sup>1</sup> Os monges da floresta na Tailândia costumam tingir seus mantos com pigmento obtido da madeira do pé de jaca.

<sup>2</sup> Manto de duas camadas utilizado para proteger os monges do frio (*pāli*).

manto, se o vestisse, subisse uma montanha e me encontrasse com um tigre, eu digo que o tigre não ia ter coragem de atacar – assim que ele chegasse perto e visse o manto, ia fugir tremendo!”

Mas provavelmente o maior problema para Luang Pó durante esse período ainda era desejo sexual. Quando chegou em Wat Ban Tóng, em Nakhon Panom, foi posto frente a frente com seu velho inimigo e quase foi derrotado. Ele teve que fugir no meio da noite por causa de uma bela e abastada viúva que lhe oferecia comida todo dia. Não demorou muito para Luang Pó perceber que ela tinha segundas intenções com relação a ele, e ele mesmo sentia sua mente fraquejar. *Kilesas* e *Dhamma* lutavam ferozmente dentro da sua mente, até que uma noite, quando estava pensando tanto naquela mulher a ponto de sentir que já não podia mais confiar em si mesmo, decidiu recolher seus pertences e partir imediatamente. Ele apressou-se para acordar Anagārika Kéu:

“Não podemos ir amanhã?”, Kéu perguntou.

“Não! Temos que ir agora mesmo!”

Muitos anos mais tarde, quando morava em Wat Nong Pah Pong e já havia conquistado essa *kilesa*, Luang Pó foi ensinar *Dhamma* em Wat Ban Tóng e falou sobre os velhos tempos. Contou em tom de brincadeira aos moradores sobre as dificuldades que encontrou em sua prática: “Oh! Eu tinha muitos desejos, mas minha maior tentação foi essa mulher aqui.” (apontando para aquela viúva, que então estava sentada junto aos demais, ouvindo os ensinamentos).

E foi realmente difícil como ele disse. Quando retornou ao monastério de Luang Pu Kinari para passar o vassa, o desejo sexual voltou a desafiá-lo com ainda mais intensidade do que em ocasiões anteriores. Durante um período em que estava praticando de forma intensiva, essa *kilesa* começou a atormentá-lo com violência. Quer estivesse andando, sentado ou em qualquer postura, Luang Pó via imagens do órgão sexual feminino por toda parte. A sensação de

desejo era tão forte que ele quase não conseguia praticar meditação; tinha que lutar com aquela sensação e com aquelas imagens com muito esforço. Luang Pó contou que o desejo sexual durante aquele período o oprimia tanto quanto a sensação de medo o oprimiu durante aquela noite que passou no cemitério. Ele não podia praticar meditação andando porque seu órgão sexual roçava contra o sarongue e ficava estimulado. Ele então pediu para um leigo abrir uma área no meio da floresta para que ele pudesse praticar meditação andando longe das vistas das demais pessoas e assim poder levantar seu sarongue e amarrá-lo à cintura. Ele teve que aguentar aquele embate com desejo sexual por dez dias antes que a sensação e as visões comesçassem a retroceder.

Luang Pó contava essa história a seus discípulos porque sabia que ela seria uma boa fonte de Dhamma, especialmente para monges mais jovens, pois mostra que mesmo um grande mestre como ele teve que enfrentar esse desafio, além de provar que, por mais forte que seja o desejo, uma pessoa realmente resoluta será capaz de vencê-lo. Em 1968, quando um discípulo estava coletando informações e histórias para escrever uma biografia de Ajahn Chah, Luang Pó contou-lhe sobre esse evento, mas o discípulo ficou em dúvida se seria apropriado incluir essa história no livro ou não, por achar que causaria embaraço a Luang Pó, mas ele insistiu: “Você tem que incluir. Se não incluir essa história no livro, é melhor não escrever!”

Durante aquele ano (seu oitavo como monge), Luang Pó começou a procurar um método para controlar seu desejo sexual, mas ainda não havia encontrado nenhum que desse resultados satisfatórios:

“Eu não olhei para o rosto de mulheres durante todo o *vassa*. Eu ainda conversava com elas, mas não olhava no rosto. Mas tinha que segurar meus olhos – eu queria olhar desesperadamente. Ao final do *vassa* pensei: ‘Vou dar uma olhada, pois não vi o rosto de uma mulher durante três meses. A essas alturas as *kilesas* já devem estar enfraquecidas’. Assim que pensei e olhei – Oh! Ela estava usando



um vestido vermelho extravagante, e só uma olhadela foi suficiente: meus braços e pernas ficaram dormentes. Pensei comigo mesmo: ‘Puxa, quando essas *kilesas* vão desaparecer?’ e fiquei desanimado. Mas não é assim, esse tipo de coisa tem que surgir da prática para que possamos conhecer as coisas como realmente são. Mas no começo é preciso se afastar do sexo oposto.”

Eventualmente ele venceu essa guerra e, graças a ter passado por tantas experiências difíceis, mais tarde pôde ajudar seus discípulos com muitos conselhos sobre como lidar com esse inimigo. Por exemplo, numa ocasião em que um jovem monge queria abandonar a vida monástica para se casar, ouvindo o conselho que Luang Pó dá ao rapaz podemos ter uma ideia melhor de quais métodos ele utilizou para derrotar o desejo sexual:

“Transforme seu amor atual em um amor universal, um amor por todos os seres, um amor como o da mãe e do pai pelo filho. Eu mesmo moro com vocês e os amo como se fossem meus filhos e netos. Lave seu amor, removendo dele o desejo, da mesma forma que fazemos com o inhame silvestre: temos que deixar de molho para remover o veneno antes de comer. Com o amor é a mesma coisa: temos que contemplar, temos que olhar até enxergarmos o sofrimento e aos poucos ir removendo o micróbio da obsessão para que sobre somente amor puro, como o amor de um mestre pelo discípulo.

Eu já passei por esse amor de juventude, entendo como você se sente. Se não remover o desejo de dentro desse amor, mesmo quando for velho o veneno ainda estará ativo. Pegue a mácula do desejo sexual e reflita sobre ela até conseguir abandoná-la. Se não conseguir resolver isso usando sabedoria, se não conseguir diminuir a força do desejo, então fuja e vá recuperar seu equilíbrio e depois volte novamente. Isso se chama ‘cair e saber levantar-se’, ‘deixar escapar, mas não deixar cair’. Não se deve cair e ficar deitado como um defunto, afundado em desejo sexual. Ter família é estar preso, não

se pode ir a lugar algum, não se pode sair em peregrinação, não se pode viver junto a um mestre. O filho chora, a esposa reclama, o sogro critica, a sogra xinga. As louças e talheres vão aprisioná-lo por completo, pense bem!

Tem um ditado que diz: ‘Cinco coisas impossíveis de impedir: a chuva que está por cair, a diarreia que está por explodir, uma pessoa que está para morrer, uma mulher que vai dar a luz e um monge que quer largar o manto.’ Eu acredito nos quatro primeiros, mas não acredito no último item. Eu digo que é possível impedir um monge que queira largar o manto. Eu mesmo já pensei em largar o manto, mas consegui mudar de ideia. Após largar o manto teria que assumir responsabilidades, construir uma reputação, um ego; não é simples e livre como a vida monástica. As pessoas dizem: ‘Viver sozinho é tranquilo, mas não é divertido. Viver com alguém é divertido, mas não é tranquilo, traz sofrimento.’ Eu digo que é divertido, mas só um pouco, como o gosto de uma comida que é agradável só na ponta da língua, mas assim que engolimos o sabor desaparece. Já a prática do Dhamma, se praticarmos até a mente se pacificar e enxergar o Dhamma, é muito tranquila. Às vezes há tanta felicidade que não sente necessidade de comer, chega-se a esse ponto, não é agradável só na ponta da língua.

...Ajahn Tongrat, um dos meus professores de *kammatthāna*, uma vez pensou em largar o manto. Não dava ouvidos a ninguém, queria apenas largar o manto e nada mais. Ele então pediu um machado emprestado a um leigo e começou a rachar lenha. Rachou por três dias e três noites até que suas mãos começaram a sangrar e ele ficou exausto. Então perguntou a si mesmo: ‘E então, quem é o chefe aqui?’ – ele perguntou às suas próprias *kilesas*. Amor é assim mesmo, mesmo os nossos mestres já passaram por isso. Tahn Ajahn Ngai, por exemplo: ele se apaixonou por uma moça que oferecia *pindapāta* para ele. Os amigos dele o pegaram e trancaram dentro de um templo e o mandaram praticar meditação. Ele ficou trancado

sem comer por cinco dias e então sua mente mudou: ele viu *asubha*,<sup>1</sup> e isso fez sua mente se unificar e enxergar o Dhamma; e assim ele conseguiu escapar.

Desejo sexual é o ponto fraco de todos nós; temos que usar a contemplação de *asubha* para resolver esse problema. Teste suas forças para poder conhecê-las, mas não deixe as *kilesas* atacarem seu ponto fraco até você ser nocauteado. A prática tem que ser flexível: se as *kilesas* atacarem por cima, temos que nos esquivar para baixo; se não conseguir devolver os golpes, pule para fora do ringue e fuja – não fique trocando socos se não tem força suficiente, ou vai acabar sendo nocauteado.”

No entanto, o período que Luang Pó passou em Wat Pah Nong Hi não rendeu apenas histórias ruins, muito pelo contrário. Certo dia, após terminar sua prática de meditação, Luang Pó resolveu descansar em sua cabana e deitou-se sem perder *sati*. Assim que começou a cair no sono, surgiu uma visão de Luang Pu Man se aproximando segurando nas mãos uma joia que, ao chegar, entregou a Ajahn Chah, dizendo: “Chah, eu lhe dou esta joia. Veja como brilha!”. Ajahn Chah sentou-se e levantou as mãos para receber a joia. Quando voltou a seu estado mental desperto, estava sentado e ainda tinha as mãos estendidas como na visão que acabara de ter. Esse evento lhe trouxe muita energia, e desse ponto em diante *sati* estava sempre presente. Ele se sentia muito feliz e estava resoluto em investigar o Dhamma e ganhar maior conhecimento sobre o caminho de *kammattāna*.

Durante aquele período, Luang Pó estudou com Luang Pu Kinari e tornou-se próximo a ele. Pôde observar seu modo de prática e desenvolveu muito respeito e admiração por ele. Luang Pu Kinari era discípulo de Luang Pu Sao, mas muito poucos o conheciam porque ele era uma pessoa distante, que gostava de viver em reclusão. Era um mestre que tinha um modo de prática muito simples e admirável:

---

<sup>1</sup>O aspecto repugnante do corpo humano (pāli).

vivia em reclusão, era firme em sua prática, era frugal e todos seus pertences eram velhos e gastos, a maioria tendo sido fabricada por ele mesmo. Uma característica marcante de Luang Pu Kinari era ser muito diligente em todo tipo de trabalho que um monge pode realizar. Ele nunca ficava parado, exceto quando praticava meditação, e manteve esse comportamento mesmo em idade avançada.

Ajahn Chah conta que, durante aquele vassa que passou com Luang Pu Kinari, ele mesmo estava praticando com força total. Praticava meditação andando até sob a chuva, praticava tanto que o espaço usado para caminhar virou uma vala. Mas quando olhava para Luang Pu Kinari, via que ele quase nunca fazia nada disso. Às vezes praticava só um pouco, parava e ia remendar um pedaço de pano; se não fosse isso, ia fazer algum outro trabalho.

“Eu olhava para ele com desdém, pensando: ‘Onde esse ajahn pensa que vai chegar desse jeito? Não pratica meditação andando, não senta em meditação por longos períodos, fica só ocupado fazendo isso e aquilo o dia inteiro. Mas eu pratico sem parar e ainda assim não consegui alcançar conhecimento algum. O que é que Luang Pu espera alcançar praticando tão pouco?’

Mas era eu quem pensava errado: Luang Pu já tinha muito mais conhecimento do que eu. Os ensinamentos dele eram curtos e muito raros, mas eram profundos e munidos de sabedoria afiada. Seu pensamento era muito mais amplo do que minha sabedoria jamais poderia ser. A verdadeira essência da prática é o esforço para remover as impurezas de dentro do coração; não devemos tomar apenas as posturas externas do mestre como ponto de referência.”

Certo dia, Ajahn Chah estava com pressa, fazendo um trabalho de costura. Não queria descansar porque pretendia terminar rápido para voltar a praticar. Luang Pu Kinari passou por perto e o alertou com um ensinamento curto: “Prática é ter *sati* o tempo todo, não

importa o que estiver fazendo. Praticar movido por ganância já é estar errado desde o começo.”

Ajahn Chah viveu com Luang Pu Kinari apenas por um vassa, mas desde então, sempre que passava pela área, parava para visitar, prestar reverência a Luang Pu e ouvir seus curtos ensinamentos e conselhos. Sempre que Ajahn Chah falava sobre o hábito de Luang Pu Kinari de dar ensinamentos curtos, ele fazia piada de si mesmo, porque naquela época sua prática ainda não havia progredido muito e ele nem sempre conseguia entender para onde Luang Pu estava apontando:

“‘Buddho, buddho! Se buddho estiver a três metros de distância, traga-o de forma que fique a apenas um metro, traga-o até a distância de um braço, traga-o para que fique ao alcance da mão, traga-o a um palmo de distância. Traga-o ainda mais perto – para dentro do seu coração, bem aqui!’, Luang Pu só dizia isso e eu não sabia do que ele estava falando: ‘Puxe para perto como quem conduz um búfalo pelo nariz!’ ”

Em outra ocasião, Luang Pu Kinari ensinou sobre encontrar equilíbrio na prática do Dhamma com uma frase curta, cujo significado Ajahn Chah levou muito tempo para compreender: “Maddi<sup>1</sup> não era alta ou baixa, não era escura ou clara, não era gorda ou magra. Tudo nela era ideal para que fosse bela.”

Por essas e outras razões, Ajahn Chah sempre teve muita gratidão por Luang Pu Kinari e sempre o mencionava como um de seus mestres. Após Ajahn Chah estar estabelecido em Wat Nong Pah Pong e Luang Pu Kinari ter alcançado idade avançada, Ajahn Chah costumava enviar seus monges a Wat Pah Nong Hi para cuidar dele, além de enviar medicamentos e recursos materiais sempre que

---

<sup>1</sup>A esposa do bodhisatta Vessantara. Vessantara foi a vida passada do Buddha na qual ele aperfeiçoou a qualidade da caridade (dāna pāramī).

necessário. Após a morte de Luang Pu Kinari, foi Ajahn Chah quem se responsabilizou por realizar todos os arranjos para o funeral.

Ajahn Chah ainda permaneceu com Luang Pu Kinari durante a estação seca de 1948, e então se despediu para continuar sua vida na estrada. Antes que partisse, Luang Pu lhe deu um curto aviso, como era seu costume: “Tahn Chah, tudo na sua prática está bom, mas peço que tenha cuidado com dar ensinamentos.”

## 8. DE VOLTA À ESTRADA

Um monge chamado Luam acompanhou Luang Pó durante aquela nova peregrinação. Certo dia, pararam para descansar num cemitério de floresta perto de um vilarejo e dois garotos portadores de deficiência física vieram conversar com eles. Ambos ficaram interessados em enfrentar os perigos da vida em peregrinação e pediram permissão para juntar-se a eles na viagem. Luang Pó não se opôs e, após terem recebido permissão de seus pais, os garotos juntaram seus pertences e passaram a acompanhar os monges na estrada. Tahn Luam os ensinou o método para prática de meditação sentada e andando e ambos conseguiam praticar de forma satisfatória; eram bastante resolutos e esforçados. Certa vez Luang Pó falou sobre eles:

“Aqueles dois garotos, apesar de aleijados, ainda tinham fé no *Buddha Sāsana*. Fizeram o esforço de se juntarem à viagem enfrentando todas as dificuldades. Observá-los me fez refletir sobre vários aspectos do Dhamma. Um tinha as pernas boas, boa visão, mas era surdo. O outro tinha boa audição, boa visão, mas uma perna era torta. Na hora de caminhar, o da perna torta andava, mas várias vezes a perna torta se enroscava com a perna boa e o fazia tropeçar e cair. Já o que era surdo, quando falávamos com ele tínhamos que usar as mãos, mas quando ele dava as costas não adiantava chamar porque ele não escutava. Foi real interesse que fez esses dois aleijados

quererem juntar-se à viagem, e a deficiência física não era obstáculo à determinação deles.

Peço que todos aqui tenham determinação de verdade; assim alcançaremos todos nossos objetivos. Esses dois garotos não desejaram aquela deficiência física. A mãe e o pai deles tampouco queriam que os filhos fossem aleijados, mas ainda assim não conseguiram escapar à lei do *kamma*. É como o Buddha dizia: ‘Todos os seres são donos de seu *kamma*, são herdeiros de seu *kamma*, nasceram de seu *kamma*.’ Quando refleti sobre a deficiência dos dois garotos que se juntaram à viagem, aquilo virou um ensinamento para mim mesmo: ‘Esses dois garotos têm deficiência física, mas são capazes de trilhar o caminho e atravessar selvas e florestas, mas eu sou deficiente em meu coração, pois ele ainda possui *kilesas* dentro de si. Essas *kilesas* vão me levar a atravessar as florestas? Esses dois garotos com deficiência física não oferecem perigo a ninguém, mas se uma pessoa tiver muitas deficiências em seu coração, ela criará confusão e dificuldades que farão os demais sofrerem muito.’

Certo dia, a peregrinação os levou a uma grande floresta perto de um vilarejo em Nakhon Panom. Eles chegaram ao pôr do sol e por isso decidiram passar a noite ali. Lá havia uma trilha abandonada que aparentemente cruzava a floresta inteira e levava às montanhas, o que fez Luang Pó então lembrar-se de um velho ditado que diz: “Se for à floresta, não deite em uma trilha antiga.” e ficar curioso em saber qual seria a razão para isso. Ele queria descobrir qual o significado do ditado e por isso mandou Tahn Luam acampar dentro da floresta, enquanto ele acamparia bem no meio da trilha. Os dois garotos acamparam entre ele e Tahn Luam, ao lado da trilha, para que pudessem ver ambos. Eles começaram a noite praticando meditação, mas Luang Pó deixou sua proteção contra mosquitos erguida para que os meninos pudessem vê-lo e assim não sentissem medo.



Já tarde, ele deitou-se sob seu *glot* na postura do leão,<sup>1</sup> obstruindo a trilha – de costas para a floresta e de frente para o vilarejo.

Enquanto estava deitado, ainda praticando meditação, ouviu o som de passos sobre as folhas secas, passos vagarosos e ritmados chegando cada vez mais perto e trazendo consigo um cheiro pungente de carne podre que logo impregnou toda a área. Luang Pó continuou deitado imóvel, plenamente ciente de que aquele som e cheiro não poderiam ser de outro animal senão um tigre. Parte dele sentiu medo de morrer a ponto de começar a tremer, mas a parte guerreira que havia dentro de si mais uma vez emergiu e raciocinou: “Não se preocupe com perder esta vida. Mesmo que o tigre não nos mate, ainda teremos que morrer. Se morrermos enquanto caminhamos seguindo os passos do Buddha, nossa vida terá valido a pena. Estou disposto a servir de comida de tigre caso no passado tenha bebido o sangue ou comido a carne dele, pois assim vai se encerrar minha dívida cármica; mas se nunca tivemos inimizade no passado, provavelmente não haverá perigo.” Tendo pensado isso, Luang Pó trouxe à mente as Três Joias<sup>2</sup> e também tomou sua pureza de *sīla* como refúgio naquele momento difícil. Assim que ele refletiu dessa maneira, sua mente ficou clara, leve e livre de quaisquer preocupações.

O som do tigre caminhando cessou, mas Luang Pó ainda conseguia ouvir a respiração dele a cerca de cinco metros de distância. Após um instante, o animal deu meia-volta e foi embora, retornando para dentro da floresta. E assim Luang Pó conseguiu descobrir a razão pela qual os antigos costumavam dizer: “Se for à floresta, não deite em uma trilha antiga.”

Sobre esse assunto, Luang Pó uma vez disse: “Abandonar o temor por nossa vida, abrir mão dela sem remorso, sem medo de morrer, faz surgir verdadeira leveza e bem-estar na mente. *Sati* e sabedoria

---

<sup>1</sup>O Buddha recomendava que os monges sempre dormissem deitados sobre o lado direito do corpo.

<sup>2</sup>O Buddha, o Dhamma e a Sangha.

ficam afiadas, destemidas e nos acompanham como nossa própria sombra. A mente fica corajosa, não balança perante nada, é fantástico. É possível usar esse método de renúncia quando se está doente ou quando estamos sob perigo. Vai levantar nossa moral, não vai nos deixar perder *sati* e ficarmos loucos. Tendo *sati* vamos conseguir resolver o problema, vamos poder agir de forma correta, sem cometer erros.”

Luang Pó, Tahn Luam e os dois garotos continuaram partilhando as alegrias e sofrimentos da busca pelo Dhamma na estrada, mas tendo vivido juntos por um longo período, a verdadeira personalidade de cada pessoa começou a se manifestar e Luang Pó achou que continuar viajando com pessoas que não estavam no mesmo nível que ele causaria atraso em sua prática. Ele também se sentia irritado e oprimido pela presença e comportamento dos seus companheiros e decidiu então que seria melhor continuar sozinho para poder acelerar ainda mais sua prática. Ele então se separou do grupo e Tahn Luam se voluntariou a levar os dois garotos de volta ao seu vilarejo de origem. Luang Pó seguiu adiante sozinho até chegar a um monastério abandonado perto de Ka Núi, em Nakhon Panom. Ele refletiu e decidiu que aquele era um bom local para prática de meditação e ali permaneceu por muitos dias.

No começo teve uma sensação de liberdade por ter se separado de seus amigos. Não tinha mais preocupações e podia agora acelerar seu ritmo de prática à vontade, e era fácil manter a mente presente, atenta aos estímulos sensoriais e mentais o tempo todo. Quando saía para *pindapāta*, não olhava para ninguém; a única coisa que reparava era se a pessoa oferecendo comida era um homem ou uma mulher. Quando terminava sua refeição, lavava e guardava seus pertences e em seguida começava a praticar meditação andando por várias horas seguidas. Agiu dessa forma por vários dias até que seus pés começaram a inchar por causa do esforço excessivo. Luang Pó então

teve que mudar para apenas prática de meditação sentada até que seus pés voltassem ao normal, após cerca de três dias.

Naquela época, Luang Pó não admitia receber visitantes, pois achava que atividades sociais atrasariam seu progresso no Dhamma. Porém, um dia as *kilesas*, que haviam sido suprimidas pela força de *samādhī*, emergiram mais uma vez para perturbar sua mente e fazê-lo pensar:

“Eu estou aqui sozinho deste jeito... Ia ser bom se tivesse um noviço ou um anagārika para me fazer companhia, assim ajudaria com tarefas pequenas.” Mas logo em seguida um novo pensamento surgiu:

“Ei, você deve ser muito importante, não? Se estava cansado dos amigos, por que agora quer ter um amigo?”

“É verdade que estava cansado, mas só de pessoas ruins; o que estou querendo agora é um bom amigo.”

“E onde você vai encontrar uma boa pessoa? Não enxerga? É possível encontrar uma boa pessoa? Os amigos que lhe acompanhavam na estrada, você disse que não eram bons – você deve pensar que é a única pessoa boa neste mundo, a ponto de ter fugido para um lugar abandonado como este.”

Quando pensou assim, achou um fundamento que passou a utilizar em sua prática daquele dia em diante: “Onde vou achar uma boa pessoa? As boas pessoas estão em nós mesmos. Se formos bons, onde quer que formos será bom. Se nos criticarem, elogiarem ou disserem o que seja, ainda continuamos bons, mesmo que nos ofendam. Mas se ainda não somos bons, quando nos criticarem ficaremos com raiva, quando nos elogiarem ficaremos felizes – vamos ficar balançando desse jeito.

Quando entendermos onde estão as boas pessoas, teremos um fundamento para abrir mão de nossos pensamentos. Aonde quer que formos, mesmo se não gostarem de nós ou nos criticarem, não serão eles os bons ou ruins porque ‘bom’ e ‘ruim’ está dentro de nós,

e somos nós quem nos conhecemos melhor do que qualquer outra pessoa...”

Após sua estadia nesse local, Luang Pó continuou viajando em busca de lugares para desenvolver sua prática até que chegou a Ban Kók Yau, em Nakhon Panom, e lá se abrigou em mais um monastério abandonado que ficava a cerca de 400 metros do vilarejo. Durante aquele período sua mente estava bastante pacífica e leve; ele sentia que algo estava por acontecer, como mais tarde relatou:

“Certa noite, por volta das onze horas da noite, estava praticando meditação andando. Estava me sentindo estranho e aquela sensação já vinha desde durante o dia. Não tinha muitos pensamentos e tinha uma sensação de bem-estar. Havia alguma celebração no vilarejo. Quando me cansei de praticar meditação andando, me sentei em minha cabana com telhado de palha. Quando me sentei, quase não tive tempo de cruzar as pernas: minha mente queria entrar em *samādhi*. Foi algo automático: assim que sentei, a mente se pacificou de verdade, senti meu corpo pesado. O som deles cantando no vilarejo... não é que não ouvisse, eu ainda conseguia ouvir, mas conseguia parar de ouvir se quisesse. Estranho... quando não prestava atenção, havia silêncio – se quisesse ouvia; se não quisesse, não ouvia, mas não me irritava. Dentro da minha mente era como se houvesse dois elementos distintos, não relacionados. Era como se a mente e os objetos mentais existissem separadamente, assim como este cesto e este bule aqui (são objetos distintos). Então compreendi que, quando a mente entra em *samādhi*, mas ele ainda não é firme suficiente, conseguimos ouvir sons; mas, se a deixarmos vazia, haverá silêncio. Se houver sons, basta focar naquela ciência – ambos são separados.

Então pensei: ‘Se não for isso, vai ser o quê? É assim, não são conectados!’ E fui contemplando dessa forma até entender ‘Oh! Isso

é importante. Isso é *santati*<sup>1</sup> que então resulta em *santi*.<sup>2</sup> e continuei praticando. Naquele momento em que estava sentado em meditação minha mente não se interessava por nenhuma outra coisa. Se quisesse parar de praticar, conseguia sem problemas. Caso parasse, seria por preguiça? Seria por cansaço? Seria por estar irritado? Não, não havia nada disso. Posso dizer com certeza que não havia, não havia nada disso em minha mente. Só havia equilíbrio e harmonia dentro dela. Se parasse seria porque parei, só isso.

Eventualmente parei para descansar, mas o que parou foi só a postura sentada – a mente continuava como antes, não parava. Assim que minha cabeça tocou o travesseiro, a mente se inclinou – eu não sabia para onde se inclinaria, mas ela se inclinou para dentro. Foi como se fosse um fio elétrico cujo interruptor foi desligado. Meu corpo explodiu com um grande estrondo. A ciência que havia ali era muito refinada, e quando a mente ultrapassou aquele ponto, ela se desprende e foi bem fundo para dentro. Foi para dentro onde não há absolutamente nada e onde nada nesse mundo é capaz de alcançar. Nenhuma coisa desse mundo é capaz de alcançar aquele ponto. Ela permaneceu ali dentro por um momento e então voltou para fora. Dizer ‘voltou para fora’ não significa dizer que eu mandei ela vir – eu era apenas o observador, eu era apenas aquele que estava ciente de tudo aquilo. Ela continuou emergindo até voltar a seu estado normal.

Tendo voltado a seu estado normal, surgiu a pergunta: ‘Que foi isso?’, e a resposta veio: ‘Essas coisas acontecem por si mesmas, não precisa ficar em dúvida a respeito’, e foi só dizer isso que a mente largou aquela dúvida. Depois de descansar por um momento, ela novamente voltou-se para dentro. Não fui eu quem a fez entrar, ela foi sozinha. Foi entrando, entrando, e tocou naquele mesmo interruptor – não havia nada que alcançasse aquele ponto. Ela

---

<sup>1</sup>Continuidade do fluxo mental (pāli).

<sup>2</sup>Paz, tranquilidade (pāli).

permaneceu ali pelo tempo que quis e então voltou à superfície quando chegou a hora de voltar. Foi tudo automático, eu não determinei que fosse daquele jeito: ‘Seja assim, saia desse jeito, entre desse jeito...’, não houve nada disso. Eu era apenas a pessoa ciente, apenas o espectador. Ela voltou ao seu estado normal, mas dessa vez não surgiu dúvida alguma, apenas continuei sentado, contemplando e ela foi para dentro novamente. Nessa terceira vez o mundo estilhou-se por completo: a terra, o chão, as plantas, as árvores, as montanhas – tudo se tornou elemento espaço. Não havia pessoas, tudo desapareceu. Nessa última vez não sobrou nada.

Ela permaneceu ali de acordo com a vontade dela. Não sei como ela estava, era difícil ver, difícil falar a respeito. Não há com o que comparar esse tipo de coisa. Ficou naquele estado mais tempo do que nas ocasiões anteriores – eu era apenas o observador – e então emergiu e voltou ao normal. Qual o nome desses três eventos? Quem sabe! Que nome poderia dar?

Tudo que contei aqui foi sobre a mente natural e nada mais. Não falei sobre *citta*<sup>1</sup> ou *cetasika*<sup>2</sup> – não há necessidade. Quem tiver fé, pratique de verdade, arrisque sua vida; quando chegar a esse nível do qual falei há pouco, é como se este mundo, esta terra, virasse de cabeça para baixo. Nosso entendimento, nosso modo de enxergar o mundo, muda completamente. Naquela hora, se alguma outra pessoa nos visse, ia achar que somos completamente loucos – e se você não controlar bem sua mente, talvez fique louco de verdade, porque nada permanece como antes. Quando olha as pessoas no mundo, não enxerga como antes, mas só nós vemos aquilo. Tudo muda. O modo de pensar do mundo inteiro vai naquela direção, mas o nosso vem nessa outra. As outras pessoas falam nessa direção; já nós falamos na outra. As demais pessoas sobem por um caminho, e

---

<sup>1</sup> A mente (pāli).

<sup>2</sup> Manifestações mentais (pāli).

nós descemos por outro. Tudo em nós difere das demais pessoas, e continua sendo assim daí em diante.”

Luang Pó permaneceu naquele monastério abandonado em Ban Kók Yau por 19 dias e então continuou sua peregrinação por outras partes. Ele sentia que naquele momento sua capacidade de ensinar o Dhamma e resolver problemas com a prática, tanto seus próprios como os das demais pessoas, estava muito proficiente. No que diz respeito ao Dhamma, ele não tinha dúvida sobre nenhum aspecto. Luang Pó caminhou em direção a Sri Sonkram, em Nakhon Panom, até alcançar o rio Mekong, cruzou à outra margem e foi prestar reverência a lugares sagrados no Laos. Terminado isso, cruzou de volta à Tailândia e mais uma vez descansou em Ban Nong Ka.

Naquela época, sua tigela de esmolas era feita de ferro, mas já tinha muitos anos de uso e estava tão enferrujada que apresentava buracos, então os monges do monastério local lhe deram uma outra que também era usada, mas em melhor condição que a dele. Essa foi mais uma oportunidade para ele contemplar sua ganância por utensílios e mostrar-lhe que sua prática ainda não estava firme o suficiente. Mesmo tendo tido uma experiência tão profunda de *samādhī* em Ban Kók Yau apenas alguns dias antes, ele novamente estava sendo assolado pela *kilesa* da ganância:

“Eles haviam me oferecido uma tigela, mas ela tinha um buraco e não tinha tampa. Eu lembrei da época em que era garoto e cuidava dos búfalos e via meus amigos pegarem junco e trançarem em forma de chapéu. Então pedi que trouxessem junco para que trançasse. Fiz uma peça plana e uma redonda como um anel, depois trançei ambas juntas e até consegui uma tampa para a tigela, só que parecia mais um desses cestos de colocar arroz. Quando saía em *pindapāta* todos olhavam minha tigela com estranheza e no final começaram a me chamar de ‘o monge da tigela grande’,<sup>1</sup> mas eu não dava bola.

---

<sup>1</sup>Essa é uma expressão para um monge que tem o hábito de pedir com frequência, que nunca está satisfeito, que é “pidão”.

Tentei fazer novamente. Trabalhava dia e noite, era um esforço incorreto porque havia muito desejo. À noite acendi uma tocha e trabalhava sozinho na floresta. Fui trançando, trançando e acabei esbarrando na tocha – brasas caíram na minha mão e me queimaram, a pele descascou por completo, ainda hoje tenho a cicatriz. Então me dei conta: ‘Ei, que estou fazendo? Estou pensando errado! Por acaso me ordenei por causa de utensílios, mantos e tigelas? Estou me esforçando a ponto de não dormir, estou desejando muito essa tampa de tigela! Esse é um esforço incorreto.’

Larguei aquilo e sentei para refletir. Então pratiquei meditação andando, mas enquanto andava comecei a pensar na tampa da tigela novamente. Voltei a trabalhar como antes, trabalhei movido por desejo até o sol raiar. Fiquei cansado e me sentei para meditar, para pensar. ‘Isso está errado...’ comecei a adormecer e logo vi uma imagem de um Buddha gigantesco, que me disse: ‘Venha aqui, eu vou te ensinar algo.’ Eu fui prestar reverência e ele ensinou sobre o uso desses utensílios: ‘*Sabbe ime parikharara pañca khandhana parivārayeva!*’<sup>1</sup> Me assustei e acordei tremendo da cabeça aos pés. Aquela voz permanece na minha memória até hoje.

Fiquei com medo de seguir adiante, então parei. Desejava tanto a ponto de perder noção de mim mesmo. Então parei e passei a trabalhar em períodos: trabalhava um pouco, caminhava um pouco, praticava meditação um pouco. Esse é um ponto muito importante, se ainda não terminamos qualquer trabalho, quando colocamos de lado e vamos praticar meditação, a mente ainda fica presa àquela tarefa, não consegue abrir mão, não solta, não importa quanto puxe. Então tomei isso como uma forma de treinar minha própria mente, treinar em largar, em abrir mão: quando fazia algo, não me apressava em terminar. Larguei a tampa da tigela e fui praticar meditação, mas a mente ainda estava pensando na tampa. Fui

---

<sup>1</sup>“Todos esses utensílios são apenas adornos para os cinco khandhas!” (pāli)



praticar meditação andando e ela ainda estava fixa naquela tampa de tigela.

Então vi que é muito difícil para esta mente abrir mão das coisas; ela se apegava com muita força, mas graças a isso encontrei um fundamento para praticar: quando fazia algo, não me apressava em terminar. Fazia um pouco, colocava de lado e olhava para minha própria mente. Ia sentar em meditação e a mente ainda rodava ao redor do trabalho inacabado, mas eu só observava. Aí ficou divertido, comecei a lutar desse jeito. Decidi treinar nisso até aprender. Queria ser capaz de trabalhar, mas também de largar quando chegasse a hora: queria que fossem duas coisas completamente independentes, que não gerassem sofrimento. Mas era muito difícil mudar esse comportamento, é difícil largar esses apegos, difícil abrir mão.

As pessoas pensam em terminar rápido seu trabalho porque assim o assunto se encerra e não vão mais precisar se preocupar com aquilo. Pensar assim também está certo, mas se pensarmos do ponto de vista do Dhamma, não está realmente correto, porque não existe nada capaz de se encerrar se nossa mente não largar. Pensei sobre as sensações, felicidade e sofrimento: ‘Como vou conseguir largar disso, como abrir mão? Me deixo levar por ambos, assim como me deixei levar por aquela tampa de tigela. Se eu enxergar bem aqui, vou enxergar ali também; se treinar nessa ocasião, vou vencer naquela outra também.’

Então encontrei um fundamento para a prática: quando fazia algo, não me apressava em terminar. Fazia um pouco e largava, ia praticar meditação andando. Se a mente ainda se preocupava com o trabalho, eu dava bronca nela, dava bronca em mim mesmo, alertava a mim mesmo, treinava a mim mesmo, conversava sozinho na floresta, lutava desse jeito. Em seguida ficou leve. Eu queria treinar até conseguir – quando fosse hora de largar, tinha que conseguir largar. Queria que fossem duas coisas independentes – conseguir trabalhar, mas também conseguir largar, queria que fossem independentes

uma da outra. Fui treinando e aos poucos ficou mais leve, mais fácil. Então soube que é assim mesmo que se tem que fazer.

Desse momento em diante, quando tinha que costurar alguma coisa, fazer uma capa para minha tigela ou qualquer outra coisa, eu aproveitava para treinar a mim mesmo dessa forma. Conseguia fazer, mas também conseguia largar. Então soube que a causa do sofrimento é essa mesmo, já conhecia a causa do sofrimento e então o Dhamma surgiu graças a esse conhecimento. Já tinha visto: nasce desse jeito mesmo. Deste ponto em diante, quer estivesse em pé, andando, sentado ou deitado, era sempre divertido e agradável. Mas quando acabei de fazer a tampa para a tigela e saí em *pindapāta*, eles ainda estranhavam: ‘Por que a tigela desse monge é desse jeito?’

Em seguida pensei em algo mais para fazer, e então decidi usar seiva de seringueira para revestir minha tigela.<sup>1</sup> Me lembrava de ter visto monges fazendo isso quando era noviço. Primeiro pensei em usar óleo de seringueira, mas achei que seiva era mais transparente. Então fui para Ban Kôk em Yasoton, distrito de Leng Nok Ta – para os lados de lá tem muito óleo de seringueira. Revesti a tigela inteira e também a tampa. Após terminar, um leigo disse para colocar num cesto e deixar de molho no lago para que esfriasse, assim ia secar mais rápido. Após três dias ainda não estava seco. Esperei um mês inteiro e ainda não secava, não podia ir em *pindapāta*, não podia ir a lugar algum porque a tigela ainda não estava seca. Sentava em meditação e me preocupava, olhava todo dia para ver se já tinha secado. Sofrimento de verdade.

No final decidi que, mesmo que esperasse um ano, ainda não estaria seca, então disse para o leigo trazer um papel e coleí do lado de fora da tigela. Assim pelo menos dava para ir em *pindapāta*. Não tinha coragem de pedir uma tigela nova ao leigo, tinha medo que fosse mau *kamma*. Apenas aguentava em silêncio. A tigela não tinha

---

<sup>1</sup>Isso é feito para proteger contra ferrugem e dar uma cor escura à tigela.

tampa, então lembrei das travessas de metal que tinha visto quando me ordenei em Wat Ban Kó Nók. Pensei em pegar uma travessa e cortar uma parte plana, martelar outra em forma de anel e soldar, assim daria para usar como tampa. Então foi o que fiz, não pensei em pedir a ninguém. Eu era estranho, não gostava de pedir nada. Quando a tigela secou, ficou completamente negra, tanto a tigela como a tampa.”

*Yonisomanasikāra* – ter inteligência ou pensar com sabedoria – era uma característica forte da prática de Ajahn Chah desde o começo. Era como se houvesse um intercâmbio automático de perguntas e respostas ocorrendo dentro dele até que o problema fosse resolvido. Outra ocasião em que Luang Pó se beneficiou dessa habilidade em utilizar situações e coisas comuns e transformá-las em Dhamma dentro de sua mente ocorreu nesse mesmo ano quando estava viajando sozinho em busca de reclusão:

Durante uma época em que estava morando sozinho numa montanha, Luang Pó ficou tão doente que sequer conseguia ficar de pé. A febre, aliada ao fato de que não tinha se alimentado por vários dias, o fez sentir-se tão fraco que pensou que daquela vez realmente fosse morrer: “Se eu morrer aqui no meio da floresta deste jeito e eventualmente encontrarem meu cadáver, eles vão enviar a notícia para minha família e eles terão o fardo de viajar até aqui para organizar um funeral.”

Ele pensou dessa forma e então tirou sua carteira de identidade de dentro de sua sacola. Ele queria tê-la à mão caso começasse a sentir que estava realmente a ponto de morrer, para poder queimá-la e assim destruir qualquer possibilidade de identificarem seu corpo. Enquanto pensava dessa forma ouviu o som alto de um veado bramando na montanha, o que o fez pensar e perguntar a si mesmo:

“Veados e demais animais da floresta ficam doentes?”

“Também ficam doentes porque possuem corpos, assim como eu aqui.”

“Eles têm remédio para tomar, têm médico para dar injeção, ou não?”

“Não, não têm. Provavelmente usam quaisquer brotos de árvore ou folhas que conseguirem encontrar.”

“Os animais da floresta não tomam remédio e não têm médico para cuidar deles, mas, ainda assim, têm vários filhotes e conseguem dar continuidade à espécie, não é?”

“Sim, está correto.”

Pensando assim, sentiu-se encorajado e fez um esforço para levantar-se e arrastar-se até onde estava seu cantil d’água e beber. Então sentou-se em meditação até que a febre começou a regredir pouco a pouco. Quando amanheceu, já tinha força suficiente para ir ao vilarejo recolher esmolas e pôde alimentar-se novamente. Ele uma vez falou sobre seu modo de vida durante esse período:

“Antigamente não tinha sequer um filtro para água, porque naquela época era difícil obter as coisas. Eu só tinha uma cumbuca pequena de alumínio à qual era muito apegado. Antigamente eu ainda fumava cigarros, mas não tinha fósforos, tinha apenas uma pedra que batia para criar faíscas. Usava metade de um limão seco como tampa para meu porta fumo. À noite, quando me cansava de praticar meditação andando, sentava e batia a pedra para acender o cigarro. Eu acho que o som das batidas – ‘pók, pók’ – no meio da noite deve ter assustado até os fantasmas!

Pensando sobre a época em que praticava sozinho... Prática é algo sofrido e muito difícil, mas, ao mesmo tempo, muito divertido. É ao mesmo tempo divertido e sofrido. É igual a comer pasta de pimenta com gengibre, ainda mais se adicionar *kampong* assado: é ao mesmo tempo gostoso e ardido, vamos comendo e o nariz começa a escorrer.

Não conseguimos parar de comer porque é gostoso, então vamos reclamando e comendo ao mesmo tempo. É esse o propósito desse prato.

Eu digo que quem pratica o Dhamma tem que aguentar muita coisa, porque não é algo leve – é pesado! Pode-se dizer que se tem que estar disposto a morrer: se um tigre vier comer ou um elefante vier esmagar, tem que estar disposto a morrer. Tem que pensar assim: ‘Boa hora para morrer!’ Se nossa *sīla* é impecável, não teremos que nos preocupar com mais nada: morrer é como não morrer. Dessa forma não há medo, é uma arma do Dhamma, a arma é o Dhamma.

Já estive em montanhas por toda parte, mas minha arma era só o Dhamma, só havia renunciar, abrir mão, coragem, estar disposto a morrer, renunciar à vida. Pensando nisso vejo que a arma do Buddha é melhor que a do caçador, pois ela faz a força do nosso coração ficar mais firme. Quando contemplamos algo, olhamos, pensamos e entendemos tudo. Quando vemos algo, enxergamos por completo. ‘Sofrimento é assim, sofrimento cessa assim’, então é tranquilo. Quem enxerga o sofrimento, mas não enxerga por completo, apenas alcança paz, não consegue um meio para conhecê-lo. Aquele que não tem medo de morrer, que está disposto a morrer, acaba não mais morrendo.<sup>1</sup> Sofra até ultrapassar os limites do sofrimento, pois o sofrimento acaba lá, continue até enxergar de verdade, até ver o Dhamma. Isso tem muito valor, traz muita energia para a mente, você não vai mais ter medo de pessoas, da floresta ou de animais. O coração vai ficar firme e forte se você pensar dessa forma.

O coração de um monge *kammatthāna* é resoluto. Qualquer pessoa que se dedique à *kammatthāna*, se sua mente chegar ao ponto de estar disposta a renunciar à própria vida, vai achar mais difícil matar uma galinha do que sacrificar a si mesmo. Fica resoluto a esse ponto se enxergar (as consequências de) mau *kamma*. Vai ter

---

<sup>1</sup>Porque alcança a iluminação.

um coração grande, elevado e firme. Se pensar de acordo com o Dhamma, renunciar é o que há de mais sublime.

Teremos uma arma melhor que a do caçador na floresta, teremos a arma do Dhamma. Isso se chama *vitakka*,<sup>1</sup> quer dizer, a mente traz um assunto à tona e *vicāra*<sup>2</sup> contempla tudo aquilo. *Vitakka* e *vicāra* fazem seu trabalho continuamente até conseguirem enxergar por completo aquele assunto. Surge êxtase, aqui os pelos do corpo arrepiam, quando caminhando em meditação os pelos arrepiam, pensando no Buddha, no Dhamma, os pelos arrepiam, surge êxtase, o corpo se sente refrescado. Continuamos sentados e eles vão trabalhando, *vitakka* e *vicāra*. *Vitakka* gera êxtase, satisfação em nossa prática, em vencer obstáculos; os pelos do corpo se arrepiam, as lágrimas rolam. Ganhamos ainda mais ânimo para lutar, não recuamos não importa o que aconteça. *Vitakka*, *vicāra* e então êxtase, felicidade, surge. É uma felicidade munida de sabedoria, e nos apoiamos em *vitakka* e *vicāra*, nos apoiamos naquela felicidade firme. Naquele momento, é dito que nos apoiamos na força de *jhāna*<sup>3</sup> – é o que dizem, mas eu não sei. Aquilo é do jeito que é, quem quiser pode chamar de *jhāna*. *Vitakka*... mais um pouco e *vitakka* desaparece, em seguida *vicāra* desaparece, não há mais êxtase: surge *ekaggatā*<sup>4</sup> – a mente se unifica, se apoia em *samādhi*, se apoia na firmeza de *samādhi*. Então surge paz e ela nos serve de fundação; a paz é a fundação de onde a sabedoria brotará.

Eu então compreendi que só através da prática é possível saber, ver de verdade. Estudar e pensar sozinho é uma coisa completamente diferente. Quem quiser pode ficar pensando ‘isso deve ser aquilo’, mas eu digo que no final tudo isso vai culminar nesse mesmo local. Aí fica tranquilo, nosso corpo pode ser gordo ou magro e ainda estamos tranquilos. Mesmo doentes ainda estamos tranquilos. Nunca

---

<sup>1</sup>Pensamento (pāli).

<sup>2</sup>Investigação intelectual (pāli).

<sup>3</sup>Estados profundos de *samādhi* (pāli).

<sup>4</sup>Estado profundo de unificação mental (pāli).

pensei: ‘Onde estará minha mãe, aquele parente, aquele amigo, onde estarão?’, nunca pensei nisso. Praticava disposto a morrer, só isso. Não tinha nenhuma preocupação. Era firme desse jeito. E a mente, que antes vacilava, muda e fica firme e resoluta em praticar.”





## 9. O MONGE SEM RAIVA

Quando o começo da estação chuvosa se aproximava, Luang Pó chegou a um monastério construído dentro de um antigo cemitério de floresta em Nakhon Panom. Caminhando por uma pequena trilha na floresta ele chegou a um salão onde encontrou Luang Ta Pum, o líder da comunidade daquele monastério, sentado conversando com os demais monges. Luang Pó saudou a todos e explicou sua razão para estar ali e a conversa seguiu adiante, mas a certa altura Luang Ta Pum disse algo que deixou Ajahn Chah muito intrigado. Ele declarava que seu nível espiritual era tal que já não havia mais raiva dentro de si. Era a primeira vez que Luang Pó ouvia um praticante do Dhamma falar dessa forma, e sentiu vontade de investigar melhor para descobrir até que ponto aquilo era verdade.

Luang Pó pediu permissão para passar o vassa naquele monastério com eles, mas seu pedido foi recusado – Luang Ta Pum não aceitava estranhos no monastério facilmente. Principalmente por Luang Pó ter vindo só e de surpresa, Luang Ta Pum ficou desconfiado, pois não tinha como ter certeza de quem ele de fato era e quais eram suas reais intenções em estar ali. Os demais monges também eram contrários à presença de Luang Pó no monastério, porém no final o autorizaram a passar o vassa no cemitério de floresta, do lado de fora do monastério.

Quando faltavam apenas alguns dias para o começo do vassa, Luang Ta Pum mandou um dos monges convidar Luang Pó para passar o vassa dentro do monastério, porque um respeitado Ajahn da região o havia alertado: “Não é apropriado pedir que um monge sênior como aquele passe o vassa fora do monastério. Talvez ele tenha um alto grau de desenvolvimento na prática do Dhamma e você estaria agindo de forma desrespeitosa.”

Por ter a contragosto autorizado Luang Pó a passar o vassa dentro do monastério, Luang Ta impôs várias regras para que ele seguisse:

1. Ele não deveria receber as oferendas que os leigos traziam ao monastério: deveria esperar outro monge receber e então compartilhar com ele, caso o monge julgasse apropriado.
2. Ele não participaria da recitação do *pātimokkha*; ao invés disso, deveria esperar a recitação acabar para então entrar e declarar sua pureza.<sup>1</sup>
3. Durante a refeição, em vez de sentar-se em ordem, de acordo com a quantidade de anos de vida monástica, Luang Pó deveria sentar-se ao fim da fila, atrás do monge mais novo do monastério.

Ajahn Chah concordou em seguir todas essas regras, mesmo sabendo que era mais sênior do que todos os monges ali, incluindo Luang Ta Pum, pois já tinha mais de dez anos de vida monástica.

---

<sup>1</sup> O Buddha estabeleceu que a cada 15 dias os monges devem se reunir e recitar a regra monástica (*pātimokkha*). Só podem participar da recitação monges que não tenham pendente nenhuma ofensa da regra monástica. Por isso, é comum os monastérios só permitirem a participação de monges cujo bom comportamento seja conhecido deles. O fato de Luang Ta Pum somente dar permissão para que Luang Pó viesse ao fim da recitação e declarasse não ter quebrado nenhuma regra monástica mostra que não estava disposto a aceitá-lo como um verdadeiro membro da comunidade, mas que ainda assim esperava que ele observasse todas as regras de conduta.

Ele refletiu e decidiu colher os benefícios que essa prática lhe traria. Luang Pó disse a si mesmo que Luang Ta Pum e os demais apenas o estavam testando; que não importava onde se sentasse durante a refeição, da mesma forma que um diamante não perde seu valor dependendo do local onde foi posto. Além do mais, essa prática iria ajudá-lo a reduzir sua vaidade.

O vassa com Luang Ta Pum prosseguiu em paz, em grande parte graças à humildade e sabedoria de Ajahn Chah, que ajustou seu comportamento à situação e continuou se dedicando à sua prática regular do Dhamma como sempre fez. Ele procurava falar o mínimo possível e, quando alguém o admoestava, tomava aquilo como objeto de contemplação para desenvolver sabedoria e melhorar a si mesmo. Ele escolheu apenas guardar as coisas boas do modo de prática daquele monastério e usá-las como ensinamentos para si mesmo.

Ao mesmo tempo, Luang Ta Pum e os demais monges vigiavam Luang Pó constantemente para saber se estava fazendo algo errado, mas Luang Pó não se incomodava e não mostrava irritação; pelo contrário, sentia gratidão por todos: “Eles me ajudavam não me deixando ficar descuidado e agir errado, como alguém impedindo que algo me sujasse.”

Durante aquele vassa, a mente de Luang Pó estava sempre pacífica e firme. Ele praticava constantemente, seu comportamento era comedido e agradável em todas as situações, tal como o Buddha elogiava, e isso fez que os monges do monastério aos poucos relaxassem a apreensão que sentiam com relação a ele. Certo dia, saíram todos de barco para procurar lenha e Luang Pó foi junto. Quando chegaram a uma área deserta, começaram a recolher pedaços de madeira e deixá-los à margem do rio, e a Luang Pó foi designada a tarefa de colocá-los dentro do barco. A certa altura ele notou um pedaço de carvalho com cerca de dois metros de comprimento que havia sido esculpido em um formato arredondado. Luang Pó pensou que

certamente esse pedaço de madeira tinha um dono, pois era uma madeira nobre e havia sido trabalhada por alguém. Se colocasse aquela peça no barco, seria como se estivesse roubando o que não lhe pertencia e, portanto, realizando uma das transgressões mais graves do Vinaya. Por essa razão, recusou-se até mesmo a tocar aquela madeira. Quando o trabalho estava terminado e era hora de voltar ao monastério, Luang Ta Pum viu a madeira no chão e perguntou com irritação:

“Tahn Chah, por que não colocou essa madeira no barco?”

“Achei que não seria correto. Deve ter dono, pois a madeira foi trabalhada.”, respondeu com educação. Ao ouvir essa resposta, Luang Ta Pum hesitou por um instante e então mandou os monges subirem no barco, tentando esconder seu embaraço e abandonando a madeira à margem do rio.

Alguns dias mais tarde um evento similar ocorreu: pessoas do vilarejo vieram ao monastério para preparar arroz-doce assado no bambu para oferecer aos monges. Passando pela cozinha, Luang Ta Pum notou que o fogo estava alto e o bambu onde o arroz estava assando estava começando a pegar fogo. Não havia ninguém vigiando o fogo e ele deve ter sentido pena de deixar a comida estragar, mas não conseguia pensar em como remediar a situação, já que naquele monastério entendiam que era uma transgressão de Vinaya se um monge tocasse uma comida que ainda não houvesse sido formalmente oferecida e como punição, nenhum dos monges poderia consumi-la.

Luang Ta Pum permaneceu indeciso por um instante, então olhou para os dois lados para ter certeza de que ninguém estava olhando e usou sua mão para mover o bambu para longe do fogo. O que ele não havia notado é que Luang Pó estava em sua cabana, que ficava perto da cozinha, e por acaso viu o ocorrido. Quando chegou a hora da refeição Luang Ta Pum notou que Luang Pó não estava comendo

o arroz e perguntou: “Tahn Chah, não vai comer o arroz?” Luang Pó apenas disse: “Não.”, mas foi suficiente para que Luang Ta Pum adivinhasse o que ocorreu e exclamasse em voz alta: “Cometi uma transgressão!” Ao fim da refeição ele veio a Luang Pó e pediu para realizar a cerimônia de confissão, mas Luang Pó disse: “Não precisa, apenas seja mais cuidadoso de agora em diante.”

A partir de então, graças a seu bom comportamento, todos os monges do monastério começaram a respeitar e admirar Ajahn Chah. Luang Ta Pum e os demais decidiram então remover as regras extras que haviam imposto e pediram que ele assumisse a posição de monge mais sênior do monastério, mas Luang Pó recusou dizendo que não seria correto fazer isso: as regras que haviam sido impostas estavam boas e ele as continuaria obedecendo até o final do vassa.

Os dias se passaram e, quando o fim do vassa já estava próximo, Luang Pó finalmente teve a chance de averiguar a veracidade da declaração que Luang Ta Pum havia feito no primeiro dia em que se encontraram, quando disse já ter erradicado toda a raiva de sua mente. A verdade veio à tona confirmando a sabedoria das palavras do Buddha: “É através de convívio que a pureza de *sīla* de uma pessoa pode ser conhecida, e isso somente após um longo período, não um período curto; somente para aqueles que são atentos, não para os desatentos; somente para aqueles munidos de sabedoria, não para os desprovidos de sabedoria.”<sup>1</sup>

Ao fim do vassa fortes chuvas diárias acabaram por causar inundação por toda área ao redor do monastério. O monastério em si era localizado ao topo de um pequeno morro e não foi inundado, mas os aldeões não tinham onde se abrigar e estavam preocupados, porque os bois e as vacas que criavam não tinham como se alimentar. Sendo o monastério a única área seca, o gado tinha que ir até as suas cercanias para procurar grama e folhas para comer e assim

---

<sup>1</sup>Thāna Sutta, Anguttara Nikāya, 4.192

conseguir sobreviver. Alguns acabavam entrando no monastério, e isso desagradava Luang Ta Pum. Ele mandou que todos os monges ajudassem a tocar o gado para fora, mas após ter sido expulsa do local, uma pobre vaca, com fome, colocou a cabeça através da cerca do monastério para comer algumas plantas. Luang Ta Pum já estava munido de uma vara e começou a bater nela sem piedade. A vaca mugia com dor e tentava puxar a cabeça para fora da cerca, mas seus chifres ficaram enganchados no arame. Levou algum tempo para que conseguisse se desvencilhar e durante todo o período em que esteve presa teve que aguentar os golpes cheios de ira do velho monge. Luang Pó estava por perto e assistiu com tristeza todo o evento, lembrando-se de como há pouco tempo essa mesma pessoa se vangloriava de ter uma mente livre de raiva.

Durante aqueles últimos dias do vassa, Luang Pó se dedicou à prática da contemplação da morte e costumava ir praticar meditação no cemitério perto do monastério, sob um pequeno abrigo construído entre as várias fileiras de túmulos. Era um lugar pacífico e recluso, muito adequado à prática de meditação e à contemplação da verdade sobre a vida e a morte. Certo dia os aldeões trouxeram o corpo de um garoto de 13 anos que havia morrido de febre e o enterraram bem ao lado do abrigo onde Luang Pó costumava se sentar. Alguns dias mais tarde trouxeram mais um, dessa vez o irmão mais velho daquele mesmo garoto, que havia morrido da mesma doença. Mais alguns dias e trouxeram o corpo da irmã mais velha, que também havia sucumbido à enfermidade.

A mãe, o pai e demais parentes dos três irmãos estavam inconsoláveis. Vendo a situação deles, Luang Pó sentiu ainda mais desencanto com a realidade do mundo e utilizou aquela experiência para motivar a si mesmo a não ser negligente. Ele contemplou o sofrimento e pesar que nasce justamente daquilo que mais amamos e tomamos como mais precioso. A verdade do Dhamma que ele viu naquele cemitério aumentou seu senso de urgência em praticar ainda mais,

e ele aumentou o tempo que passava praticando e diminuiu o tempo que descansava. Luang Pó estava absolutamente resoluto em sua prática e, mesmo quando garoava, continuava praticando meditação andando sob a chuva.

Certo dia, ele experienciou uma *nimitta*<sup>1</sup> em que viu um homem velho deitado, doente e gemendo de dor, com a aparência de quem não demoraria muito para morrer. Luang Pó ficou de pé contemplando aquela cena e então caminhou adiante. Ele então deparou-se com mais um enfermo que já estava quase morto deitado ao lado do caminho, seu corpo muito emaciado e sua respiração quase imperceptível. Luang Pó parou para olhar e então seguiu adiante. Não muito longe, ele encontrou um cadáver, deitado de costas, os olhos esbugalhados, a língua e a pele inchada, o corpo coberto de larvas. Luang Pó teve um senso muito profundo de desapego e, quando emergiu daquela meditação, a imagem do cadáver continuou vívida em seus olhos e não desaparecia. Ele sentiu desencanto com a vida e desejou logo escapar de todo esse sofrimento do *samsāra*.

Após vários dias Luang Pó mudou seu local de prática e começou a frequentar o topo de um morro das redondezas, mas lá havia o problema da falta de água. Ele então lembrou-se de um tipo de sapo que hiberna dentro de um buraco no chão e que sobrevive bebendo apenas sua própria urina. Luang Pó pensou em experimentar viver desse jeito, mas logo descobriu que não era possível: após beber sua própria urina várias vezes em seguida, assim que o líquido atingia seu estômago, era imediatamente expelido pelo canal urinário. Ele então fez outro experimento, decidiu fazer jejum. Durante quinze dias ele experimentou comer uma única refeição a cada dois dias, mas durante todo o período sentia seu corpo queimando como se estivesse em chamas; havia tanta agitação em seu corpo e mente que ele não conseguia aguentar.

---

<sup>1</sup>Imagens (ou sons, ou sensações) que às vezes surgem durante a prática de meditação (*pāli*).

Tudo isso o fez lembrar das *apannaka patipadā* – as práticas que o Buddha declarou nunca estarem erradas:

- *Bhojane mattaññutā*, ter moderação no consumo. Comer na medida certa, nem muito, nem pouco.
- *Indrya samvara*, restringir as faculdades dos olhos, ouvidos, olfato, paladar, tato e mente para que não sejam sobrecarregadas com estímulos que alimentam *kilesas*.
- *Jāgariyānuyoga*, praticar continuamente, com firmeza e energia, sem preguiça ou dormindo em excesso.

Quando se lembrou desses três ensinamentos do Buddha e tendo observado que a prática de jejum não era compatível com sua personalidade, abandonou-a e voltou a comer normalmente, uma vez ao dia. A partir de então sua prática fez mais progresso e sua mente permanecia livre de *nīvaranas*;<sup>1</sup> sempre que contemplava o Dhamma, tudo lhe parecia claro como cristal.

Ao chegar o fim do vassa, Luang Ta Pum já tinha ganhado grande admiração por Ajahn Chah graças à sua conduta, humildade e dedicação à prática do Dhamma. Ele o convidou a atravessar o rio Mekong junto com ele e os demais monges para visitar monastérios no Laos, mas Luang Pó educadamente recusou. Sendo assim, ao fim do vassa, Luang Ta Pum e os demais partiram em direção ao Laos e Ajahn Chah permaneceu mais uma semana sozinho no monastério antes de seguir adiante com suas peregrinações. Desta vez ele foi em direção a Pu Lanka, em Nakhon Panom, em busca de solução para um problema que estava enfrentando em sua prática: seu progresso em *samādhi* lhe parecia obstruído. Ele relatou em detalhes o que ocorria:

---

<sup>1</sup> As cinco obstruções à obtenção dos jhānas: Desejo sensual, má vontade, torpor e preguiça, inquietação e ansiedade, dúvida (*pāli*).



“... ia só até ali e então parava, não ia mais adiante. Fazendo uma comparação, era como se eu andasse até aqui e empacasse, não ia mais adiante, então voltava... Estou falando sobre minha sensação, estou falando sobre minha mente, entende? Eu ia praticando, mas quando chegava a este ponto, não havia mais para onde ir, então parava – às vezes era desse jeito. Outras vezes era assim: andava até dar de cara com uma barreira, então voltava. Já outras era como se não houvesse o que me obstruir, então eu caía.

Continuava praticando meditação sentado e andando, mas cedo ou tarde eu acabava nesse mesmo ponto. ‘Que é isso?’, eu me perguntava. ‘Não importa!’, era a resposta que surgia. Seguia em frente por um longo tempo e então parava; quando tentava avançar mais um pouco, dava meia-volta e retornava. ‘O que é isso?’ era a questão que não saía da minha cabeça.

Mesmo quando não estava praticando, essa dúvida persistia e deixava minha mente confusa. Então pensei: ‘O que é isso? Isso que acontece no meu *samādhi*... estou empacado nesse *samādhi*.’ Mesmo caminhando, a dúvida persistia ‘O que é isso?’ A questão surgia frequentemente, porque eu ainda não conseguia resolver aquilo, ainda não havia chegado ao nível em que se é capaz de largar das coisas, portanto estava empacado.

Pensei nos monges daquela época e me perguntei quem poderia me ajudar. Pensei em Ajahn Wang. Ele morava no alto de uma montanha, Pu Lanka, com dois noviços. Ele vivia lá longe, no alto daquela montanha, eu nunca havia me encontrado com ele, mas pensei que esse monge devia ter algo de especial já que conseguia viver daquele jeito...”

Luang Pó subiu a montanha e permaneceu por três noites para poder contar o problema que havia encontrado e pedir ajuda a Ajahn Wang. Anos mais tarde ele relatou um resumo da conversa que tiveram naquela ocasião:

AJAHN WANG – Uma vez, quando estava praticando meditação andando, parei e foquei minha mente em meu corpo e ele afundou no chão de uma só vez.

AJAHN CHAH – O senhor estava ciente de si?

– Sim, por que não estaria? Ele afundou, foquei minha mente e ele continuou afundando, foquei em apenas estar ciente dele afundando e deixei acontecer. Foi afundando até chegar ao limite – onde era esse limite eu não sei, mas tendo chegado lá começou a subir. Subiu de vez. O chão fica aqui, mas meu corpo subiu lá em cima, não ficou no chão. Um pouco mais e subiu ainda mais longe e foi lá no alto. Eu estava ciente de tudo. Estava estupefato: ‘Como isso é possível?’ Ele então continuou subindo até chegar ao topo das árvores e explodiu. Bum! Meus intestinos, grosso e delgado, ficaram pendurados, enroscados nos galhos das árvores.

– Tahn Ajahn, não foi um sonho?

– Não foi sonho! Se não estivermos atentos, esse tipo de coisa pode nos fazer perder o equilíbrio. Foi de verdade daquele jeito. Naquele momento eu acreditava que aquilo era de verdade, mesmo agora eu ainda penso que foi mesmo daquele jeito – chega a esse ponto! Nem precisa me dizer sobre *nimitta* alguma, é possível chegar mesmo a esse ponto que acabei de relatar. Se seu corpo explodisse – bum! – como ia se sentir, os intestinos enroscados nos galhos daquele jeito? É uma sensação muito forte, mas entendemos que isso é uma *nimitta*. Ficamos firmes, acreditamos que não há perigo algum. Sendo assim, olhamos para dentro, olhamos até chegar à mente. Ela permanece assim por um instante e então desaparece. Então a gente senta e se pergunta: ‘Que diabos foi isso?’

– Eu vim prestar reverência a Tahn Ajahn porque já não sei mais o que fazer. Comigo não acontece como o senhor descreveu, é de outro jeito. É como se andasse sobre uma ponte; é como se essa ponte fosse alta, sobre um rio. Vou andando e então paro, não tem

mais para onde ir e então, o que fazer? É assim, dou meia-volta e retorno. Às vezes ando até lá novamente – isso acontece dentro de *samādhi* – chego ao mesmo ponto e acaba, pois não há mais para onde ir, então volto. Tento ir (mais adiante), mas não consigo. Às vezes vou e é como se algo me obstruísse e bato de cara – pum! – e não tenho mais para onde ir. Isso já vem acontecendo há muito tempo. O que é, Tahn Ajahn?

– Isso é o fim, é o limite de *saññā*. Sendo assim, para onde poderia ir? Fique de pé bem ali! Foque sua mente bem ali, se ficarmos de pé bem ali, *saññā* se desfaz. Ela se transformará sozinha, você não precisa forçá-la. Olhe com a atitude: ‘Isto é assim, e sendo assim, sinto algo acontecendo com minha mente?’ Saiba que é daquele jeito, esteja ciente. Se você permanecer ciente, num minuto ela se transformará, mudará de *saññā*. É como se fossem *saññā* de criança e *saññā* de adulto – ela se transforma em *saññā* de adulto. Por exemplo, as crianças gostam de brincar com um tipo de coisa, mas quando crescem passam a enxergar que essas coisas já não são mais divertidas e vão brincar com outras coisas, pois houve uma mudança.

– Oh! Entendi.

– Não fale muito, é um assunto que nunca se encerra. Entenda que, no que diz respeito a *samādhi*, tudo é possível. Mesmo assim, não dê importância, não fique criando dúvidas a respeito. Se tivermos essa sensação, não demora muito e aquilo perde valor – é apenas *citta sankhāra*, não tem nada de mais. Se formos olhar, ela se transforma num pato, então o pato se transforma numa galinha, se olharmos para a galinha ela se transforma num cachorro, olhamos para o cachorro e ele se transforma num porco, e então ficamos nessa confusão sem fim. Esteja ciente daquilo, foque bem aqui, mas não pense que já acabou – logo ela vem novamente, mas não agarre – tome ciência em sua mente e deixe passar, continuamente. Dessa forma, não haverá perigo algum. Foque dessa forma para que haja

uma fundação, não fique correndo atrás dessas coisas. Se conseguir resolver isso, vai poder prosseguir, haverá uma abertura para passar. Passado e futuro também serão dessa forma, talvez mais forte ou fraco; mas mesmo que sejam fantásticos ou maravilhosos, não importa a que ponto, terá que ser daquele jeito. Entenda dessa forma, de verdade.

– Por que algumas pessoas não têm problemas (em suas práticas) e não sofrem? Não têm coisas obstruindo; têm bem-estar no corpo e mente; não têm problemas?

– Isso é por causa do seu *kamma*. Em horas como essa você tem que lutar, a mente se unifica e há uma briga pelo trono aqui dentro. As coisas com as quais brigamos não são apenas coisas ruins, também temos que lutar com coisas boas e adoráveis – todas são perigosas, não se apegue a nenhuma delas.”

Após aquela conversa com Ajahn Wang, a compreensão sobre o caminho de prática de Luang Pó aumentou consideravelmente e, tendo consultado-o sobre diversos aspectos do Dhamma, ele então se despediu e retornou ao local onde estava hospedado. Durante sua estadia em Pu Lanka, ele acelerou sua prática ainda mais, des-cansando muito pouco e não mais diferenciando dia e noite – ele apenas praticava continuamente. Passados três dias, Luang Pó se despediu de Ajahn Wang.

“Eu desci de Pu Lanka e cheguei a um monastério ao pé da montanha. Bem naquela hora começou a chover e fui me sentar no salão para fugir da chuva. Minha mente contemplava tudo aquilo, e de repente ela se firmou e então mudou. Eu sentia como se estivesse em outro mundo: tudo que olhava estava transformado. Quando olhava o bule d’água<sup>1</sup> sentia que não era um bule d’água. O cesto de lixo mudou, a tigela mudou, tudo mudou de natureza. Eram completamente

---

<sup>1</sup>Na época não havia garrafas plásticas; cada monge tinha um bule de metal que enchia de água e levava consigo para beber.

diferentes, como a palma e as costas da mão; como o sol saindo detrás das nuvens que obstruíam sua luz. Minha mente mudou num piscar de olhos, se firmou e então mudou. Via a garrafa, mas não era uma garrafa; olhava e não era nada, eram apenas elementos, uma convenção fabricada, não era uma garrafa de verdade, não era um cesto de lixo de verdade, não era um copo de verdade, tudo mudou. Ia mudando e mudando e então voltei minha atenção para mim mesmo e vi tudo em meu corpo não sendo meu – eram apenas convenções.”

Concluindo esse relato, Luang Pó disse a seus discípulos: “... não vacilem em sua prática, dediquem-se de corpo e alma. Tenham firmeza em suas mentes, pratiquem! Não importa onde vocês ouvem ensinamentos ou estudam livros; aquilo é conhecimento, mas não é um conhecimento que alcança a verdade. Se conhecem, mas ainda não alcançam a verdade, vão continuar vacilando e em dúvida. Se conhecem de verdade, o assunto se encerra. Podem dizer o que quiserem, a verdade continua sendo daquele jeito, é certa daquele jeito. Quando nossa mente volta ao normal, não importa se rirem, chorarem, ficarem felizes ou tristes – ela não mais vacila perante qualquer coisa neste mundo.”

E sobre a importância de ter acesso a bons mestres, ele uma vez disse: “... É possível praticar sozinho, mas para alguns isso vai resultar em progresso lento, ficarão andando em círculos. Isso é algo com o qual fazemos contato com nossas mentes; por isso, se há quem nos indique o caminho, vamos mais rápido, pois teremos uma abertura para contemplar. Todas as pessoas são assim: quando atolam, atolam de verdade...”

Após deixar Pu Lanka, Luang Pó foi até Wat Pah Nong Hi prestar reverência a Luang Pu Kinari e naquele encontro Luang Pu lhe disse:

“Tahn Chah, já viveu em peregrinação tempo suficiente. Você deveria agora procurar um local para tomar residência, numa área plana.”

Luang Pó então disse: “Eu decidi voltar para minha terra natal, em Ubon.”

Luang Pu Kinari respondeu com um curto alerta: “Está voltando para casa porque está com saudades de alguém? Se sente saudades de alguém, por causa daquela pessoa, máculas surgirão em você.”

## 10. VOLTANDO PARA CASA

De Wat Pah Nong Hi, Luang Pó caminhou até Ubon Ratchathani, parando em Pah Tao para ensinar. Quando chegou a Ban Kó, seu vilarejo natal, acampou no cemitério de floresta em Ban Kó Nók e lá visitou sua mãe, seus parentes e começou a instruir dois rapazes que estavam interessados em seguir a vida monástica. Quando ambos já haviam recebido instrução suficiente para se ordenar, Luang Pó os levou a Wat Warintaram para que pudessem receber ordenação como noviços.

Sabendo de sua estadia em Ban Kó Nók, parentes e velhos amigos de infância ficaram felizes e vieram lhe prestar reverência e conversar com Luang Pó, porque desde que ele havia partido em peregrinação, nunca mais haviam tido chance de vê-lo. Mas ao encontrá-lo naquela ocasião, notaram que o amado amigo de infância que havia acabado de retornar estava muito mudado. Antes uma pessoa falante e alegre que gostava de dar risada, agora era uma pessoa quieta e séria, que falava pouco e não ria tanto quanto antigamente.

Luang Pó permaneceu naquele cemitério de floresta por 15 dias. Instruiu sua mãe, parentes e amigos e deu conselhos a eles, e em seguida partiu para Kantarat, em Sri Saket, levando consigo um dos recém-ordenados noviços; eles acamparam em uma floresta perto do vilarejo de Ban Suan Gluei. Luang Pó viu que aquele lugar era apropriado para a prática de meditação, porque era pacífico, recluso

e habitado por muitos animais selvagens como esquilos, galinhas selvagens, veados, ocelotes<sup>1</sup> e tigres. Todas essas características faziam com que o local fosse muito apropriado para o treinamento do Dhamma e ele então decidiu passar o vassa de 1949 naquela floresta.

Durante sua estadia, Luang Pó teve três sonhos que considerou serem muito importantes. Infelizmente ele nunca explicou claramente qual o significado desses sonhos, e seus discípulos têm diferentes opiniões sobre o assunto. Alguns dizem, por exemplo, que o significado do primeiro sonho é de que, para atingir o estágio mais elevado do Dhamma, ele teria que morrer para o mundo, e só então não haveria mais nada dentro de si a não ser o Dhamma puro. Outros clamam que o segundo sonho prediz que Luang Pó daria luz à sangha de monges ocidentais, mas, por causa de seu *kamma*, não teria a oportunidade de cuidar deles (como veremos mais adiante, Luang Pó adoeceu e ficou incapacitado de ensinar relativamente cedo). Já o terceiro previa que ele atingiria a realização mais elevada do Dhamma. De qualquer forma, o real significado desses sonhos é algo que só mesmo Ajahn Chah poderia saber com certeza, mas, mesmo sem uma explicação clara, julgamos apropriado incluí-los aqui, uma vez que ele os mencionou como eventos relevantes em sua vida. Ele os descreveu da seguinte maneira:

1. Certa noite, tendo terminado sua prática de meditação, deitou-se para dormir e sonhou com uma pessoa lhe oferecendo um ovo. Luang Pó recebeu o ovo e o jogou no chão, em frente a si. Quando o ovo quebrou, dois pintinhos saíram de dentro e correram em direção a ele. Luang Pó estendeu suas mãos para recebê-los, um em cada mão, e naquele instante ambos tornaram-se garotos. Assim que isso ocorreu, ouviu uma voz que dizia que o garoto em sua mão direita se chamava

---

<sup>1</sup>Espécie de predador felino de pequeno porte.



“Mérito do Dhamma”, e o garoto em sua mão esquerda, “Mérito do Ouro”. Luang Pó cuidou de ambos até que crescessem e pudessem correr e brincar sozinhos. Então Mérito do Ouro contraiu uma disenteria severa e, por mais que Luang Pó se esforçasse em cuidar dele, não melhorou e eventualmente morreu em seus braços. Quando isso ocorreu, Luang Pó ouviu uma voz dizer: “Mérito do Ouro está morto, agora só lhe resta Mérito do Dhamma.” Nesse momento, Luang Pó despertou e perguntou a si mesmo: “Que foi isso?” A resposta veio logo em seguida: “Isso é uma manifestação espontânea do Dhamma.”

2. Na noite seguinte o mesmo ocorreu. Assim que começou a dormir, sonhou que estava grávido e movendo-se com dificuldade, como fazem as pessoas grávidas; porém, no sonho ele ainda era um monge. Quando sua barriga estava grande e ele estava a ponto de dar à luz, uma pessoa apareceu e o convidou a receber comida como esmola. Ele olhou ao redor e viu que estava um campo alagado e que lá havia uma cabana de bambu numa área seca em meio ao campo. Ele também viu três monges chegando numa canoa. Os leigos ofereceram a comida e os três monges sentaram-se na parte de cima da cabana para comer, mas pediram que Luang Pó sentasse na parte de baixo, pois achavam que ele já ia dar à luz. Assim que terminou de comer, deu à luz a um garoto que possuía pelos delicados na palma das mãos e na sola dos pés; sua fisionomia era feliz e clara. A barriga de Luang Pó ficou murcha e ele achava que realmente havia dado à luz, por isso tocou seu corpo, mas viu que não estava sujo de sangue ou qualquer outro líquido corporal. Então chegou a hora de mais uma refeição e os leigos discutiam sobre o que deveriam oferecer, tendo em vista que ele havia acabado de dar à luz. Por fim lhe trouxeram três peixes assados. Luang Pó se sentia fraco e cansado e não queria comer, mas fez um esforço em comer

por consideração aos leigos que haviam oferecido o alimento. Antes de começar a comer, pediu que um dos leigos segurasse a criança e, quando Luang Pó terminou sua refeição, o leigo ergueu a criança para devolvê-la, mas ela escapou e caiu no chão – e nesse exato momento Luang Pó despertou. Ele se perguntou “Que foi isso?”, e a resposta surgiu: “É um fenômeno que ocorre sozinho.”, e assim a questão se encerrou.

3. Na terceira noite ele teve mais um sonho. Desta vez sonhou que havia recebido um convite para viver no topo de uma montanha junto com um noviço. O caminho até o topo era uma espiral, como a casca de um caramujo. Era noite de lua cheia e a montanha era muito alta. Quando ele finalmente atingiu o topo, sentiu uma atmosfera fresca e agradável, e lá havia um abrigo com o chão coberto de tecido e um telhado muito bonito, como jamais havia visto antes. Quando chegou a hora da refeição, o convidaram a uma caverna e lá estavam sua mãe e sua tia Mi, junto com muitos outros leigos que aguardavam a oportunidade de lhe oferecer comida. A refeição era composta de melões e outras frutas oferecidas por sua mãe, além de galinha e pato assado, oferecidos por sua tia. Ao ver aquela comida, Luang Pó disse: “Me parece que Mi gosta de viver no mercado. Trouxe galinha e pato assado para oferecer aos monges.” Ouvindo isso, Mi ficou feliz e sorriu. Ao fim da refeição ele ensinou Dhamma aos presentes e, tendo terminado, despertou.

## 11. VIAGEM À REGIÃO CENTRAL

Em 1950 Luang Pó recebeu uma carta de Tahn Mahā Bun Mi, um velho amigo com quem costumava praticar meditação. Ele mandava notícias de Luang Pó Sot, abade de Wat Pak Nam Passit Jaroen, em Bangkok,<sup>1</sup> e Ajahn Chah resolveu viajar até lá para experimentar a técnica de meditação Dhammakaya por cerca de sete dias. Ao final decidiu que não era um bom método para sua prática e partiu em direção a Ayutthaya, onde se hospedou em Wat Yai Chai Mongkhon. Entre 1950 e 1951, seu décimo segundo ano como monge, Luang Pó residiu em Wat Yai Chai Mongkhon.

Em 1951, durante sua estadia em Wat Yai Chai Mongkhon, Luang Pó sofreu de uma doença do sistema digestivo que provocou inchaço no lado esquerdo do abdômen e muita dor. Além disso, um antigo problema de asma voltou com força total, causando-lhe muito sofrimento. Ele refletiu que, uma vez que estava longe de sua família e amigos, seria um fardo para as pessoas do monastério levá-lo ao hospital e pagar tratamentos, portanto decidiu curar a si mesmo usando um medicamento do Dhamma: jejum. Ele fez jejum completo, consumindo apenas água e renunciando a todas suas preocupações ligadas ao corpo. Ele também parou de dormir

---

<sup>1</sup>Luang Pó Sot foi quem deu origem à técnica de meditação “Dhammakaya”. Apesar disso, muitos argumentam que ele não é o responsável pelo polêmico movimento Dhammakaya existente hoje, pois foi algo que se desenvolveu após sua morte.

e apenas alternava entre as posturas de pé e sentada, recusando-se a deitar. Luang Pó tomou refúgio no Dhamma, decidiu morrer praticando o Dhamma. Essa resolução era firme e mesmo ele ficou surpreso em ver como a mente de uma pessoa que está resoluta em lutar com a morte se transforma, ganhando força e poder nunca antes experienciados. A mente dele não manifestava o mínimo sinal de fraquejo perante a morte.

Durante as manhãs, enquanto os demais monges saíam em *pin-dapāta*, ele praticava meditação andando; e quando eles retornavam, ele voltava para sua cabana e continuava praticando meditação sentado. Seu corpo estava muito enfraquecido, mas sua mente estava firme e forte, não havia medo da morte ou de nenhuma outra coisa neste mundo. Após oito dias em jejum, um de seus amigos lhe implorou que encerrasse a prática e voltasse a se alimentar. Uma vez que os sintomas já haviam regredido, tanto do estômago como da asma, ele decidiu voltar a se alimentar uma vez por dia, como normalmente fazia.

Durante sua estadia em Wat Yai Chai Mongkhon, Luang Pó interrompeu todas suas atividades ensinando o Dhamma e focou exclusivamente em desenvolver *samādhi*. Ao fim do vassa partiu para a ilha de Si Chang em busca de reclusão. Ele experienciou muita paz em seu coração durante a estadia de um mês no local, e o seguinte pensamento lhe ocorreu: “Os habitantes de Si Chang moram nesta ilha cercada de água. Para que esta terra possa existir, ela tem que estar bem acima do nível d’água. A ilha de Si Chang é um apoio exterior para o corpo, mas eu vim até aqui para buscar uma ilha em meu coração, uma ilha que as *kilesas* não conseguiam inundar. Mesmo estando na ilha de Si Chang, ainda tenho que continuar procurando uma ilha dentro do meu coração para que tenha uma moradia dentro de mim. Essa ilha no coração está cercada pelo mar de *kilesas* e desejos. Aqueles que ainda não venceram *kilesas*, ganância, apegos e mau *kamma* podem ser comparados com pessoas

jogadas ao mar: é de se esperar que, cedo ou tarde, irão se afogar, caso contrário, ser vítimas de predadores marítimos como tubarões, por exemplo.”

Após deixar Si Chang, Luang Pó voltou a Wat Yai Chai Mongkhon e permaneceu lá por mais um período antes de começar a viagem de volta à sua terra natal, Ubon Ratchatani. Quando seus parentes e amigos ouviram a notícia de seu retorno, todos ficaram felizes e vieram visitá-lo e prestar reverência a ele, pois já havia mais de dois anos desde que o viram pela última vez. Nesse novo encontro, todos achavam que seu porte e comportamento estavam ainda mais dignos e nobres. Todos o tratavam com o mais alto respeito, e sempre que ele dava algum conselho todos ouviam com interesse e ninguém o contradizia. Seus ensinamentos fizeram com que eles entendessem de forma ainda mais profunda a importância de boas e más ações.

Certa noite, um dos garotos que era apenas um noviço na época de seu encontro anterior com Luang Pó, mas que agora já havia se ordenado monge, pediu que ele o aceitasse como discípulo. Pediu permissão para acompanhá-lo em sua prática do Dhamma, mas Luang Pó apenas ouviu em silêncio, nem aceitando ou recusando o pedido, o que fez o rapaz sentir-se inseguro e desapontado. Após um momento em silêncio, Luang Pó perguntou:

“Por que você quer vir?”

“Eu vejo que viver aqui não vai me ajudar a melhorar, por isso quero ir e praticar como o senhor.”

“Bom, se realmente quer vir, peça que lhe façam um mapa para Ban Pah Tao e me espere lá.”

Após passar um período instruindo seus familiares e amigos sobre o Dhamma, Luang Pó partiu em direção a Ban Pah Tao, parando pelo caminho sempre que encontrava lugares reclusos para praticar meditação. Ao chegar a Ban Pah Tao, ele se estabeleceu em Lan Hin

Ték (que mais tarde passou a se chamar Wat Tam Hin Ték) e lá passou o vassa de 1952, seu décimo quarto.

Naquele ano, vários monges e noviços se juntaram a ele durante o vassa. Luang Pó determinou uma rotina de prática bastante intensa para o período: algumas vezes eles praticavam meditação sentados e andando durante todo o dia e toda a noite. Luang Pó os ensinava:

“Não se apeguem demais a convenções. Dia e noite são apenas convenções inventadas pelas pessoas no mundo; se olharmos do ponto de vista do Dhamma mais elevado, não há dia nem noite, não há lua cheia ou minguante. Portanto, podemos combinar uma nova convenção: que o dia seja noite e que a noite seja dia. Se pensarmos que não há diferença entre dia e noite, vamos poder nos dedicar à nossa prática sem nos preocupar com horários.”

Um dia Luang Pó reparou que um discípulo regularmente tomava um medicamento, e por isso perguntou:

“Já faz tempo que vem tomando esse remédio?”

“Sim senhor, já faz vários anos.”

“E você melhorou?”

“Ajuda a diminuir os sintomas...”

Luang Pó permaneceu em silêncio por um instante e então disse: “Eh! Você vem tomando esse remédio há muito tempo e ainda não está curado. Jogue-o fora e experimente uma nova receita de remédio: coma pouco, durma pouco, fale pouco e pratique muita meditação sentado e andando. Experimente, e se não melhorar, deixe morrer.”

A maioria dos moradores de Ban Pah Tao eram pobres e, apesar de terem fé em fazer doações, não tinham muito a oferecer, uma vez que quase não tinham suficiente para si mesmos. Por causa disso, ajudavam a Sangha como podiam, com o pouco que era possível. Em geral ofereciam apenas arroz, pimentas, sal, alguns vegetais

frescos e às vezes bananas. Mas Luang Pó e seus discípulos continuavam praticando sem sentirem-se desencorajados pela escassez de alimentos. Pelo contrário, eles utilizavam essas dificuldades como oportunidades para desenvolver *khanti pāramī*<sup>1</sup> e aprender a não se preocupar com comida. Mas certo dia algo aconteceu que colocou em teste a resolução deles:

Perto da cabana onde Luang Pó morava havia uma pequena represa cheia de peixes. Quando havia muita chuva, a água transbordava e os peixes que eram arrastados para fora da represa tinham que lutar para retornar. Alguns eram fortes e conseguiam pular a parede de pedra da represa, mas outros ficavam exaustos pelo esforço e permaneciam no chão, tentando respirar na água rasa. Luang Pó via e frequentemente recolhia os peixes e os jogava de volta para dentro da represa. Certa manhã, como era seu hábito antes de sair em *pindapāta*, Luang Pó foi verificar se havia peixes precisando de ajuda, mas ao invés disso encontrou fileiras de varas de pescar à beira da represa, algumas com peixes já fígados. Ele não podia libertá-los, porque as varas pertenciam a alguém e soltar os peixes significaria destruir propriedade alheia. Portanto ele apenas olhou sentindo tristeza e pensou: “Os peixes engolem a isca, mas na isca há o anzol. É algo triste de ver. Por causa da fome, os peixes engolem a isca que prepararam para eles e, por mais que se debatam, não conseguem escapar. Isso é resultado do mau *kamma* dos peixes por não terem refletido antes de comer. Nós seres humanos somos iguais – se comermos por gula, sem discernir ou refletir, seremos como os peixes que se deixam enganar pela isca e ficam presos no anzol. Facilmente estaremos em perigo.”

Ao retornar de *pindapāta* naquela manhã, Luang Pó notou que os aldeões trouxeram um prato especial para oferecer aos monges: cozido de peixe. Ele imediatamente pensou que com certeza o cozido

---

<sup>1</sup>Resiliência, a capacidade de aguentar situações e sensações desagradáveis (pāli).

havia sido feito com os peixes que viu presos às varas na represa pela manhã; talvez alguns estivessem entre aqueles que ele ajudou a colocar de volta n'água. Luang Pó imediatamente sentiu repulsa e perdeu a fome. Quando ofereceram a panela com o cozido, ele a recebeu, mas não se serviu. Embora houvesse muita pouca comida – os únicos outros pratos disponíveis eram pasta de peixe fermentado e alguns vegetais – ele se recusou a comer o cozido por medo de que os aldeões ficassem felizes pensando terem realizado bom *kamma* e, por causa disso, continuassem pescando na represa para cozinhar e oferecer aos monges. No final, não haveria mais peixes. Luang Pó aceitou a panela de cozido, mas logo a passou adiante ao próximo monge da fila. O monge notou que Luang Pó não havia se servido e decidiu também não comer. Vendo isso, os aldeões perguntaram:

“O ajahn não vai comer cozido de peixe?”

“Não. Fico com pena deles.”

Por um momento houve um silêncio incômodo, até que um homem exclamou: “Se fosse eu, não ia conseguir resistir!”

Desse dia em diante, os aldeões não mais perturbaram os peixes da represa e, mais do que isso, espalharam a notícia de que os peixes pertenciam ao monastério e que, portanto, todos deveriam ajudar a protegê-los.

Em 1953 (seu décimo quinto ano como monge), Luang Pó e seus discípulos continuaram praticando em Wat Tam Hin Té, mas, com a chegada da estação chuvosa, Luang Pó se separou do grupo e foi passar o vassa sozinho no topo da montanha Pu Kói, que ficava a cerca de três quilômetros do monastério. Ele temporariamente delegou a responsabilidade sobre os demais monges a Ajahn Úan. Pela manhã, Luang Pó ia em *pindapāta* e fazia a refeição junto com os demais monges, mas, terminada a refeição, caminhava de volta para praticar sozinho em Pu Kói.



Luang Pó estabeleceu uma prática bastante intensa para que os monges observassem durante aquele *vassa*. Ele determinou que todos deveriam passar as noites em claro, praticando meditação sentados e andando. Quando o sol raiava, eles saíam em *pindapāta* – alguns vilarejos eram próximos, outros exigiam uma caminhada de até seis quilômetros e, nesses casos, quando enfim retornavam ao monastério e se alimentavam, já eram quase nove da manhã. Às dez horas, terminada a limpeza do refeitório, todos voltavam às suas cabanas para praticar meditação e então descansavam até às três da tarde. Nesse horário, um sino era tocado para que os monges se reunissem para limpar as demais áreas do monastério e realizar outras tarefas conforme fossem necessárias. Por volta das seis, o sino era tocado novamente para chamar os monges à *pūja*<sup>1</sup> vespertina e, terminada a *pūja*, começavam a novamente praticar meditação até o raiar do sol.

Durante os primeiros dois meses do retiro, os monges estavam autorizados a escolher como queriam praticar: podiam alternar entre meditação sentada e andando quando quisessem. Mas, quando o terceiro mês chegou, Luang Pó mudou a regra, que agora exigia que os monges praticassem a noite inteira numa só postura, ou seja, quem quisesse praticar sentado, teria que permanecer sentado até o amanhecer; quem quisesse praticar meditação andando, teria que permanecer caminhando até o sol raiar. Eles não podiam mudar de postura durante a noite. Luang Pó também aumentou a intensidade de sua prática durante aquele período. Quando chegava o dia do *uposatha*,<sup>2</sup> ele descia da montanha para dar ensinamentos aos monges, noviços e leigos; para os demais dias, eles eram instruídos a simplesmente continuarem praticando como ele havia determinado.

---

<sup>1</sup>Serviço devocional composto de gestos de louvor como fazer prostrações, recitar cânticos, oferecer flores, velas, incenso, etc (pāli).

<sup>2</sup>Dia em que os monges se encontram para confessar suas transgressões e recitar a regra monástica. Também é o nome dado ao templo onde essa cerimônia é realizada (pāli).

Durante sua estadia em Pu Kói, Luang Pó sofreu com um problema de saúde: suas gengivas começaram a inchar e causar uma dor indescritível. Ele curou a si mesmo através da prática do Dhamma, utilizando *khanti pāramī* como fundação para que a mente se pacificasse e contemplando que adoecer é natural a todos os seres. Luang Pó aguentava a dor e treinava a si mesmo para ser capaz de lidar com qualquer obstáculo que surgisse; ele lutava utilizando a força de *samādhi* e sabedoria até que conseguisse separar a dor – que era uma manifestação do corpo – e sua mente. Ele não permitia que sua mente sofresse junto com o corpo, multiplicando a quantidade de sofrimento. A doença nas gengivas permaneceu por sete dias antes de desaparecer sem uso de medicamentos.

Ao fim do vassa, Luang Pó voltou a residir no monastério, mas deu ordem para que os demais monges fossem praticar na floresta, distantes um do outro, mas que se reunissem no monastério todo dia de *uposatha*. Eles continuaram praticando dessa maneira até março de 1954, quando a mãe de Ajahn Chah, Mé Pim, veio visitá-lo acompanhada de seu irmão mais velho e outros cinco parentes e amigos de Ban Kó. Eles pediram que retornasse a sua terra natal para ensinar o Dhamma para as pessoas de lá. Luang Pó refletiu e decidiu que já era hora de retribuir seu débito de gratidão à sua mãe lhe ensinando o Dhamma, e por isso aceitou o convite. Após os leigos partirem, ele convocou uma reunião da sangha e delegou o dever de cuidar do monastério a dois discípulos. Quando tudo estava preparado, Luang Pó e um pequeno número de monges se despediram dos aldeões em Ban Pah Tao e começaram a caminhada de volta a Ban Kó.





## 12. ESTABELECENDO WAT NONG PAH PONG

A vida de peregrinações que Luang Pó levava acabou em 1954, quando ele decidiu se estabelecer em Dong Pah Pong. Daquele dia em diante, ele permaneceu ali até o dia de sua morte, em 1992, com exceção de alguns períodos curtos de viagens e três diferentes ocasiões em que passou o vassa em monastérios filiados a Wat Nong Pah Pong. Ele nunca mais retornou à vida de austeridade nas florestas e montanhas de um monge peregrino. Estando Wat Nong Pah Pong estabelecido, sua vida passou a ser administrar, organizar e ensinar; liderar monges e leigos na prática do Dhamma era sua principal ocupação. Mas antes que tudo chegasse a esse estágio, ele e seus discípulos tiveram que enfrentar muitos desafios.

Em 8 de março de 1954, ao final da tarde, Luang Pó e seus discípulos chegaram à densa floresta que os aldeões na época chamavam de Dong Pah Pong. Ela se localizava a cerca de três quilômetros de Ban Kó, o vilarejo onde Luang Pó havia nascido. Dong Pah Pong era um local recluso, com espessa folhagem. Ao chegarem, os monges se espalharam pela floresta e acamparam ao som das cigarras. Naquela noite, enquanto sentava em meditação, Luang Pó soube que sua vida estava agora tomando um novo rumo. Aquela floresta era um local importante para ele havia muito tempo:

“Quando eu era pequeno, ouvia meu pai contar sobre quando Tahn Ajahn Sao<sup>1</sup> veio acampar aqui. Meu pai foi ouvir o ensinamento dele. Eu era pequeno, mais ainda consigo lembrar. Esse tipo de lembrança estava próxima a meu coração o tempo todo, eu sempre pensava nisso porque esse era um lugar abandonado; eu via os enormes pés de manga, todos muito antigos.

Meu pai me disse que veio prestar reverência aos monges *kammatthāna*, veio vê-los comer, e eles colocavam toda a comida na tigela: o arroz, a mistura e os doces eram postos juntos dentro da tigela. Meu pai nunca tinha visto aquilo (e pensou): ‘Eh! Que monges são esses?’

Ele me contou isso quando eu era criança; ele os chamava de monges *kammatthāna*. Eles não ensinavam como os monges comuns. Quem quisesse ouvir um sermão não conseguia, pois eles simplesmente falavam normalmente; portanto, a pessoa não ouvia um sermão, ouvia apenas os monges falando. Eles eram monges *kammatthāna* que vieram praticar aqui. Quando eu mesmo me tornei um monge *kammatthāna*, essa lembrança estava sempre no meu coração. Sempre que virava o rosto em direção à minha terra natal, pensava nesta floresta, sem exceções. Após ter passado tempo suficiente em peregrinações, voltei para me estabelecer aqui.

Certa vez, Ajahn Di, de Pibun Mangsahan, e Tahn Chao Khun Chin (Luang Pó Put Tāniyo)<sup>2</sup> foram convidados a morar aqui. Eles também queriam ficar, mas disseram que não poderiam fazê-lo. Ajahn Di disse que esse lugar não era deles, Than Chao Khun Chin disse várias vezes: ‘Não posso ficar aqui, o lugar não é meu. Não demora muito e o dono do local chegará.’”

Quando amanheceu, o grupo examinou a área. A folhagem era tão densa que quase não encontravam um espaço vazio para colocar

---

<sup>1</sup>Ajahn Sao Kantasīlo: junto com Ajahn Man Bhuridatto, divide o título de patriarca da recente tradição da floresta tailandesa.

<sup>2</sup>Ambos renomados discípulos de Luang Pu Man e Luang Pu Sao.

seus pertences. Os aldeões que vieram lhes dar boas vindas prepararam um abrigo temporário perto de um grande pé de manga (ao sul de onde hoje fica o salão de *uposatha*). Somente após terem examinado as condições e decidido que era um local apropriado para estabelecer um monastério, começaram a construir estruturas permanentes. Com a ajuda dos habitantes de Ban Kó e Ban Glang, construíram quatro cabanas com telhado de palha, piso de bambu e paredes de folhas de palmeira. Em seguida, cavaram um poço e usaram a terra removida como piso para um pequeno salão para reuniões, e esse salão continuou sendo utilizado pela sangha por muitos anos. Luang Pó falou sobre como era Wat Nong Pah Pong naqueles primeiros dias:

“As coisas eram muito difíceis antigamente em Wat Nong Pah Pong. Aqui costumava ser uma grande floresta, era habitação de elefantes e tigres. Havia um lago onde os diversos animais da floresta bebiam água. Quando vim para cá não havia nada, a não ser a floresta. Nem fale em ruas ou estradas, era difícil chegar aqui! As casas das pessoas ficavam longe, pois elas não tinham coragem de morar perto. Acreditavam que um espírito muito feroz morava aqui. A lenda dizia que essa pessoa era um caçador de elefantes, que ele e seus empregados caçavam elefantes para vender. Com o passar do tempo ele passava cada vez mais tempo por aqui e, no final, se estabeleceu na floresta de vez, cuidando deste local. Por isso ainda havia um pouco de floresta quando vim morar aqui; se não fosse assim, a floresta já teria sido destruída há muito tempo. Moradores de Ban Pueng e Ban Bok tentaram tomar pedaços de terra para lavrar, mas sempre acontecia alguma coisa (para impedi-los). Aqueles que vinham cortar lenha nesta floresta costumavam morrer repentinamente. Havia muita mandioca e jacatupé crescendo aqui, mas ninguém tinha coragem de botar a mão neles. Só depois que vim morar aqui é que as demais pessoas vieram lavrar as terras próximas.”

Após Luang Pó e seu grupo terem passado dez dias lá, numa noite de lua cheia, por volta das sete da noite, cerca de dez aldeões vieram ouvir o Dhamma. Luang Pó alertou a todos para que permanecessem pacíficos, não se assustassem se algo estranho acontecesse e pediu que não fizessem barulho. Alguns minutos após Luang Pó começar o sermão, uma esfera de luz, similar a um cometa, apareceu na direção nordeste e flutuou além da vista em direção ao sudeste. A luz era brilhante o suficiente para deixar a floresta iluminada como se fosse dia. Todos acharam que era um sinal muito auspicioso para o novo monastério, mas Luang Pó permanecia impassível, apenas continuou discursando sobre o Dhamma como se nada tivesse acontecido. Os aldeões continuaram sentados em silêncio e, apesar de estarem cheios de assombro e curiosidade, ninguém se atreveu a dizer nada.

Após o ocorrido, Luang Pó se recusava a fazer qualquer comentário sobre aquele evento, e essa sempre foi sua atitude quando ensinando os leigos: mesmo coisas fantásticas são normais, não há razão para muita excitação. Na manhã seguinte, Luang Pó e os aldeões foram marcar a área do novo monastério e utilizaram os locais onde a luz surgiu e desapareceu como pontos de referência. Ele estimou cerca de 90 acres e deu ordens para que uma trilha fosse capinada marcando o perímetro do monastério.

Mas a aparição de luzes continuou ocorrendo. Uma discípula leiga que estava entre aqueles que presenciaram aquela primeira aparição, contou detalhes de uma segunda ocasião:

“Antigamente as estradas não eram tão convenientes como hoje em dia. Nós morávamos em Ban Kó e queríamos ouvir um ensinamento naquela noite: para isso tínhamos que usar um caminho estreito que cruzava um bosque. Alguns trechos eram muito fechados por mato alto e nos perdemos quando chegamos perto de Nong Ngu Luam.



Paramos para deliberar e tentar encontrar o caminho para chegar onde os monges moravam e bem nesse instante vimos uma luz brilhando no alto de um pé de manga. Então começamos a andar, atravessando o mato alto e os cipós que se enroscavam nas árvores e obstruíam o caminho. Andávamos tendo aquela luz como objetivo, achando que alguém havia acendido uma lanterna de querosene. Aquilo nos fez esquecer nosso cansaço, pois pensávamos que Luang Pó estava ajudando a nós que estávamos perdidos. Conseguimos chegar ao local de prática, mas assim que chegamos não vimos luz em lugar algum. Todos acharam aquilo muito estranho.”

A principal razão que fez Luang Pó aceitar o convite para se estabelecer ali foi o desejo de retribuir sua dívida de gratidão com sua mãe. Por causa disso, não muito tempo após ter criado o monastério, ele recebeu sua mãe como a primeira monja de Wat Nong Pah Pong; logo em seguida, três outras amigas dela se juntaram à sangha e o número total de monásticos morando lá durante o ano de 1954 era nove: quatro monges, um noviço e quatro monjas. Durante os primeiros dez anos o número de monges manteve-se entre quinze e vinte; já o número de monjas crescia todo ano e, por volta de 1964, elas eram pouco mais de vinte. O nome “Wat Nong Pah Pong” foi escolhido por Luang Pó utilizando parte do nome já conhecido pelos moradores da região, cujo significado diz respeito à característica do local: há uma floresta (*pah*) e uma área alagada (*nong*) repleta de pés de sorgo (*pong*); mas um nome mais curto que muitos utilizam é “Wat Pah Pong”.

Os primeiros anos de Wat Nong Pah Pong foram anos de dificuldades e luta. Por ser localizado numa área pouco desenvolvida, as pessoas que moravam nas redondezas eram pobres e mal tinham o suficiente para manter suas próprias vidas. A maioria não estava acostumada com monges *kammattḥāna* e alguns os viam com desconfiança e apreensão. As pessoas de outras áreas que vinham ao monastério eram muito poucas, devido à dificuldade de acesso e ao fato de que Luang

Pó ainda não era famoso e venerado como nos anos posteriores de sua vida. Por isso, quase nada vinha de fora do monastério, e eles em geral tinham que se manter com aquilo que a natureza provia. Não havia nenhuma das facilidades modernas como eletricidade ou lanternas a pilha, e mesmo velas e fósforos eram difíceis de obter. Água para beber e lavar tinha que ser tirada do poço e carregada até grandes jarros de barro que ficavam espalhados pelo monastério. A única bebida que de vez em quando tinham para o período da tarde<sup>1</sup> era chá de *borapet*.<sup>2</sup> A vida dos monges naqueles dias era difícil e dolorosa; o uso de tudo era racionado. Luang Pó contou a respeito:

“No começo, quando viemos para cá, não tínhamos chinelos, não tínhamos fósforos, só tínhamos pedras para fazer faísca. Colocávamos palha dentro de um bambu com uma ponta aberta e uma casca de limão fechando a outra; batíamos as pedras para tirar faíscas e acender a palha dentro do bambu – era o que usávamos naquela época, tal como usam isqueiros hoje em dia.

À noite, quando descíamos de nossas cabanas, estava completamente escuro. Levantávamos as mãos em *añjali* acima de nossas cabeças (e dizíamos) ‘*Sādhū!* Que o poder do Buddha, do Dhamma e da Sangha (me proteja). *Sabbe sattā sukhitā hontu. Sabbe sattā averā hontu. Sabbe sattā abyāpajjhā hontu.*’<sup>3</sup> Que todos os seres sejam felizes e não venham para perto de mim!’ À noite era escuro desse jeito, não se via nada e não tínhamos lanternas; não demorava muito e pisávamos em algo. Eu praticava meditação andando no escuro e várias vezes pisei em cobras, mas nunca levei picada. Por aqui tinha muita cobra cascavel.”

Os mantos que vestiam tinham que ser remendados quando ficavam gastos. Eles iam remendendo até que estivesse realmente velho e

---

<sup>1</sup>O Buddha proibiu os monges se alimentarem no período da tarde, mas os autorizou a consumir sucos de frutas, substâncias medicinais e tônicos.

<sup>2</sup>Um cipó medicinal muito amargo.

<sup>3</sup>“Que todos os seres sejam felizes. Que todos os seres sejam livres de inimizade. Que todos os seres sejam livres de opressão.” (pāli)

arruinado antes de pedir permissão para costurar um novo, porque era muito difícil obter tecido. Um dos monges daquela primeira geração de discípulos contou sobre as dificuldades que enfrentavam: “Tendo feito um manto, ele tinha que durar vários anos. Eu estava lá e ajudava nesse serviço. Antigamente costurávamos manualmente. Durante os primeiros três ou quatro anos eu costurava os mantos com minhas próprias mãos. Às vezes pedia que os monges viessem ajudar a cortar, costurar e tingir o tecido com tintura de jaca. Levava meses para terminar um único manto, e para cada monge tínhamos que costurar dois mantos. Não era tão fácil como ferver água para fazer chá ou café: a tintura tinha que ser fervida e evaporada até que a cor estivesse correta. Tínhamos que procurar pano branco, cortá-lo e costurá-lo. Tínhamos que fazer nossas próprias capas para nossas tigelas (de esmola). Era muito difícil. Se fôssemos vários monges, como hoje em dia, não sei como conseguiríamos fazer tudo isso. Era difícil, mas no final conseguimos. A maioria das cabanas eram baixas, feitas com telhado de palha e outras folhas. Cortávamos as folhas, que fixávamos em armações, e construíamos a cabana. Naquela época, *kammatthāna* era assim...”

A comida doada era bastante limitada: em geral, apenas arroz. Muito raramente lhes eram doadas frutas encontradas nas redondezas, como bananas. As pessoas do nordeste, especialmente no campo, tinham o costume de só doar arroz durante *pindapāta*, porque o normal era mais tarde levarem outros pratos para oferecer no monastério. Porém, como Wat Nong Pah Pong ficava longe e o acesso era difícil, mudaram de costume e só ofereciam arroz em *pindapāta*, sem fazer o esforço de levar outros pratos para oferecer no monastério. Como resultado, os monges tinham que sobreviver com o que estava disponível; após a *pindapāta* os noviços eram instruídos a recolher quaisquer folhas comestíveis que pudessem encontrar no caminho de volta ao monastério.

Toda a comida era dividida com a comunidade. Ao retornar de *pin-dapāta*, os monges esvaziavam suas tigelas em bacias e a comida era então passada de um a um, começando pelos monges mais velhos e terminando com as monjas mais novas. Todos pegavam pouca comida, fazendo um esforço para que o alimento disponível fosse suficiente para chegar até o final da fila. É dito que uma vez três bananas foram oferecidas e Luang Pó mandou que elas fossem cortadas em rodela finíssimas para que fosse possível a todos receber pelo menos uma parte. Luang Pó falou um pouco sobre o assunto:

“No que diz respeito a comida e alimentação, não pensávamos em desperdiçar tempo preparando comida desse ou daquele jeito: só pensávamos que, se havia arroz, já era suficiente. Para aqueles que tinham fé em praticar, quando chegava a tarde eu mandava ferver água, mas não tinha nada para misturar: não tinha açúcar, não tinha chocolate, café ou qualquer outra coisa, então fervíamos *borapet* e distribuíamos. Terminado, só havia silêncio, ninguém reclamava que estava amargo; não tinha outra coisa para beber, então bebíamos aquilo. Uma vez um monge foi a Ayutthaya e trouxe um pacote de café em sua sacola. Mas só tinha café, não tinha açúcar, então tivemos que ferver café sem açúcar e distribuir. Silêncio total, ninguém abriu a boca para reclamar. Tínhamos café, então tomávamos café; o açúcar ficava para mais tarde, se um dia alguém oferecesse. Qual o problema? Todos tomavam em silêncio, não havia problema algum.”

Mais tarde, quando Wat Nong Pah Pong ganhou fama e renome, o monastério passou a ser bem suprido de alimentos, mas Luang Pó ainda gostava de falar sobre as dificuldades dos primeiros anos como uma forma de alertar para que os monges e noviços não se deixassem levar por luxo ou conforto:

“Comer todos os dias, mesmo que seja arroz puro, ainda é melhor do que não comer. Quando comia arroz puro, me lembrava dos cães: em áreas pobres, os donos de cachorros só dão uma pequena

porção de arroz ao dia para eles comerem. Não tem mistura alguma, só há arroz puro, e os cães não morrem, ainda vivem tranquilos. Pelo contrário, ainda são cães diligentes: assim que ouvem um som estranho, começam a latir, acordam rápido. Quando o dono os leva para caçar, correm rápido, pois são magros. Mas cães bem cuidados pelos donos costumam ser preguiçosos. Mesmo que alguém chegue bem perto, eles ainda não latem, dormem o tempo todo. Mesmo que alguém venha perto a ponto de pisar na cabeça deles, ainda não despertam.”

No que diz respeito a medicamentos, a sangha utilizava apenas frutas, ervas e raízes que podiam ser encontradas na floresta. Apesar de Luang Pó ser flexível com relação a esse assunto, na maior parte dos casos eles contavam apenas com o “remédio do Dhamma”, ou seja, *khanti pāramī* e *samādhi*:

“Com relação a medicamentos e doenças, um monge uma vez ficou doente com apendicite. A barriga doía, mas ele não admitia ir ao hospital; aliás, naquela época ninguém ia ao hospital. Pode-se dizer que tinham muita resiliência. Mesmo eu fiquei doente durante três anos e nunca fui ao hospital, nem uma só vez. Lutava bem aqui. E então, o que fazer? Fervíamos *borapet* com sal e bebíamos, comíamos *samó*.<sup>1</sup> E era muito bom: o corpo sofria e doía, mas se ainda não havia chegado a hora da morte, não morria. Era só um pouco inconveniente, porque antigamente não tínhamos remédios, se um monge ou noviço ficasse doente (eu dizia): ‘Bom, aguente! Monges *kammattāna*, vocês não precisam ter medo, se vocês morrerem eu me encarrego de cremá-los. Se eu morrer, que vocês me cremem – não precisa guardar o corpo,<sup>2</sup> pois é sofrimento.’ Falávamos desse jeito, alertávamos uns aos outros dessa forma. Ninguém era frouxo ou vacilante, eram corajosos e capazes de verdade. Não me preo-

---

<sup>1</sup>Uma fruta medicinal tailandesa.

<sup>2</sup>Na Tailândia é comum guardar o cadáver por vários dias, às vezes meses ou anos, se o corpo for de um mestre muito reverenciado.

cupava se haveria algum monge vacilando ou fraquejando quando defrontado com qualquer uma dessas coisas.”

Luang Pó tomava doenças como excelentes oportunidades para aprofundar a prática do Dhamma, para contemplar a natureza impermanente do corpo humano e seu curto tempo de vida, para ver que este corpo é sofrimento e não é um “eu” – é apenas um aspecto da natureza. E, nesse respeito, ele mesmo sempre foi um bom exemplo – um discípulo contou sobre uma ocasião em que Ajahn Chah ficou doente:

“Certa vez ele ficou muito doente, e os discípulos se revezavam para cuidar dele. Ficavam dois monges do lado de fora (da cabana), e após um período eles trocavam. Quando entravam, perguntavam como ele estava e tocavam o corpo dele. Ele não dava permissão para massageá-lo, pois dizia não querer se apegar a massagens; ele não deixava. Saíamos e ele ficava deitado no quarto com sua febre. Ficávamos por perto, do lado de fora, e sentávamos em meditação de costas um para o outro, não conversávamos. Ele permanecia deitado e enfermo daquele jeito. Quando dava o horário, entrávamos e tocávamos o corpo dele – às vezes a febre tinha aumentado e tentávamos ajudar. Fazíamos desse jeito.

Certo dia a febre aumentou durante a tarde, quando veio um visitante do exército procurá-lo. O visitante estava esperando debaixo de uma árvore onde havia um local para sentar. Luang Pó vestiu o manto e foi recebê-lo. Mesmo com dor de cabeça e vomitando, ele ainda assim suprimiu a dor e veio receber o visitante...

...Ele tinha muita resiliência. Não havia remédio, não havia médico, ninguém havia se oferecido para pagar despesas médicas, por isso ele dizia: ‘Se não morrer, transforme em algo bom. Se não ficar bom, deixe morrer.’

Mas quando seus discípulos ficavam doentes, Luang Pó fazia um esforço extra para lhes ajudar. Se houvesse alguém doente, ele

perguntava os sintomas, olhava o penico – se estivesse cheio, ele lavava. Terminado isso, ele pegava uma vassoura e varria a área ao redor da cabana do discípulo; ele também discursava sobre o Dhamma para que o enfermo ganhasse ânimo. Pode-se dizer que fazia tudo de acordo com o que está especificado no Vinaya.<sup>1</sup> No que diz respeito a remédios, ele não tinha muito a oferecer, mas Luang Pó oferecia encorajamento. Alguns monges ficavam doentes por anos e Luang Pó tentava procurar remédios de ervas, que era um conhecimento que ele havia adquirido de seus professores. Ele procurava plantas medicinais para cuidar dos demais e pela manhã também separava comida para dar ao enfermo.”

Durante aquele período houve uma epidemia de malária e os monges, monjas e noviços frequentemente ficavam doentes. Por isso, às monjas foi delegada uma tarefa extra: à tarde elas tinham que cortar *borapet* para utilizar como remédio contra febre. A epidemia durou três anos, mas felizmente ninguém em Wat Nong Pah Pong faleceu dela. Uma monja discípula de Ajahn Chah contou sobre a época em que ele também contraiu malária:

“Luang Pó havia adoecido com malária mesmo antes dos demais residentes do monastério. Os sintomas eram muito fortes. Ele pediu que o carregassem para debaixo de uma árvore, que colocassem uma esteira (para ele deitar), porque queria ficar ao ar livre, sob uma árvore. Os leigos vinham visitar, mas naquela época ainda não havia remédio (para malária). Com relação a hospital, Luang Pó não deixava os monges irem, pois dizia que era uma confusão desnecessária. Ele não deixava ir, não deixava que sequer mencionassem a palavra ‘hospital’. Nos tratávamos de acordo com o que tínhamos. Às vezes traziam remédios de ervas do campo para triturar e ferver, e esse foi o tratamento dele.

---

<sup>1</sup>Na regra monástica há uma seção que especifica os deveres de um professor para com seus discípulos quando estes estão doentes.

Luang Pó ficou mais e mais doente, a ponto de a pele dele começar a ficar verde escura. Quando é assim, significa que a pessoa está em seus últimos momentos. Naquele dia ele estava muito doente. Estava deitado e de repente se ergueu, tentou levantar, tentou sentar e deitou novamente. Ele se sentou e se deitou como se não estivesse ciente do que fazia. Naquele momento todos os monges, monjas e noviços permaneceram em completo silêncio, todos os olhos fixos nele. Ele se levantou mais uma vez, e desta vez sentou balançando o corpo para frente e para trás, como se não conseguisse se manter erguido. Então olhou ao redor e viu o jarro com remédio de ervas que estava ao lado. Ele ergueu o jarro e despejou por completo sobre sua cabeça, ficando completamente encharcado. O monge que estava perto não foi rápido o suficiente para impedi-lo. Em seguida largou o jarro e de repente se sentou em meditação, completamente imóvel... em silêncio... Quando se sentou em meditação, todos os residentes do monastério e leigos ficaram espantados e surpresos.

Na manhã seguinte ele ainda estava doente, mas após alguns dias os sintomas melhoraram. Não sei que remédio ele tomou para poder se curar. Mas, assim que se curou, todos os demais ficaram doentes, tanto os monges como as monjas. Quase todos ficaram muito doentes. Luang Pó mandava colher *borapet* e pilar em forma de pasta. Usávamos uma seção de *borapet* do tamanho do braço do enfermo, cortávamos em pequenas rodela e pilávamos. Misturávamos com um copo d'água e filtrávamos com um pano para obter o líquido espesso, e então nos forçávamos a beber tudo aquilo.”

Durante aquela epidemia de malária, um grupo de médicos veio ao monastério e disse a Luang Pó: “Esta floresta é fechada demais; você deveria cortar os galhos das árvores para que fique mais arejada, facilitando a passagem do vento.” Luang Pó respondeu: “Que as pessoas morram. Se pelo menos preservarmos a floresta, já é suficiente.” Os médicos tentaram explicar novamente e convencê-lo com toda forma de argumento, mas ele permanecia impassível. Sua



resposta final foi: “Se um dos monges, monjas ou mesmo eu vier a falecer, não há importância. É melhor preservar a floresta.” Os médicos não sabiam o que dizer diante daquilo e não tiveram outra opção a não ser ir embora.



## 13. LIDANDO COM OBSTÁCULOS

Falta de recursos e doenças não eram os únicos obstáculos que Luang Pó e seus discípulos tiveram que enfrentar. Apesar de estar estabelecendo um monastério em sua cidade natal, nos primeiros anos Ajahn Chah teve que lidar com todo tipo de problemas vindos de falta de comunicação, mal-entendidos e de pessoas da região imaginando coisas sozinhas, algo que é normal e ocorria tanto entre os leigos como entre a sangha monástica. Por exemplo, esta história que Luang Pó contou à comunidade leiga de um monastério que foi visitar:

“... Eu fui viver em Wat Pah Pong – imaginem, no meu próprio vilarejo! – e fiz um bom trabalho cavando um poço na floresta. Pus um aviso que dizia ‘Este poço é para uso exclusivo dos monges. Os leigos não estão autorizados a utilizá-lo.’ Ainda assim, nós tirávamos água e colocávamos num jarro grande para que os leigos pudessem usar. Mas as pessoas ainda reclamaram – o pior foi Pó Nu. Quando uma mulher lhe contou sobre o poço, ele prontamente exclamou: ‘Então não devemos beber água?!’ Ele foi com força total: ‘O quê?! De onde saíram esses monges? Por que decidiram que os leigos não podem beber água? Eles se deram a todo esse trabalho de estudar e virar monges e ainda se comportam desse jeito?! Eles por acaso não comem o que oferecemos como esmola ou de onde é que estão

tirando comida, a ponto de decidirem que leigos não podem beber água?’

Vejam! Isso é por não saber. Nós deixávamos eles beberem, mas normalmente os leigos que vinham ao monastério usavam o balde com o qual pegavam sapos, peixes, girinos e sabe-se lá mais o que, e usavam aquele mesmo balde para tirar água do poço, deixando-o sujo. Eu apenas não queria que fizessem isso, eu queria que bebessem, é por isso que tirávamos água e colocávamos num jarro à parte para eles. Mas a única coisa que diziam era: ‘Ele nos proibiu de beber água!’, eles não contavam a história inteira.

Pó Nu ouviu sobre o poço e ficou com raiva, saiu de casa imediatamente para expulsar os monges: ‘Que tipo de monges são esses? De onde eles saíram? Eles vivem às custas dos leigos ou o quê?!’ Ele ouviu a história apenas uma vez, mas os pensamentos dele já foram lá na frente. Levou um bom tempo até conseguirmos nos entender, mas quando o fizemos, tornou-se meu discípulo...”

De fato levou um bom tempo. Após a disputa sobre o poço, a raiva de Pó Nu diminuiu um pouco, mas ele não desistiu. De vez em quando vinha discutir com Luang Pó e, em um desses encontros, Ajahn Chah lhe fez um convite aberto:

“Se tem algo que queira dizer, fale abertamente, não se preocupe comigo. Desse jeito vamos nos entender de uma vez por todas.”

“Se eu falar de forma aberta, temo que Luang Pó vá ficar com raiva de mim, porque não falo da mesma maneira que as demais pessoas.”

“Pode falar, não vou ficar bravo.”

Na verdade, Pó Nu estava esperando justamente uma oportunidade como essa e pensou “Ele me deu permissão para falar abertamente. Agora, se eu falar de maneira bem incisiva e ele ficar com raiva, vou poder acusá-lo e dizer: ‘Que espécie de monge *kammatthāna* é você que não consegue aguentar nada?’ ”

Então Pó Nu começou seu argumento: “Luang Pó uma vez disse que estou no caminho errado, mas eu digo que é você quem está no caminho errado, mais do que eu, porque todas as religiões são falsas, elas são apenas coisas que as pessoas inventam, convenções inventadas para enganar as pessoas. Todas as coisas neste mundo são apenas convenções. Por exemplo, um búfalo: inventamos um nome para ele, mas se quiséssemos poderíamos chamá-lo de ‘porco’, ele não iria reclamar... ‘Pessoa’, ‘animal’, tudo isso são apenas convenções, mesmo as religiões são apenas convenções.

Por que você tem tanto medo de demérito e mau *kamma*, a ponto de ter que se esconder na floresta? Isso nada mais é que atormentar seu próprio corpo inutilmente. Eu não acredito que mérito e demérito existam realmente: eles provavelmente são histórias para enganar crianças. Vá embora e viva num monastério na cidade como os outros monges fazem! Ou, melhor ainda, largue a vida monástica – assim você vai sentir prazer e experimentar o gosto da sensualidade. Isso seria melhor do que viver atormentando a si mesmo dessa forma – eu não enxergo benefício algum. Eu penso assim. Qual sua opinião sobre tudo isso?”

Após deixar Pó Nu falar à vontade para fisgar o interesse dele e após ter ouvido em silêncio por um bom tempo, Luang Pó disse: “O Buddha descartava pessoas que pensam como você, ele não conseguia ajudá-las. Elas são como flores de lótus que nascem afundadas na lama... Se você não acredita que mérito e demérito realmente existam, por que não tenta sair por aí roubando, furtando ou matando as pessoas só para ver o que acontece? Você vai ver como é.”

“O quê? Como você pode me dizer para matar pessoas? Se eu fizesse isso, os parentes deles viriam atrás de mim para me matar ou eu acabaria na cadeia!”

“Pois é. Você não vê que esse é o resultado do demérito?”

Pó Nu vacilou quando posto diante dessa linha de raciocínio, mas para não dar o braço a torcer, insistiu: “Talvez demérito exista, mas e mérito? Luang Pó vive na floresta atormentando a si dessa forma, mas eu não vejo mérito algum nisso.”

“Você pode pensar dessa forma se quiser, mas eu vou fazer uma comparação: se não há mérito e demérito e pratico de acordo com o *Dhamma-Vinaya*, não perco nada. Mas se de fato há mérito e demérito, então estou levando vantagem. Qual dos dois está em melhor situação: uma pessoa que está levando vantagem ou nem ganhando nem perdendo, ou uma pessoa que só está perdendo?

Pó Nu começou a abrir sua mente um pouco e falou sobre seus verdadeiros sentimentos sobre esse assunto: “Essa história de mérito e demérito é algo sobre o qual penso a respeito já faz muito tempo, a ponto de ficar com dor de cabeça. Eu ainda não tenho certeza se acredito. Nenhum monge a quem perguntei conseguiu me explicar de uma forma que me fizesse entender. Mas consigo aceitar um pouco do raciocínio que você usou. Mas, supondo que mérito e demérito não existam, o que devo fazer?”

“Faça o que quiser.”

“Se não existir de verdade, após eu morrer vou voltar para te dar um chute, pode ser?”

“Pode! Mas uma coisa importante é que você tem que abandonar o demérito e realmente praticar o mérito se quiser saber se mérito e demérito realmente existem.”

“Nesse caso, que Luang Pó me ensine para que eu saiba como praticar mérito.”

“Não é possível ajudar uma pessoa com pontos de vista incorretos como você. É uma perda de tempo.”

Quando pressionado dessa forma por Ajahn Chah, Pó Nu respondeu com eloquência: “Quem neste mundo é o mais sábio de todos?

O Buddha, não é? Você é um discípulo do Buddha, eu sou um discípulo de Māra.<sup>1</sup> Se o Buddha é realmente tão especial, mas você é incapaz de me ensinar, mostra que na verdade o Buddha não é superior a Māra.”

“Se é mesmo isso que você quer, então preste atenção, vou lhe dar um pouco de Dhamma e você pode levar, contemplar e tentar praticar para ver os resultados. Não importa se você acredita ou não, faça primeiro e veja o que acontece. Então, você não acredita no que os monges lhe disseram sobre o *Buddha Sāsānā*, correto?”

“Sim, eu não quero acreditar em ninguém a não ser em mim mesmo.”

“Se você não quer acreditar nos outros, também não deve acreditar em si mesmo. Você não é carpinteiro? Você alguma vez já cortou madeira errado?”

“Sim, já ocorreu.”

“É a mesma coisa. Você sempre entende as coisas certo, faz tudo certo ou às vezes entende mal, faz errado?”

“Sim, eu já fiz coisas de maneira correta e errada.”

“Nesse caso você ainda não pode confiar em si mesmo, porque você ainda se leva a fazer errado, falar errado, pensar errado...”

Pó Nu ficou satisfeito com essa linha de raciocínio e pediu por conselho: “Como devo agir?”

“Não fique duvidando demais e também não fale muito.”<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup>Uma personagem que surge frequentemente nas escrituras budistas tentando persuadir o Buddha e seus discípulos a desistirem da prática do Dhamma e voltar a viver no mundo da sensualidade (pāli).

<sup>2</sup>Estas são duas expressões tailandesas que possuem ambos um significado de face, imediatamente percebível, e também um mais sutil. A primeira é uma admoestação para que Pó Nu não fique pensando demais, tentando adivinhar o significado do que não sabe, ou, como dizem no Brasil: ‘ficar criando minhocas na cabeça’. A segunda, além de recomendar falar menos, também indica a necessidade de humildade – não ficar falando sobre algo sobre o qual não temos real conhecimento.

Após essa ocasião, onde quer que Pó Nu estivesse, esse conselho de Luang Pó Chah sempre ia junto. Mesmo que tentasse não pensar a respeito, ele não conseguia evitá-lo e quanto mais pensava a respeito, mais via a verdade no ensinamento de Ajahn Chah e do Buddha: “Tudo que o Buddha ensinou está de fato correto e não é possível contradizê-lo.”

Mais tarde ele abandonou seu orgulho e arrogância, abandonou seu comportamento teimoso, tornou-se discípulo de Luang Pó e começou a observar os cinco preceitos com diligência, assim como praticar meditação. No final, se tornou uma nova pessoa, agradável e sempre prestativo em todas as atividades do monastério, com energia e dedicação.

Outro problema que tiveram que enfrentar era o de pessoas que só queriam levar vantagem e obter o que desejavam. Algumas viam verduras e frutas crescendo na floresta do monastério e queriam colhê-los. No começo pediam uma ou duas; mais tarde começaram a roubar algumas e no final a ganância os sobrepujou e começaram a vir ao monastério carregando cestos para encher de frutas. Uns dos alvos preferidos eram os diversos pés de mamão do monastério, e inicialmente Luang Pó não fez nada, mas como os roubos começaram a ficar maiores e mais frequentes, ele pensou em uma estratégia para acabar com esse problema de uma vez por todas.

Luang Pó mandou que um anagārika cortasse três moitas de espinhos e as escondesse ao lado do caminho. Normalmente os ladrões vinham por volta das sete ou oito da noite, que era o horário em que os monges estavam reunidos no salão principal realizando a *pūja* vespertina. Naquela noite, Luang Pó formou três grupos de monges: ele permaneceu com o primeiro perto do local onde os ladrões pegavam o mamão; o segundo ficou colocado a meio caminho e o terceiro perto de onde as moitas de espinhos estavam escondidas.



Quando chegou o horário costumeiro, os ladrões chegaram pelo caminho que normalmente usavam, carregando seus cestos. Enquanto colhiam as frutas, Luang Pó deu o sinal para que os espinhos fossem retirados do esconderijo e fossem postos obstruindo o caminho que os ladrões usariam ao partir. Quando os cestos dos ladrões estavam quase cheios, Luang Pó limpou sua garganta, fazendo um barulho não muito alto porque não queria assustar demais os ladrões por medo de que eles saíssem correndo e deixassem para trás o produto do roubo. Quando ouviram o som, os ladrões se assustaram e se apressaram em colocar os cestos aos ombros e, meio andando, meio correndo, sem saberem o que os aguardava, foram direto ao local onde o segundo grupo de monges estava esperando. Nesse momento Luang Pó perguntou em voz alta:

“Vocês viram alguém indo naquela direção?”

“Onde? Onde? Cadê eles?”, os monges responderam falando alto e de forma ameaçadora.

Os ladrões ouviram aquele barulho e ficaram ainda mais assustados. Começaram a correr pela floresta até que chegaram ao terceiro ponto, e os monges escondidos ali começaram a fazer barulho ao mesmo tempo em que o primeiro e segundo grupo chegavam por detrás, e o som de vozes ficou ainda mais alto, preenchendo a floresta inteira. Os ladrões ficaram brancos de medo, largaram seus cestos e correram direto para as moitas de espinhos que obstruíam o caminho. O primeiro deve ter se machucado mais do que o segundo, porque após ele mesmo ter caído de corpo inteiro em meio aos espinhos, ainda teve que aguentar o peso de seu parceiro que caiu por cima dele logo em seguida, empurrando-o ainda mais para dentro dos espinhos. Ambos ficaram completamente enroscados nas moitas, gritando de dor, mas graças ao desespero em que estavam, ainda conseguiram atravessar os galhos repletos de espinhos e desaparecer na noite.

Luang Pó mandou que o anagārika colhesse os cestos. Ele sabia que seria fácil achar os ladrões, porque eles teriam que ficar de cama e pedir que seus familiares removessem os espinhos de seus corpos, um por um, tarefa que levaria no mínimo três dias para completar. Luang Pó chamou o chefe do vilarejo e disse: “Diga a eles que venham coletar seus cestos e as frutas; eles os perderam aqui. Diga que não precisam ter medo, podem vir e recolher os pertences deles comigo. Se demorarem muito, as frutas vão estragar e eles não vão conseguir vendê-las.”

Quando um dos ladrões veio se encontrar com Luang Pó, ao invés de lhe dar uma bronca, ele lhe ensinou com bondade: “Não faça isso novamente. Essas frutas que você roubou conseguem alimentá-lo por no máximo um ou dois dias. Vá procurar uma profissão honesta e dessa forma você será um bom exemplo para seus filhos.”, e desse dia em diante não houve mais roubos.

Luang Pó também enfrentou problemas porque parte dos moradores da região costumava se beneficiar da floresta cortando lenha, caçando e usando como pasto para o gado, mas agora que ela havia sido transformada em monastério, eles não podiam mais fazer nada disso. Alguns decidiram intimidar os monges utilizando uma mulher para difamá-los. Quando o monge que normalmente caminhava em *pindapāta* naquela área ouviu as notícias, ficou preocupado e consultou Ajahn Chah, que então se voluntariou a ir em vez dele. Os leigos desaconselharam, dizendo: “Tahn Ajahn, não vá em *pindapāta* sozinho, eles vão arrumar uma garota para abraçá-lo e então acusá-lo de tê-la estuprado.” Mas Luang Pó não estava preocupado, ele apenas disse: “Deixa ela vir! Desde que nasci nunca abracei uma mulher. Diga para ela vir, vou gostar muito!” Mas no final nada aconteceu e o murmúrio cessou sozinho. Desde então a atmosfera começou a melhorar e o monastério ganhou a simpatia de todos os moradores da região.

Mais um exemplo do modo ao mesmo tempo gentil e firme com que Luang Pó lidava com conflitos foi a ocasião em que uma pessoa, querendo se livrar de um cachorro, abandonou-o no monastério. Luang Pó resolveu o problema explicando de forma racional e evitando criar ressentimentos: “Um monastério de floresta não gosta de cães e gatos. Nós já temos muitos animais aqui, como esquilos e galinhas selvagens. Se eu estiver aqui, essas espécies terão continuidade; caso contrário, elas desaparecerão. Eu quero deixar algumas para que as próximas gerações possam ver. Se você trouxer cães para abandonar aqui, eles irão matar esses animais. Não faça novamente. Quem for o dono daquele cachorro, leve-o. Se você não o quer, eu encontro outra pessoa para levá-lo, mas não faça novamente. Os esquilos aqui são meus, mas também seus; as galinhas são minhas, mas também suas. Quando seus filhos crescerem, eles terão a chance de ver essas espécies no monastério. Se estivessem fora daqui, elas desapareceriam; portanto, me ajude a protegê-las.”

Mas não eram apenas com os leigos que eles tinham problemas: o mesmo ocorria com os demais monges da região – algo normal, uma vez que os pontos de vista de diferentes pessoas não são sempre iguais. Mesmo Luang Pu Man, quando veio residir em Ubon Rat-chathani, foi expulso da região pelos monges dos monastérios de cidade, cujo modo de vida é diferente dos monges da floresta. Os monges da cidade em geral pensam que os monges da floresta não conhecem os verdadeiros princípios do *Buddha Sāsana* por não terem passado pelo curso formal de estudo das escrituras budistas. Eles afirmam que as práticas ascéticas, como comer apenas uma refeição ao dia, são *attakilamathānuyogo*, ou seja, a prática de atormentar a si mesmo de forma inútil. Eles clamam que os monges *kammatthāna* têm visão equivocada (*micchāditthi*) e, sendo assim, como poderiam ensinar à população de forma correta? Tudo que ensinam também deve estar errado. Quando ensinam, eles apenas falam sem ler

dos livros e escrituras, como se não precisassem de um ponto de referência e simplesmente inventassem o que dizer.

Na época em que Luang Pó veio morar em Wat Nong Pah Pong, era sabido de todos que monastérios e templos budistas eram deficientes em disciplina. Neles realizavam-se regularmente muitas atividades diretamente proibidas pela regra monástica como, por exemplo, shows de música, bailes, jogos, apresentações de teatro, etc. Os monges eram relapsos em moralidade e alguns ganhavam dinheiro como médiuns, astrólogos e videntes ou fabricando remédios milagrosos – todas atividades expressamente proibidas pelo Buddha à ordem monástica. Naquela época tudo isso era considerado normal, pois as pessoas não tinham um ponto de referência para julgar o comportamento dos monges e, por isso, ninguém reclamava.

Mas quando Luang Pó e os monges de Wat Nong Pah Pong chegaram e passaram a servir como exemplo de monges que praticam estritamente seguindo o Vinaya, o resultado foi que a fé dos habitantes dos vilarejos e da cidade começou a ir em direção a eles, em detrimento dos monges da cidade. Isso fez com que alguns monges se sentissem um tanto incomodados. Alguns poderosos dentro dos círculos eclesiásticos olhavam Luang Pó e Wat Nong Pah Pong com rancor, outros com incompreensão, outros ainda com inimizade aberta. Certa vez um monge importante e respeitado chegou a chamar Ajahn Chah de “monge louco”. Luang Pó apenas tolerava sem se ofender; ele jamais retaliava ou respondia aos insultos. Ele tentava não ter atritos com nenhuma parte da sociedade dentro ou fora do monastério, tendo fé que “o Dhamma protege aqueles que protegem o Dhamma.”

Todos os anos, ao começo do *vassa*, ele levava seus monges para prestar reverência aos monges da cidade mais seniores, mesmo sabendo que, chegando lá, seria recebido com acusações e ofensas. Como sempre, ele se comportava de forma impecável e com tamanha humildade que era difícil acharem alguma abertura para criticá-lo. Um exemplo disso pode ser visto neste relato de um discípulo sobre

a ocasião em que foram prestar reverência ao monge mais sênior do distrito:

“... No começo de todo *vassa*, Ajahn Chah ia prestar reverência a todos os monges seniores da região. E este monge em particular, todas as vezes que íamos visitá-lo, criticava Ajahn Chah. Levávamos o monastério inteiro, dezessete monges, e prestávamos reverência, mas é óbvio, o interesse dele era em erudição, portanto costumava menosprezar Ajahn Chah o tempo todo. Eu me lembro de ir com ele uma vez, e esse monge disse: ‘O que você está ensinando a essas pessoas? Você está ensinando esses monges a apenas sentar de olhos fechados, eles não conseguem ver nada, não conseguem ler nada, como vão conhecer a verdade com os olhos fechados? Como você vai conhecer a verdade se apenas senta com os olhos fechados e medita? Ninguém consegue ver nada, só há escuridão.’ E então disse a Ajahn Chah que ele estava ensinando todos a serem ignorantes e tolos. Ele o criticou por uma hora e, enquanto estávamos ali sentados, Ajahn Chah escutava as críticas. Então, logo ao final, seu único comentário foi: ‘Sabemos no dia da nossa morte quem é verdadeiro, quem está correto.’ e em seguida liderou o grupo a realizar a cerimônia de pedir perdão.<sup>1</sup>”

Mesmo quando tratado dessa maneira, sempre que havia itens que poderiam ser úteis em um monastério da cidade e estavam sobrando em Wat Nong Pah Pong, Luang Pó os doava a eles. Além disso, nos primeiros anos, ele organizava aulas para que seus discípulos estudassem o currículo oficial de Dhamma, e ele mesmo atuava como professor. Como resultado, todos os monges de Wat Nong Pah Pong possuíam a graduação de Nak Thamm Ek. Nos anos posteriores, apesar de o monastério não mais organizar aulas formais, Luang

---

<sup>1</sup>Essa cerimônia consiste em pedir perdão por quaisquer ofensas que possam ter cometido para aquela pessoa, e a mesma pessoa então responde pedindo que eles também o perdoem por qualquer ofensa que possa ter cometido. É realizada como forma de prestar reverência a monges mais velhos e reforçar laços de amizade dentro da sangha.

Pó ainda dava permissão e suporte para que aqueles que estivessem interessados pudessem cursar Nak Thamm.

Com o passar do tempo, alguns monges da cidade tornaram-se discípulos de Ajahn Chah, o que fez sua reputação melhorar entre eles, até que ele se tornou respeitado por todo o país. Pessoas de perto e de longe começaram a fluir em direção a Wat Nong Pah Pong e todos os sentimentos de inimizade foram abandonados. Além disso, é bem possível que toda aquela pressão vinda de fora tenha sido útil – além das excelentes qualidades de Ajahn Chah – em fomentar a harmonia que sempre foi uma das características mais marcantes da sangha de Wat Nong Pah Pong e que a fez prosperar por tantos anos, até os dias de hoje.

## 14. TREINAMENTO NOS PRIMEIROS ANOS

Durante aqueles primeiros anos, Luang Pó ainda estava trabalhando em seu desenvolvimento pessoal. Além disso, havia apenas um pequeno número de monges e noviços vivendo no monastério, o que fazia com que o modo de prática fosse bastante duro, muitas vezes sendo levado ao limite entre vida e morte. Luang Pó frequentemente elogiava seus discípulos daquela época dizendo que eram todos realmente resolutos na prática do Dhamma, e cada um levava sua prática ao máximo de suas habilidades:

“Antigamente os monges não se juntavam em grupos para ficar batendo papo; se lhes era dito que não conversassem, davam ouvidos. Ficava cada um em sua cabana; ao cair da tarde, cada um voltava para sua cabana. Mesmo os cães não conseguiam viver aqui, pois quando chegava a manhã eles não tinham onde dormir. Cada cabana era distante uma da outra; ao cair da tarde, terminados seus deveres, cada monge entrava em sua cabana, um ia lá longe na floresta, o outro ia para o outro lado e os cães ficavam com medo, não tinham onde morar. Quando seguiam um monge, este entrava em sua cabana; seguiam outro monge, mas ele fazia o mesmo; seguiam outro monge, mas era o mesmo. No final, não tinham para onde ir.

Os cães não conseguiam morar aqui, mas as pessoas conseguiam – que coisa triste!<sup>1</sup>

... No começo, Ajahn Jan e Ajahn Tieng ainda não sabiam muito, não entendiam nada; mas (ganharam sabedoria) graças à resiliência deles, graças a serem obedientes e darem ouvidos aos ensinamentos do mestre. Quando algo lhes era dito ou ensinado, não discutiam com o mestre: aceitavam, contemplavam (sobre o que lhes havia sido dito). Cada um permaneceu por seis ou sete anos. Ambos estavam sempre aqui, nunca foram para outro lugar, nunca foram para o norte ou para o sul (do país). Nunca iam para cá e para lá, caminhando sem rumo – que é uma perda de tempo e não vale o esforço. Eles buscavam o Dhamma no mestre, praticavam tudo que fosse o caminho para progredir e por isso tinham muita força, tanto corporal como mental. Seguiam o mestre que os levavam a praticar e ter coragem, a não ter medo de nada. Após seis ou sete anos, mandei que fossem beneficiar os leigos em suas terras natais, onde permaneceram por muitos anos.”

Um discípulo falou sobre a atmosfera dentro do monastério naqueles dias: “Durante o período em que morei com Luang Pó, ele enfatizava muito Vinaya e *sīla*. Naquela época ele ainda tinha bastante energia e ainda estava desenvolvendo a si mesmo. Ele era energético em tudo que fazia. Para ele, tudo fazia parte de *sīla*, ou seja, ele enfatizava muito *sīla*. . Nossa rotina diária era acordar às três da madrugada e nos reunir para a *pūja* matutina. Na maioria das vezes, ele chegava lá antes dos discípulos. Assim que chegava, ele se sentava em meditação e então recitava a *pūja*. O grupo fazia tudo junto e em harmonia. Às vezes o nome de alguém era chamado – se algum monge ou noviço estava sendo relapso em seguir a rotina diária, se esquivando frequentemente, ele chamava pelo nome e dava quinze minutos para que aquela pessoa chegasse ao salão. Após

---

<sup>1</sup>Está se referindo ao fato de que o modo de vida era tão austero que as pessoas se encontravam numa situação que nem cães conseguiam suportar.



quinze minutos, ele chamava o nome e então começava a *pūja* e a meditação. Ele explicava e ensinava o método inicial para vencer os *nīvaranas*. Todos tinham que ter resolução em praticar, e ele estava sempre vigiando – se os *nīvaranas* invadissem a mente de alguém, ele chamava o discípulo em voz alta para que voltasse a si. Quando chegava a hora de encerrar a sessão, ele repetia vários alertas sobre o corpo, o comportamento e a mente – ele dizia para estarmos sempre cientes.

Quando ele falava havia silêncio total; todos tinham medo, não tinham coragem de se mexer, não diziam nada. Se tivessem que falar, falavam o mais baixo possível. Em seguida nos preparávamos para ir em *pindapāta*. Aqueles que seguiriam as rotas mais distantes saíam antes; quem fosse mais perto esperava um pouco. Luang Pó ia numa rota próxima. Ele não ia a Ban Kó. Ele dizia que o vírus ainda estava presente, o vírus do leite no local e nas pessoas: se fosse até lá, veria sua casa e lugares que frequentou, veria suas irmãs, seus sobrinhos e sua mente iria se apegar ali. Se não fosse necessário, não ia a Ban Kó; ao invés disso, ia em *pindapāta* em Ban Glang.

Enquanto os monges saíam para as rotas mais distantes, ele pegava uma vassoura e varria o chão antes de sair em *pindapāta*. Ao terminar, também recolhia o lixo. Às vezes não varria: ao invés disso, pegava um cesto e recolhia as folhas à beira dos caminhos ao redor do salão pequeno. Os discípulos ajudavam e, quando dava o horário, saíam em *pindapāta*. É assim que fazíamos.

Quando dava três da tarde, fechávamos a porta e as janelas de nossas cabanas; se tivéssemos posto o manto no varal, recolhíamos para que, caso algo acontecesse, como vento e chuva, não tivéssemos que voltar correndo para guardar. Tínhamos que prestar reverência o tempo todo. Antes de sair da cabana prestávamos reverência; quem não o fizesse, se chegasse ao salão e lembrasse (que havia se esquecido de prestar reverência), tinha que voltar à cabana e prestar reverência. Também trazíamos uma vassoura e o bule d'água,

trazíamos um sarongue debaixo do braço ou dobrado sobre a cabeça. Quando chegávamos ao salão, primeiro colocávamos nossas coisas de lado e íamos prestar reverência perante a estátua do Buddha no salão grande. Deixávamos o bule sobre o assento para monges; já o sarongue levávamos junto para colocar sobre a cabeça e proteger do sol caso necessário, mas não enrolávamos na cabeça: apenas colocávamos sobre a cabeça de forma organizada; então varríamos o monastério. Luang Pó também varria, os monges e noviços varriam em fila e não se ouvia o som de nenhuma conversa. Se não fosse realmente necessário, ninguém conversava – só se ouvia o som de gente trabalhando.

Naquela época não havia muitas bebidas doces: tínhamos só chá amargo de *borqet* e outras plantas medicinais como *samó* e *amla*, mas não havia muito açúcar. Havia bastante *samó* que comíamos com pimenta ou fermentado, mas não comíamos todo dia; quando comíamos, o fazíamos às duas e meia da tarde. Quando havia, Luang Pó mandava tocar o sino. Se um monge, ao comer, jogasse fora a semente de forma descuidada, Luang Pó dizia que ele havia quebrado *sīla*. Não podia jogar de forma descuidada: tinha que reunir todas e, ao terminar de comer, recolhê-las e jogar fora num local apropriado. Quando terminávamos, ele dava um pequeno ensinamento e às três da tarde íamos (varrer o monastério).

Quando terminávamos de varrer, cuidávamos da água de beber e de lavar. Antigamente tínhamos que tirar água do poço e carregar. Era Luang Pó quem segurava a corda e puxava o balde para cima; eu e os demais monges recebíamos o balde. Naquela época não havia muitos monges: começamos com seis, oito, dez monges e o número foi aumentando continuamente. Tendo tirado a água, carregávamos; tanto os velhos como os jovens ajudavam; só se ouvia o som de gente trabalhando, não havia som de conversa. Ele vigiava o tempo todo e, por isso, os monges tinham cuidado, respeito e fé de verdade.

Terminado isso, íamos ao salão varrer e preparar o assento dos monges. Começávamos (a varrer) do lado de fora e íamos avançando para que a poeira não entrasse no salão. Tendo varrido, esfregávamos um pano úmido no chão e preparávamos o assento. Em seguida íamos tomar banho e depois cada um ia para sua cabana praticar meditação andando. Praticávamos até as seis da tarde e, quando ouvíamos o som do sino, guardávamos nossas coisas, fechávamos a cabana e nos apressávamos em nos reunir no salão.

Ao ir ao salão no fim da tarde, Luang Pó sempre alertava para que chegássemos antes, não obrigando o mestre a ter que esperar. Ao fim da *pūja* ele subia no *thammat*<sup>1</sup> e ensinava o Pubbasikkhā, trazendo sua linguagem floreada<sup>2</sup> para entendermos. Depois disso os monges se dispersavam e voltavam para suas cabanas por volta das onze da noite. Às vezes continuávamos até a meia-noite ou uma hora.

Ele possuía um método de prática: ensinava a praticar de pé, sentado, andando, e de várias outras maneiras. No que diz respeito a utensílios, ele era muito frugal. Se um monge jogasse no mato algo que ainda podia ser utilizado, ele via e guardava – cuias, cestos de lixo, todo tipo de coisa. Ele dizia que não saber ser frugal é quebrar *sīla*. Quando eu era recém-chegado, não entendia porque *sīla* se quebrava rápido e com tanta facilidade. É assim porque se trata de uma ação anormal do corpo e da fala; falar mal, fazer malfeito, guardar mal as coisas é não ter *sati*; estar defeituoso em *sati* é quebrar *sīla*. Ele se esforçava em guardar as coisas para que seus discípulos tivessem o que utilizar, mas algumas pessoas não entendiam isso e achavam que ele estava reclamando, que ele era ranzinza, avarento. Ele ensinava os discípulos a se esforçar a praticar dessa maneira.

---

<sup>1</sup>Um acento elevado utilizado quando se está ensinando o Dhamma.

<sup>2</sup>O Pubbasikkhā é um livro escrito usando uma linguagem muito técnica e floreada, o que torna a compreensão difícil para uma pessoa comum.

Todos os *uposathas* praticávamos *nesajjika*,<sup>1</sup> tanto os monges como os leigos. Nesses dias era muito difícil sair do salão. Conforme íamos sentando, o corpo começava a doer, mas se fôssemos sair, tínhamos que ter o máximo de cuidado. Ninguém tinha coragem de sair primeiro, porque não queríamos que os demais nos olhassem com desdém; tínhamos esse tipo de pensamento no coração. Quando alguém saía primeiro, os demais então saíam em seguida; não saíamos para ir sentar ou deitar, só saíamos para mudar de postura e caminhar um pouco. Às vezes alguém saía, mas não aguentava e acabava deitando; mas se ouvisse o som de alguém ou o som de passos se aproximando, tinha que se apressar em levantar, porque tinha medo que o vissem. Luang Pó alertava para sair para mudar de postura: não era para sair e bater papo. Tínhamos que ter cuidado; se realmente tivéssemos que sair, esperávamos alguém sair antes e então íamos em seguida. Luang Pó permanecia sentado, perfeitamente imóvel.

Às vezes ele mandava os leigos ensinarem o Dhamma. Naquela época havia leigos que sabiam discursar, chamavam-se Pó Yai Di, de Ban Dong Kén, e Pó Yai Mun. Eles conseguiam falar o dia ou a noite inteira. Luang Pó dizia ‘OK, monges e noviços, ouçam um leigo discursar sobre a vida laica, sobre como é difícil ganhar a vida.’ Ele dava oportunidade para que os monges ouvissem e ia apontando as desvantagens, dizendo: ‘A vida laica é sofrida e difícil desse jeito.’ Era uma meio de também ganharmos sabedoria graças aos leigos.”

Luang Pó se esforçava em fazer com que seus discípulos vissem o sofrimento como ele realmente é: “Se quando o sofrimento surgir quisermos que ele desapareça, não vamos vê-lo, não vamos conhecê-lo, não vamos conseguir removê-lo. A verdade é que o sofrimento é o que nos faz ficar mais inteligentes; faz surgir sabedoria, nos faz contemplar *dukkha*. Quem sofre deveria contemplar o sofrimento,

---

<sup>1</sup>Prática ascética que consiste em renunciar à postura deitada, ou seja, varavam a noite praticando meditação sentados e andando (*pāli*).

e não fugir porque não quer sofrer. Sofrimento é uma ferramenta que nos mostra que bem aqui estamos errados, bem aqui não está bom. Somos assim: o sofrimento vai nos levar a buscar um mestre e, no final, alcançar paz.” Uma vez que olhar o sofrimento é tão importante, Luang Pó tomava medidas para garantir que seus discípulos sofressem diariamente; ele sempre enfatizava a importância de desenvolver *khanti pāramī* como ponto inicial da prática do Dhamma e dizia que era a melhor arma para destruir *kilesas*.

Durante o verão, após a refeição, ele mandava todos os monges sentarem em meditação no antigo salão de *uposatha*, dava ordens para que todas as portas e janelas fossem fechadas e que os monges vestissem o manto completo. Não demorava muito para que eles se sentissem como que assando dentro de um forno e que seus mantos ficassem encharcados de suor. Se alguém se atrevesse a reclamar, a resposta que ouvia era: “Você conseguiu viver na barriga da sua mãe por nove meses. Isso não é nada comparado com aquilo!” Já durante o inverno, ele dava ordens para que os monges deixassem suas cabanas e vivessem ao ar livre na floresta do monastério, para treiná-los a não se apegarem a confortos, a serem capazes de enfrentar o frio e a desolação de viver a céu aberto, a enfrentar o medo de animais como cobras, escorpiões e lacraias, além da irritação causada por formigas, cupins e outros animais.

“Eu investiguei muito em minha prática. Coloquei minha vida em risco, porque acreditei quando o Buddha disse que o caminho e o fruto de *nibbāna* de fato existem, tal como ele ensinou. Mas todas essas coisas nascem da prática, nascem de ir contra suas vontades, de ter coragem: coragem em treinar, coragem em pensar, coragem em mudar, em fazer. E como é esse ‘fazer’? O Buddha disse para ir contra sua própria mente. Nossa mente pensa nessa direção, mas vamos naquela; a mente pensa em ir naquela direção, mas ele dizia para irmos nessa outra. Por que ele dizia para ir contra nosso coração? Porque o coração está completamente envolto em *kilesas*:

ainda não foi treinado, corrigido. Ainda não é *sīla*, ainda não é Dhamma. Se o coração ainda não estiver brilhante e branco, como podemos acreditar nele?

... Se só ficarmos dizendo que não conseguimos cortar, se só falarmos nisso, todos nós neste monastério não seremos mais que um bando de cafajestes. Justamente por não conseguirmos cortar é que temos que nos esforçar! Se não consegue cortar, então rale, rale as *kilesas*, lixe. Se não consegue remover cortando, remova cavando. É difícil, não vai de acordo com nossos desejos, tem que ter cuidado por todos os lados.

... Se não opusermos nossos sentimentos agora, hoje, ser uma pessoa ordinária, um delinquente, continuará algo fixo dentro de nossa personalidade. O Buddha tornou-se um monge por enxergar dessa maneira. Ele foi se transformando, se opondo continuamente. Quem não contemplar com minúcia, não vai conseguir enxergar seus próprios sentimentos.”

Outro discípulo falou sobre os ensinamentos de Luang Pó naquela época: “O que Luang Pó mais enfatizava era o Vinaya e o modo de prática. Não deveríamos negligenciar o modo de prática, não deveríamos parar de praticar. Se não fosse realmente necessário, não deveríamos deixar de realizar *pūja* diariamente – se o fizéssemos, que não fosse por mais de quinze dias ou um mês; é assim que fazíamos. Seus ensinamentos sobre a prática do Dhamma enfatizavam a meditação: tínhamos que praticar meditação sentados e andando com frequência – pela manhã, ao meio-dia, à tarde e à noite. Se tivéssemos algum dever, o cumpríamos e então voltávamos à prática de meditação. Os monges nunca batiam papo ou faziam brincadeiras: todos permaneciam em silêncio. Com os leigos era a mesma coisa: eles praticavam como os monges, praticavam com seriedade, regularmente. Escutavam os ensinamentos e estudavam o Dhamma.

Luang Pó não tinha o hábito de bater papo ou brincar; ele nunca falava sobre assuntos mundanos, sobre assuntos laicos, não fazia piadas, não falava sobre prazeres dos sentidos – imagens ou sons agradáveis. Para evitar encorajar maus hábitos nos monges, ele não falava sobre essas coisas. Ele proibia que falassem ou conversassem sobre esses assuntos, ele proibia juntar-se em grupos para evitar que houvesse desarmonia na comunidade. Ele focava em desenvolver o tríplice treinamento (*sīla, samādhī, paññā*) e o estudo do Dhamma-Vinaya. Naqueles dias ele frequentemente ensinava usando o Pubbasikkhā, pela manhã e à noite. Após a *pūja* ouvíamos sobre Vinaya, estudávamos Vinaya. Fazíamos tudo de acordo com as regras do Vinaya, mesmo a *kathna*,<sup>1</sup> o costurar dos mantos e a fabricação de escovas de dente.<sup>2</sup> Usávamos tudo como um treinamento; todas essas atividades ajudam os monges a se livrarem da sonolência e da preguiça. Ele ensinava assim: ‘Se estiver com sono, não vá simplesmente se deitar – você deve primeiro encontrar um meio de consertar aquilo: pelo menos vá procurar madeira para fazer escovas de dente, faça pelo menos nove ou dez todos os dias.’

Às vezes íamos praticando até as onze horas ou meia-noite antes que ele anunciasse o fim da reunião e nos mandasse ir descansar por duas horas. Como poderíamos descansar? Apenas duas horas e já tínhamos que estar de volta, sentados novamente. Ninguém

---

<sup>1</sup>Uma cerimônia realizada ao fim do vassa (*pāli*).

<sup>2</sup>Ao contrário do que muitos pensam, o Buddha não ensinava só doutrinas e assuntos abstratos e filosóficos a seus discípulos. Ele, como líder da ordem monástica, também era um administrador e, como tal, via a necessidade de ensinar aos monges muitas coisas que hoje em dia talvez sejam entendidas como óbvias, mas que não o eram há 2.600 anos: como cuidar da saúde, como cuidar de bens pessoais, como manter harmonia na comunidade, etc. Sobre higiene bucal, ele ensinava a confeccionar “escovas de dentes” utilizando madeiras cuja seiva possuía propriedades bactericidas. O processo consistia em pilar uma ponta da madeira para quebrar as fibras até que estas ficassem macias e pudessem ser utilizadas como escova para limpar os dentes. A escova é de uso único e, portanto, os monges tinham que fabricá-las em quantidade suficiente para vários dias. Mesmo hoje ainda é comum encontrar pessoas utilizando esse produto natural na Índia, Tailândia e outros países da Ásia.

conseguia bater o sino porque ele sempre chegava lá antes dos demais e ele mesmo batia o sino para nos acordar; nunca tínhamos a chance de bater o sino, porque só dormíamos. Tentávamos ao máximo, mas não conseguíamos fazer como ele. Ele conseguia aguentar muita dor.

Mas os resultados surgiam. Pessoas importantes da região, tanto leigos como monásticos, vinham nos pedir poções mágicas, porque pensavam que ele nos ensinava essas coisas.<sup>1</sup> Quando seus discípulos iam estabelecer um novo monastério, ele prosperava mas na verdade isso não tinha relação alguma com poderes mágicos. Esse resultado surgia graças à resiliência e *mettā*<sup>2</sup> de Luang Pó, graças ao seu Dhamma-Vinaya, e é por isso que ele dizia que aqueles que protegem o Dhamma são protegidos pelo Dhamma e não caem no caminho da maldade. Com certeza será assim, se conseguirmos praticar como Luang Pó fez.

Tudo que ele ensinava, tínhamos que fazer. Se era para caminhar, tínhamos que caminhar; se era para sentar, tínhamos que sentar e não levantar. Não era brincadeira, ele não brincava: nós tínhamos que fazer. Se visse que não estávamos fazendo, ele nos chamava e dava uma bronca. Ele dava bronca nos monges e noviços. Ele convocava uma reunião, mas não dizia muito, não podíamos nos mexer. Se ficássemos sentados à toa aqui e ali, se entrássemos e saíssemos da reunião, ele perguntava imediatamente: ‘Por que saiu?’ Se fôssemos urinar e levássemos mais de uma hora para voltar, estávamos em apuros. Uma vez um monge foi urinar e levou mais de uma hora. Quando voltou, Luang Pó disse: ‘Da próxima vez me avise antes de ir; quero ir junto para ver (o que está acontecendo).’

---

<sup>1</sup>Na Tailândia há a crença de que aqueles que desenvolvem samādhi podem adquirir poderes paranormais (o que de fato está correto, mas que não são os reais objetivos dos ensinamentos do Buddha).

<sup>2</sup>Bem-querer, amizade, boa vontade (pāli).



Por causa disso, era impossível não ter medo dele. Você não podia não querer fazer algo porque ele não brincava, ele não largava. Não era permitido não ter um espaço para praticar meditação andando na área de sua cabana, não era permitido não ajudar a varrer o monastério; se você não viesse um ou dois dias, estava em apuros: ‘Qual o problema? Está doente? Se está doente, por que não avisou? Por que não avisou? Se não me avisar, tem que avisar a um outro monge. Como você pôde simplesmente fazer o que lhe deu vontade? Por acaso você mora aqui sozinho?’ Ele não hesitava em dar bronca, e você não podia se mexer, não podia brincar. Se ele encerrasse uma reunião e dissesse a todos para irem praticar, mas visse alguns andando à toa para cima e para baixo, chamava: ‘Ei, ei! Por que está batendo perna à toa desse jeito?’

Seus olhos eram ágeis, ele não deixava passar nada, nem mesmo a coisa mais ínfima. Se dissesse para caminhar, você não podia não caminhar; se dissesse para ir, você não podia permanecer, ou levaria mais uma bronca. Quando era hora de ir, todos tinham que sair imediatamente; se você não o fizesse, não conseguia escapar. Se você tivesse um motivo, então tinha que explicar qual era, e por causa disso há muitas histórias engraçadas daquela época. Ele não fazia isso apenas se impondo aos outros, mas praticando junto e dando o exemplo. Essa era a forma dele de administrar; o problema era que nós ainda não éramos Dhamma e Vinaya.”

As diversas regras do Vinaya são muito refinadas, e às vezes Luang Pó usava alguns truques para testar o quão hábeis seus discípulos estavam em seguir essas regras. Por exemplo, um discípulo deve estar sempre no mesmo nível ou num nível mais baixo que o mestre; portanto, quando este está sentado em uma cadeira, o discípulo deve se sentar mais baixo que ele, até mesmo no chão, se necessário. Outro exemplo é quando o professor não estiver calçado, o discípulo então também deve ficar descalço; se o professor não está cobrindo sua cabeça, o discípulo também deve descobrir a sua, abaixando

o guarda-chuva ou removendo o chapéu, se for o caso. Às vezes Luang Pó caminhava sob o sol com um pano protegendo sua cabeça; quando removia o pano, ele olhava para trás – se algum dos discípulos estivesse distraído e demorasse para descobrir sua cabeça, levava uma bronca.

Sobre Vinaya, ele uma vez disse: “Não obedecer ao Vinaya é o mesmo que não respeitar o Buddha, porque foi ele quem estabeleceu o Vinaya. Por isso, não obedecer, não respeitar o Vinaya, é o mesmo que não respeitar o Buddha. Se respeitamos o Buddha, temos que respeitar o Vinaya e obedecer estritamente ao Vinaya. Se não fizermos isso, não sei para que nos ordenar e qual benefício essa ordenação nos traria.

... Onde fica o Vinaya? Fica em nós. Se o respeitamos, ele está presente; se não o respeitamos, ou se o fazemos com desleixo, não somos nada além de bandidos que destroem o *Buddha Sāsanā*.”

Certa vez um monge veio pedir para passar um tempo no monastério estudando o modo de prática de Wat Nong Pah Pong. Luang Pó não o proibiu, mas avisou: “Se vai ficar comigo, você não pode possuir dinheiro ou acumular bens. Aqui nós respeitamos o Vinaya.”

O monge respondeu: “E se eu ficar com meu dinheiro, mas não me apegar a ele, tudo bem?”

Luang Pó disse: “Claro, mas só se você conseguir comer uma colher de sal e dizer que não está salgado – só que então vai ter que comer o saco inteiro!”

Um de seus discípulos resumiu os aspectos do Dhamma que eram o coração do ensinamento de Ajahn Chah durante aquele período:

**Sempre ter *sati*:** “Primeiro, ele dizia para estabelecer *sati* firme e contínua em sua mente. Não se deixe levar, não seja distraído, não deixe faltar *sati*. Ele dizia que esse Dhamma não possui abaixo ou acima, curto ou longo; ele dizia que era como um coco – nossa

prática deveria ser redonda como um coco. Ele nos dizia para firmar *sati*, para ter fé na Joia Tríplice – o Buddha, o Dhamma e a Sangha. Ele tinha muito respeito por isso e nos ensinava a ter o mesmo respeito e a ter *sati*. Ao prestar reverência, tínhamos que ter *sati*; se não prestássemos reverência, ainda tínhamos que ter *sati*. Ele dizia que, se estávamos distraídos, nos deixássemos levar em pensamentos, é porque *sati* não estava boa, ainda estava defeituosa de uma maneira ou de outra. Se nossa mente não for pacífica, se for confusa, ela não terá frescor, estará anormal – deve ter algo de errado conosco ou nos está faltando *sati*.

Em geral ele enfatizava *sati* em seus ensinamentos: sempre ter *sati* de forma contínua ao praticar, fazer com que ela fosse contínua, sem quebras. Ensinava a ter *sati* quando de pé, andando, sentado, comendo, etc. Não ter *sati*, é como estar morto – é assim que ele falava. Se reclamássemos que não tínhamos tempo para praticar, ele perguntava: ‘Quando comemos, estamos respirando? Quando dormimos, paramos de respirar?’ – ele comparava dessa forma. ‘Como pode estar tão cansado a ponto de não conseguir meditar? A respiração está bem ali, praticamos e ela está bem ali; se temos *sati*, ela está bem ali.’ Ele ensinava esse tanto.

Em geral ele ensinava a ter *sati*. ‘Se não tiver *sati*, você não vai desenvolver prática alguma, *samādhi* algum ou alcançar purificação. *Sati* é o mais importante, frescor vem de *sati*, paz vem de *sati*, bem-estar interno e externo estão em *sati*; Dhamma-Vinaya, todos os aspectos do caminho de prática estão em *sati*. Se não tivermos *sati*, o que vamos saber?’ Ele ensinava a verdade dessa forma.”

**Abrir mão da vaidade:** “‘Se você é um monge, não seja arrogante, não pense que você é melhor que os demais graças à sua nacionalidade, família ou algo do tipo. Isso não é *sīla* ou Dhamma. Se pensarmos daquela maneira, nossa prática não dará frutos. Temos que realmente abrir mão de tudo isso, ter a intenção firme de abandonar a vaidade.’ Ele ensinava a não ser arrogante: ‘Somos monges vivendo

juntos e não deveríamos ter problemas uns com os outros. Somos todos iguais, todos similares. Não fiquem pensando sobre quem está certo ou quem está errado. É normal que apontemos algo uns aos outros; se estamos errados, é só isso, jogue fora, não fique apegado a certo ou errado. Estar apegado não está de acordo com o Dhamma-Vinaya. Se estivéssemos certos, não agiríamos dessa forma. Assim é que se é tanto Dhamma como Vinaya. Se nos apegamos e saímos por aí ensinando aos outros ‘o Vinaya tem que ser praticado assim, o Dhamma é assim’, não será nem Dhamma, nem Vinaya. Você talvez esteja apegado a algo que não é Dhamma nem Vinaya – tudo errado! Se está de acordo com o Vinaya, também está de acordo com o Dhamma. Praticar Vinaya é praticar o Dhamma’.

Ele falava como se fossem dois caminhos conectados; ele não separava Dhamma e Vinaya. Como quando ele ensinava sobre a prática de *sīla-dhamma*: se não estiver de acordo com *sīla*, como poderia estar de acordo com o Dhamma? Ele os ensinava conectados dessa forma, e é por isso que ele dizia: ‘Meu Dhamma não é curto ou longo: tem a forma de um círculo, como um pomelo ou um coco.’”

Monges da segunda geração de discípulos de Luang Pó Chah também tiveram a oportunidade de experimentar o gosto apimentado desse estilo intenso de prática. Um deles falou a respeito: “Se alguém não fizesse como ele estipulou, levava bronca imediatamente. Ele subia no *thammat* e não parava de falar até que chegasse a hora da próxima atividade do monastério. Não voltávamos às nossas cabanas: só voltávamos após a atividade ter se encerrado, apenas para continuar praticando lá e esperar o horário da próxima atividade. Por exemplo, se um dia ele ouvisse um som alto porque alguém estava tirando água do poço fora do horário estipulado, assim que chegasse a noite ela dava a bronca, ia falando continuamente até tarde da noite, e às vezes ainda não descia do *thammat* – continuava até as três da madrugada. Assim que descia do *thammat*, começávamos a *pūja* matinal. Se ele ouvisse o som de alguém lascando madeira de

jaca para ferver e tingir um manto fora do horário especificado, era a mesma coisa.

Os monges tinham que chamar a atenção e avisar uns aos outros sempre que viam alguém fazendo algo fora do horário. Tinham medo que fosse motivo para mais confusão. Mesmo que só uma pessoa agisse errado, Luang Pó não deixava os demais voltarem para suas cabanas, fazia todos sentarem e ouvirem juntos. Era um ensinamento: aquela pessoa estava desperdiçando o tempo daqueles que queriam praticar o Dhamma, desperdiçava o tempo de prática ou de realizar outras atividades.

Então os monges estavam sempre com medo, medo de ter que ouvir um longo sermão. Era comum chamarem a atenção dos demais membros do grupo. Se Luang Pó soubesse que alguém fez algo errado, ele não esperava até o dia seguinte: logo chamava a pessoa e dava bronca ou então fazia todos ouvirem o sermão. Ele era sempre rigoroso e controlador. Não importa quem fosse fazer o que ou o quão necessário fosse, tinha que ir informá-lo antes de fazer. Não era possível fazer nada sem autorização dele, porque se ele descobrisse, a pessoa certamente ouviria um longo sermão.

Ninguém podia faltar à *pūja* ou chegar atrasado nem cinco ou dez minutos. Se estivesse andando perto do salão, tinha que pisar o mais leve possível, sem fazer barulho. Ninguém podia andar fazendo barulho ou levaria uma bronca por estar perturbando a meditação daqueles que já estavam sentados, e isso seria demérito e mau *kamma* para si mesmo, além de ofender as boas maneiras dos praticantes do Dhamma. Além disso, é falta de *sati* e *sampajañña*,<sup>1</sup> falta de compostura, é algo muito prejudicial a um praticante – era o que ele dizia.

Luang Pó era muito rigoroso com organização, disciplina, limpeza, cuidado e atenção. Ele dizia que só ser cuidadoso, mas não ter

---

<sup>1</sup>Compreensão clara do momento presente (*pāli*).

atenção,<sup>1</sup> não era suficiente. Ele dava o exemplo sobre ter cuidado, mas não ter atenção: uma vez ele saiu em *pindapāta* com outro monge que era muito cuidadoso: ele não olhava para direita ou esquerda e não levantava o rosto, andava olhando para baixo. Quando ia em *pindapāta* no vilarejo, esse monge levava ao pé da letra a prática de restringir a visão. Na regra monástica é recomendado olhar somente um metro à frente de si, e ele andava olhando para baixo, olhando somente um metro à frente o tempo todo e não levantava o rosto para olhar para onde estava andando ou o que havia mais à frente.

Ele foi andando e acabou entrando no chiqueiro de um aldeão. Quando entrou, deu de cara com o esterco de porco e ficou curioso, levantou os olhos e então descobriu que estava entrando no chiqueiro porque o caminho que estava seguindo levava ao chiqueiro. Luang Pó não disse nada porque achou que ele sabia o que fazia, já que era ele que andava à frente. Desse ponto em diante, Luang Pó tinha que avisar o tempo todo – se era para virar à esquerda, ele dizia ‘esquerda, esquerda’; se era para virar à direita, ele dizia ‘direita, direita’. Como um professor ensinando os alunos a desfilar em uma parada – ele tem que dizer ‘esquerda, direita!’ Por ter cuidado mas não prestar atenção, esse monge criava dificuldades desnecessárias aos outros. Luang Pó contava isso como exemplo de como ter cuidado mas faltar em atenção trazia problemas.”

Outro discípulo contou sua experiência: “Se você fosse urinar, levava bronca. Se ainda não havia chegado a hora, você tinha que aguentar – era o que ele dizia. ‘Os outros conseguem, por que você não? Você é uma pessoa completa como eles, por que não consegue aguentar?’ Era desse jeito. Eu suava por inteiro até meu manto ficar encharcado. Eu suava tanto que no final não precisava mais ir urinar. Eu tinha medo dele, medo de verdade. Ele ensinava assim: ‘Se você comer muito, vai defecar muito; se beber muito, vai urinar muito.’

---

<sup>1</sup>Esse é um jogo de palavras com os sinônimos “สำรวม” e “ระวัง”.

Eu acho que ouvi tanto isso que ficou gravado na minha cabeça. Por isso, quando comia ou fazia qualquer coisa, eu pegava só um pouco. Antigamente eu tomava muito cuidado.”

Um discípulo contou sobre como foi quando chegou a Wat Nong Pah Pong pela primeira vez: “Quando cheguei, em 1960, Luang Pó não me aceitou. Argumentou que eu não havia entrado em contato antes, portanto não havia cabanas vazias. Os leigos que vieram comigo insistiram por um longo tempo e se comprometeram a pagar o custo de construção de uma cabana; só então ele deu permissão. Antes de vir morar com ele, eu era um monge da cidade, agia como um monge da cidade. Quando chegou a hora de construir minha cabana, Luang Pó ficava de pé supervisionando, mas eu era arrogante e pensei que os monges de Wat Nong Pah Pong, além de não serem hospitaleiros, não sabiam fazer nada. Eu não conhecia o Vinaya, então fui ajudar a cavar e enterrar os pilares e cortar cipó para fazer amarras.<sup>1</sup> Luang Pó não disse nada.

No começo eu pensava que não deveria haver muita diferença entre viver num monastério de floresta e num monastério da cidade. Preparei um estoque enorme de alimentos e trouxe comigo, como leite condensado e achocolatado. Trouxe várias latas, pensava que poderia beber antes de sair em *pindapāta*.<sup>2</sup> Trouxe vários mantos comigo.<sup>3</sup>

Quando faltavam cerca de quatro ou cinco dias para o início do *vassa*, ele convocou uma reunião da sangha antes da *pūja*. Ele determinou que um monge fosse o responsável por verificar os pertences dos

---

<sup>1</sup>A regra monástica proíbe monges de cavar o solo e cortar plantas. O monge achava que os demais não ajudavam na construção porque não sabiam trabalhar, mas o verdadeiro motivo é que não queriam quebrar as regras de conduta.

<sup>2</sup>A regra monástica proíbe os monges de acumularem alimentos. Eles devem comer só o que tiver sido dado como esmola naquele mesmo dia.

<sup>3</sup>Em monastérios de floresta, os monges possuem apenas uma muda de mantos, composta de um sarongue, um manto simples e um manto duplo para o frio.

monges novos para ver se havia algo proibido<sup>1</sup> e garantir sua pureza perante a sangha. No final, naquele dia não me sobrou nada além de um único sarongue: todo o resto era objeto de transgressão do Vinaya. Ele verificava de forma muito detalhada. Alguns objetos, apesar de eu não ter comprado, tinham sido oferecido por leigos, mas eu havia lavado com sabão que havia comprado, e por isso não era considerado puro, não estava de acordo com o Dhamma-Vinaya, e me mandaram devolvê-los ao meu monastério anterior. Luang Pó disse que na época dele era ainda pior – o mestre dizia para jogar tudo fora.

Depois disso, o monge foi arrumar um novo manto para que eu vestisse. Era um manto *kammatthāna* de cor escura, com marcas de remendo num local onde tinha rasgado. Luang Pó dizia que não tínhamos que nos preocupar com utensílios, porque, se nossa *sīla* estivesse pura, as coisas viriam sozinhas. Então ele anunciou à sangha (que meus pertences já haviam sido trocados) e mandou que eu realizasse a cerimônia de confessar transgressões. Eu não sabia fazer como os monges da floresta e tive que repetir as palavras que ele dizia. Após a sangha ter aceitado minha confissão, ele me disse para ajudar a aconselhar os demais monges novatos. Eu fiquei muito feliz por ter me tornado um monge da floresta; às vezes acordava à noite e me sentava admirando minha tigela nova.”

Outro monge também contou sobre seus sentimentos no dia em que trocou seus pertences para que pudesse ser aceito como membro da sangha de Wat Nong Pah Pong: “Quando eles trocaram meus mantos e pertences, eu tinha cerca de quinhentos bahts e os joguei fora por sobre os ombros,<sup>2</sup> para que os anagārikas pegassem. Mas eu ainda estava com pena de jogar fora meu relógio. Era um relógio da marca

---

<sup>1</sup>O Buddha não permitia aos monges possuir ou sequer utilizar dinheiro. Caso algum objeto tivesse sido comprado pelo próprio monge, ele tinha que renunciar à posse daquele objeto.

<sup>2</sup>O Vinaya especifica que caso um monge possua dinheiro, ele deve renunciá-lo jogando-o fora sem olhar onde irá cair.



Technos que eu usava para olhar a hora quando ensinava.<sup>1</sup> Quando peguei para jogar fora e abrir mão, pensei: ‘Se eu abrir mão desse relógio, onde vou conseguir um novo para usar quando voltar a dar aulas?’ Luang Pó então falou, como se soubesse o que se passava na minha cabeça: ‘Hum... você tem um relógio? Jogue fora, não é bom. Fique com o meu.’ E ele pegou um relógio da sacola dele e me deu. Eu ainda tenho aquele relógio comigo e o guardo com todo cuidado.”

Certas cerimônias, como a recitação do *uposatha* ou a ordenação de novos monges, não devem ter outros participantes presentes a não ser monges devidamente ordenados. Por essa razão, é comum um monastério proibir monges desconhecidos de participarem dessas cerimônias para evitar que elas sejam invalidadas pela presença deles. Apesar da sangha de Wat Nong Pah Pong ser muito rigorosa na prática do Vinaya, quando monges de Wat Nong Pah Pong iam para monastérios Dhammayuta, não eram autorizados a tomar parte em cerimônias oficiais da sangha, pois Wat Nong Pah Pong é um monastério do secto Mahā Nikāya.

Na ocasião em que um monge Dhammayuta veio passar o vassa em Wat Nong Pah Pong, Luang Pó perguntou à sangha se eles deveriam deixar o monge visitante tomar parte na recitação do *uposatha*. A maioria dos monges era da opinião de que eles não deveriam autorizar, uma vez que os monastérios Dhammayuta também lhes negavam esse direito. Mas Luang Pó discordou e disse: “Podemos fazer como vocês dizem, mas ainda não é Dhamma ou Vinaya, ainda é arrogância, é muito orgulho e apego a si mesmo, não gera bem-estar. Que tal fazermos do modo do Buddha? Isto é, não nos importamos com Dhammayuta ou Mahā Nikāya, mas apenas com o Dhamma-Vinaya. Se ele se comportar de forma correta, não importando se ele é Dhammayuta ou Mahā Nikāya, deixamos ele participar. Se não se comportar, se não tiver vergonha em realizar más ações, mesmo que

---

<sup>1</sup>Esse monge possuía um nível elevado de erudição sobre escrituras budistas e costumava dar aulas sobre o assunto.

seja Dhammayuta, não deixamos ele participar; se for Mahā Nikāya, a mesma coisa. Se fizermos dessa forma estará de acordo com o que foi estabelecido pelo Buddha.”

Luang Pó aconselhava seus discípulos, caso estivessem em peregrinação e lhe perguntassem a qual secto pertenciam, a dizer: “Não tenho interesse por sectos ou escolas, meu interesse é pelo Dhamma ensinado pelo Buddha.” Se perguntassem se eram Mahā Nikāya ou Dhammayuta, eles deveriam responder: “Meu *upajjhāya* é Mahā Nikāya, mas eu sou apenas um monge que se comporta bem e respeita o Vinaya.”

Em 1963, um evento ocorreu que demonstrou como em tempos de doença Luang Pó cuidava tanto de seus discípulos leigos como dos monásticos. Quando Pó Puang, um leigo muito próximo ao monastério, já tinha alcançado idade avançada, fez um pedido a Luang Pó: “Quando eu morrer, quero oferecer meu esqueleto ao monastério<sup>1</sup> e peço que Tahn Ajahn tenha a bondade de buscar meu corpo<sup>2</sup> e organizar o funeral aqui no monastério.” Luang Pó aceitou o pedido. Não muito tempo depois, Pó Puang começou a adoecer e foi mandado ao hospital várias vezes, até que seus sintomas pioraram muito. Seus filhos então o trouxeram de volta para casa, para que lá passasse seus últimos dias, e vez por outra Ajahn Chah ia visitá-lo. A certa altura os sintomas ficaram preocupantes: ele já não podia mais falar e não abria os olhos; tudo que conseguia fazer era ficar deitado e gemer. Sua esposa e filhos cuidavam dele, mas não tinham como ajudá-lo.

No dia seguinte, a condição de Pó Puang piorou ainda mais. Ajahn Chah estava participando de um almoço num quartel do exército e, após a refeição, disse ao oficial de comando que queria ir visitar Pó

---

<sup>1</sup>É comum encontrar esqueletos humanos preservados em monastérios da floresta na Tailândia para serem utilizados na prática da contemplação da morte.

<sup>2</sup>A tradição no nordeste da Tailândia é de que, quando alguém morre, monges vão até a casa do falecido e lideram a procissão que leva o corpo até o local do funeral.

Puang e pediu que ele lhe arrumasse um carro grande para isso. O comandante disse que não era necessário um veículo grande para uma visita como essa, que um carro pequeno seria suficiente, mas Luang Pó repetiu sua ordem e o carro foi providenciado. Pó Nu (o mesmo que no passado havia discutido com Ajahn Chah a cerca de um poço d'água) o acompanhava e achou aquilo suspeito. Ele perguntou se estava realmente indo visitar Pó Puang ou recolher seu corpo. Luang Pó respondeu:

“Estou indo recolher.”

Pó Nu respondeu: “O que o senhor vai recolher? Ele ainda não morreu! O filho dele pediu que você fosse? Pó Puang não disse que era para o senhor recolher o corpo dele após a morte dele?”

Luang Pó permaneceu quieto por um instante e então falou: “Morto ou não, vou recolher o corpo dele hoje.” e disse ao monge que o acompanhava: “Vamos, Pó Puang está esperando.”

Quando chegaram, Ajahn Chah sentou-se à beira da cama de Pó Puang e olhou para ele por um instante. Pôs sua mão sobre seu rosto com suavidade e chamou:

“Pó Puang, Pó Puang...” Após um momento, Pó Puang abriu os olhos e olhou para ele. Ajahn Chah perguntou:

“Pó Puang, você se lembra de mim?” O enfermo fez um sinal positivo com a cabeça, olhou para o rosto de Ajahn Chah e lágrimas rolaram de seus olhos, mas não parou de gemer.

“Pó Puang, você é um praticante do Dhamma, você vem lutando há muito tempo. Chegou a hora de eles virem recolher – deixem que eles levem, pois pertence a eles, para que se apegar? Devolva o que pertence a eles. Mantenha sua voz dentro de si, por que está deixando que ela venha para fora?” Quando Luang Pó disse isso, o gemido cessou imediatamente. Luang Pó continuou:

“Esse corpo é de fato impermanente. Esse corpo está feio porque já está velho, foi utilizado por muito tempo. Vá procurar um corpo novo naquele lugar que você uma vez viu (durante sua prática de meditação).”

Ajahn Chah continuou acariciando o rosto de Pó Puang, então virou-se e perguntou ao oficial do exército: “Que horas são?” Eram 12h55. Luang Pó então disse: “Em cinco minutos Pó Puang partirá.” Enquanto Ajahn Chah acariciava seu rosto, os olhos de Pó Puang começaram a fechar pouco a pouco e ele faleceu exatamente às 13h00. O corpo foi levado a Wat Nong Pah Pong e o funeral foi realizado de acordo com os desejos do falecido.

## 15. ANOS POSTERIORES

Durante os primeiros dez anos, Wat Nong Pah Pong era apenas uma residência monástica na floresta: havia poucas edificações permanentes e os monges viviam de maneira simples em pequenas cabanas com telhado de palha. Luang Pó liderava seus discípulos a praticar de forma rigorosa e não se preocupava com o desenvolvimento material do monastério; além do mais, naqueles dias não havia fundos suficientes para tocar projetos de construção. Com o tempo, a reputação de Luang Pó começou a se espalhar, tanto em Ubon como em outras províncias, e o número de monges e monjas cresceu, assim como a quantidade de leigos que frequentavam o monastério. Em apenas alguns anos Wat Nong Pah Pong tornou-se um grande monastério e matriz de um grande número de monastérios filiados,<sup>1</sup> o que criou a necessidade de adaptar o local à sua nova situação.

Por essa razão, Wat Nong Pah Pong teve que desenvolver a estrutura física necessária para poder servir de centro para as centenas de monges que compunham sua própria sangha, assim como para os membros do crescente número de monastérios afiliados. Atualmente, existem cerca de 70 cabanas disponíveis para monges e 60 para monjas, há um templo principal, um salão para usos diversos,

---

<sup>1</sup>Na Tailândia, é comum as pessoas oferecem terra a um mestre para que ele estabeleça um monastério. Ele então envia um de seus discípulos para morar lá e construir o local, e o monastério é entendido como uma filial do monastério original.

um refeitório, um salão de *uposatha*, uma estupa (onde estão guardados os restos mortais de Ajahn Chah), um museu e muitas outras edificações de suporte como banheiros e lavatórios, reservatório d'água, cozinha, dormitórios para visitantes leigos e monásticos, escritórios, etc. A atual área do monastério é de 30 hectares.

Luang Pó não gostava de construções luxuosas, extravagantes ou supérfluas. Se uma edificação era necessária ao monastério, ela deveria ser feita de forma adequada e apenas o que era realmente útil deveria ser construído. A edificação deveria se integrar com a natureza do local tanto quanto possível, de forma a não destruir a atmosfera da floresta. Deveriam ser simples e baratas, como é apropriado a um monastério de floresta. Um princípio importante do qual Luang Pó nunca abria mão era o de nunca financiar nada fazendo pedidos à comunidade leiga, nem mesmo de maneira indireta. Por causa disto, o desenvolvimento material de Wat Nong Pah Pong ocorreu de forma espontânea, sem que nunca se organizassem campanhas ou eventos para angariar recursos. Luang Pó sempre dizia que era algo deplorável ver monges correndo atrás de dinheiro para construir monastérios: monges deveriam construir pessoas, e essas pessoas então se encarregariam de construir o monastério.<sup>1</sup>

Uma monja falou sobre o processo de construção em Wat Nong Pah Pong: “Luang Pó proibia a organização de campanhas para angariar fundos, ele só construía o que fosse possível. Quando o dinheiro acabava, simplesmente interrompíamos a construção temporariamente. Para economizar dinheiro e ajudar a desenvolver resiliência, todos os projetos de construção utilizavam, em grande parte, os monges e noviços como operários. Era uma forma de desenvolver *sati* em todas as posturas e fomentar a harmonia dentro do grupo. Além disso, uma vez que os recursos para financiar a construção

---

<sup>1</sup>Significa que os monges deveriam ensinar o Dhamma à população, e aqueles que entendessem o valor desse ensinamento voluntariamente se encarregariam de criar as condições físicas para que ele prosperasse.

eram limitados, tínhamos que economizar. O que podíamos fazer para economizar dinheiro, fazíamos. Às vezes os aldeões das cercanias também sacrificavam um pouco do tempo deles para vir ajudar.”

Mas não só as características físicas do local se transformaram com o passar do tempo: o número de leigos e monásticos que vinham a Wat Nong Pah Pong em busca de treinamento, o tipo de pessoas e até mesmo as nacionalidades que compunham esses grupos foi se alterando e, com tudo isso, um fenômeno talvez inesperado para muitos ocorreu: a personalidade de Luang Pó Chah também mudou para se ajustar à nova situação.

Luang Pó viveu em Wat Nong Pah Pong por quase 40 anos. Quando estabeleceu o monastério, tinha 36 anos de idade e era monge havia 17 anos – ainda era jovem, estava plenamente concentrado em desenvolver sua prática do Dhamma e almejava alcançar a realização mais elevada. Aqueles que o conheceram naquela época tinham a memória de um monge jovem e de poucas palavras, severo e resolutivo, um trabalhador vigoroso e ágil, magro e de pele castigada pelo sol. Ele enfrentou todos os obstáculos daquela época com grande paciência e perseverança.

Nos anos posteriores, tendo Luang Pó Chah alcançado um nível que julgava satisfatório em sua prática e ganhado mais experiência em administrar e ensinar uma comunidade de discípulos, pessoas de todas as direções começaram a vir para Wat Nong Pah Pong e tornaram-se discípulos. A imagem que essa geração de pessoas tem de Luang Pó já é completamente diferente da geração anterior: eles o viam como uma pessoa calorosa e informal, cheia de bondade e bom humor. Essa era indubitavelmente a característica pessoal que chamava a atenção dos presentes quando ele interagia com leigos e monges. A única diferença era que Luang Pó tendia a ser mais rigoroso com os monges, uma vez que estes eram discípulos mais próximos, como filhos, o que o fazia se sentir mais à vontade em

exigir mais deles. Além disso, por levar um estilo de vida monástico, eles estavam muito mais capacitados a colocar os ensinamentos dele em prática e colher os resultados esperados. Seus discípulos monásticos estavam sempre alertas e cientes de que, por trás daquele bom humor e aparente inofensividade, estava escondido um tigre feroz, pronto a atacar assim que um discípulo agisse de forma desatenta ou inapropriada à linhagem de monges *kammattthāna*.

Um monge contou como era trabalhar como atendente dele durante aqueles anos: “Luang Pó ia dormir por volta das três da manhã todo dia. Ele descansava nesse horário e às cinco da manhã acordava. Quando acordava, eu oferecia água morna e água fria (para ele lavar o rosto) e oferecia a escova de dentes. Inicialmente eu oferecia água para lavar o rosto e escovar os dentes; nos anos posteriores, passei a pedir licença para lavar a dentadura dele. Lavava o manto dele, ajudava ele a se vestir, preparava a cama dele, entre outras coisas. Se ele visse que a pessoa fazia um bom trabalho, ele deixava fazer; se fizesse malfeito, ele se irritava – às vezes tocava a pessoa para fora da cabana. Normalmente ele não dava ordens para que todas essas coisas fossem feitas, porque depende de cada um. Ele não dizia: ‘Você tem que lavar minha dentadura, tem que esvaziar meu penico, tem que lavar meus pés, lavar meu manto, etc.’ Ele nunca falava isso, mas se o discípulo tivesse fé e desejasse servir ao mestre de acordo com o que está especificado no Vinaya, e se aquela pessoa fosse suficientemente capaz, ele dava permissão para que o fizesse.”

Muitos discípulos notam que, de 1967 em diante, os ensinamentos de Luang Pó começaram a se suavizar e provavelmente havia várias razões para isso, a primeira seria o fato de que ele estava envelhecendo e a força de seu corpo, diminuindo. A segunda razão talvez fosse uma mudança de público: pessoas de classe média, educadas em universidades, começaram a vir tanto de Bangkok e outras áreas urbanas da Tailândia como do ocidente, interessadas em receber seus ensinamentos – especialmente após uma biografia ter sido



preparada e publicada em 1968 – e é possível que essa tenha sido uma razão pela qual Luang Pó mudou sua maneira de falar para melhor comunicar a esse novo grupo de pessoas. Um discípulo conta sobre essa mudança:

“Desse ponto em diante, os ensinamentos ficaram mais suaves. Transmitiam um deleite no Dhamma, e quem os ouvia se sentia bem. Quem tinha sabedoria se beneficiava muito, porque os ensinamentos eram leves e agradáveis. Anteriormente, se a pessoa não gostasse de ouvir (os ensinamentos duros que Luang Pó dava), não conseguia ficar mais que três noites. Simplesmente não conseguia ficar. Mandavam vir ouvir o ensinamento três noites; se não fosse compatível com o temperamento deles, não conseguiam ficar. Doía e machucava, se ofendiam logo na primeira noite. Isso era uma técnica que Luang Pó utilizava.

Mas quando ele ficou mais velho, com idade mais avançada, já não conseguia manter aquele nível de intensidade, e portanto mudou (de estilo). O conteúdo dos ensinamentos continuou o mesmo, mas o sabor melhorou, ficou mais divertido, mais agradável de ouvir. Porém, acho que as pessoas tinham mais dificuldades em entender, porque se entretinham ouvindo. Antes, quem ouvia logo entendia, porque era algo que doía e ardia, machucava e ofendia. Quem não gostava não conseguia ficar, mas quem conseguia ficar três noites permanecia dali em diante.”

Nos primeiros anos, Luang Pó costumava ensinar usando a língua do Laos,<sup>1</sup> pois a região nordeste da Tailândia faz fronteira com o país e ambos partilham muitos aspectos culturais. Como resultado, pessoas das demais regiões da Tailândia e os ocidentais que vinham a Wat Nong Pah Pong tinham a impressão de que Luang Pó estava com raiva, pois falava rápido, e numa época em que ainda não havia alto-falantes, ele se expressava com voz alta e enfática que podia

---

<sup>1</sup>O laociano é uma língua próxima ao tailandês, assim como o português é próximo ao espanhol.

ser ouvida de muito longe. Mesmo se você sáísse do salão onde o ensinamento estava sendo dado e andasse uma longa distância, ainda conseguia ouvir o som dele discursando. Sua voz tinha força, ela empolgava quem ouvia, fazia-os sentir como se uma grande onda d'água os tivesse lavado e carregado consigo; era como um general comandando suas tropas na guerra contra as trevas do *samsāra*.

Já quando alcançou idade avançada, Luang Pó passou a em geral utilizar a língua tailandesa e falar com voz suave e calorosa, como o som de um pai ensinando a seus filhos. Sua voz ainda possuía a mesma força, mas agora o fluxo de Dhamma que emergia de seu coração estava repleto de humor e tolerância. Mas, mesmo nessa época, ele às vezes ainda falava em laociano, especialmente nas noites em que o fluxo de Dhamma jorrava com força de seu coração e ele, sem perceber, acabava voltando a falar na língua do Laos.

Outro discípulo dessa mesma época falou sobre essa atmosfera que começava a mudar e tornar-se mais relaxada, mas ainda poderosa: “Luang Pó ensinava várias formas de prática; ele enfatizava a rotina monástica, o modo de prática, as atividades da sangha e assim por diante. Se você ouvisse o som do sino, que era um sinal de aviso de que havia chegado a hora de uma atividade coletiva, você tinha que se apressar. Mesmo que estivesse costurando ou tingindo um manto, fabricando escovas de dentes ou realizando qualquer outra atividade pessoal, você tinha que deixar tudo de lado e dar prioridade à atividade da sangha, porque era mais importante. Isso também demonstrava que ter harmonia dentro do grupo era uma fundação importante.”

Algo que Ajahn Chah também enfatizava era a necessidade de humildade, especialmente para os monges recém-ordenados. É comum encontrar monges que ouvem apenas algumas palavras do ensinamento do mestre, leem um pouco as escrituras, ainda não fizeram grande progresso com a prática de meditação, mas logo estão ansiosos para andar por aí ensinando aos outros e se vangloriando de

qualquer experiência insignificante que tenham tido quando sentados em meditação. Querem contar suas experiências para todos e até mesmo durante *pindapāta* não conseguem parar de falar. Para exemplificar, Luang Pó contava a história do genro:

“O genro, recém-casado, foi morar com os pais de sua esposa, mas, sempre que fazia algo, costumava contar vantagem. Ele queria que o sogro pensasse que ele era uma pessoa capaz, diligente e forte, sem preguiça, hábil em ganhar a vida. Ele mudou-se para a casa do sogro que ficava perto de um riacho. No final da tarde, o sogro levou o genro à beira do riacho para pegar peixes usando uma armadilha de bambu. Ele pegou um cupinzeiro, com cupins ainda dentro, e o colocou dentro da armadilha para atrair os peixes, colocou uma pedra pesada sobre a armadilha para que ela não fosse levada pela correnteza durante a noite e disse para o genro vir verificar na manhã seguinte.

Na manhã seguinte o genro viu a armadilha cheia até a borda de peixe baiacu<sup>1</sup> – os peixes pulavam e se contorciam dentro da cesta. Ele ficou muito feliz porque havia apenas baiacu; não havia nenhum outro tipo de peixe, apenas baiacu. Naquela época o desenvolvimento ainda não havia chegado ao campo e era difícil obter tecido, por isso as pessoas normalmente tiravam as calças e as deixavam à beirada quando tinham que entrar n’água. Ele então colocou a armadilha nos ombros com alegria e se esqueceu de vestir as calças. Caminhou de volta para casa cantando ‘Olha o baiacu! Aqui só tem baiacu!’ e subiu as escadas para mostrar à sua esposa. A esposa estava agachada ao chão preparando arroz para cozinhar quando ouviu o barulho alto: ‘Olha o baiacu! Chegou o baiacu!’, ela levantou o rosto e ouviu o grito ‘Só tem baiacu! Nenhuma tilápia, dá só uma olhada!’ A esposa ao mesmo tempo falou e apontou para o corpo nu do marido, que finalmente se deu conta da situação, olhou para si

---

<sup>1</sup>No original tailandês o tipo de peixe é outro, mas também com um nome engraçado.

mesmo e saiu correndo para buscar as calças que havia esquecido à beira do riacho.

Alguns dos nossos monges recém-ordenados são assim. Eles se ordenam e assim que experienciam ou veem qualquer coisinha já querem contar vantagem. Eles se deixam levar, querem se exhibir para os outros, mas para sua própria feiura eles não olham, não enxergam. Igual ao genro que queria contar vantagem para os sogros, e por causa disso não conseguia ver onde ele mesmo estava incompleto. Alguns aqui não conseguem sequer acompanhar a rotina diária do monastério e já querem contar vantagem para os amigos ouvirem – aonde quer que vão eles dão sermão; aonde quer que vão, só sabem falar.

... Ao praticar, não o faça com o nariz empinado, não se apegue a ter alcançado isso ou aquilo; pratique para pacificar, cessar. Não é necessário ficar agitado querendo atingir alguma realização espiritual. Algumas pessoas, assim que começam a praticar e veem qualquer coisa, já pensam que aquela é a ‘coisa de verdade’, que já conseguiram, já alcançaram algo. Isso não é correto.

Uma vez ocorreu no monastério de Luang Pó Pao de uma monja vir procurá-lo e dizer: ‘Luang Pó, já alcancei *sotāpanna*!’ Ele ouviu a monja dizer aquilo e então respondeu: ‘Eh... Um pouco melhor que ser uma cadela, não?’ Foi só dizer isso e aquela ‘*sotāpanna*’ perdeu a calma e foi embora. É assim mesmo, está completamente errado.

Quando estiver praticando, não deixe o nariz ficar empinado. O que quer que você pense ser, deixe estar. Se for *sotāpanna*, deixe estar; se for *arahant*, deixe estar. Seja uma pessoa simples, construa bondade sem parar. Onde quer que esteja, seja uma pessoa normal; não precisa se exhibir, pensando ‘eu alcancei, eu sou isso ou aquilo’. Mas hoje em dia, se alguém é *arahant*, não vive feliz. Pensa ‘eu sou um *arahant*’ e fica o tempo todo anunciando para que os outros saibam. Não consegue viver em lugar algum. Na época do Buddha, quem era

*arahant* vivia com simplicidade – não como o que vemos nos dias de hoje.”

Um monge contou um pouco mais: “Respeito também era muito importante. Por exemplo, lavar os pés dos monges mais seniores<sup>1</sup> e coisas do tipo – ele dizia para dar atenção especial a isso. É algo muito benéfico, pois ajuda a diminuir a arrogância e vaidade, algo difícil de fazer. Era o que ele dizia. Não é fácil encontrar quem consiga fazer essas coisas, ajudar a lavar os mantos e realizar outras tarefas. Mesmo na hora de lavar os pés, ele dizia para antes fazer *añjali* e pedir licença. Tínhamos que ter humildade, modéstia e agir de forma respeitosa.”

Viver com simplicidade e frugalidade era outro traço característico de Luang Pó Chah. O interior de sua habitação era quase que completamente vazio, porque ele não guardava itens supérfluos. Ele dormia num quarto pequeno, onde havia apenas uma cama e alguns utensílios. Luang Pó não tinha conta bancária: todos os bens e recursos financeiros que lhe ofereciam eram repassados para monastérios filiados ou partilhados com a comunidade em Wat Nong Pah Pong.

Certa vez um monge que tinha um gosto por arte estava procurando uma oportunidade para olhar dentro da cabana de Luang Pó, porque notava que frequentemente leigos traziam estátuas do Buddha e outros objetos de arte religiosa para oferecer a ele. O monge imaginava que Luang Pó os mantinha guardados em sua cabana, mas quando enfim conseguiu uma desculpa para entrar e olhar, ficou surpreso em encontrar o local vazio – Luang Pó não guardava nada, não importa quão valioso fosse o objeto oferecido; tudo que recebia era doado para outras pessoas.

---

<sup>1</sup>Pindapāta é feita com pés descalços; por isso, quando os monges mais seniores voltam ao monastério, alguns monges júniores recebem a tigela deles enquanto outros os ajudam a lavar e secar seus pés.

Muitas vezes os discípulos leigos reclamavam que já haviam oferecido *pavāraṇā*<sup>1</sup> várias vezes, mas ele nunca fazia uso delas; pelo contrário, ele frequentemente dizia a seus monges: “Quanto mais eles oferecem *pavāraṇā*, mais eu os evito.” Certa vez, uma leiga lhe ofereceu *pavāraṇā* de 90.000 bahts (que na época representava um valor muito maior do que hoje), mas o proibiu de utilizá-los para qualquer outro propósito a não ser para benefício próprio. Ele aceitou e deu a seguinte ordem a seus discípulos que estavam perto: “Se um dia alguma necessidade relacionada a mim surgir, usem todo esse dinheiro, não deixem sobrar nada.” Como resultado, só após sua morte o dinheiro pôde ser utilizado, porque ele jamais o fez em vida. O fundo foi usado para custear a impressão das milhares de cópias da biografia de Luang Pó Chah que foram distribuídas gratuitamente durante seu funeral.

Um discípulo conta esta história: “Uma vez um leigo de Ubon comprou um carro para lhe oferecer e disse que não aceitaria um ‘não’ como resposta. Ele estacionou o carro bem ao lado da cabana de Luang Pó, colocou as chaves dentro da sacola dele e foi embora feliz e sorridente. Luang Pó jamais sequer olhou para o carro. Quando ele descia de sua cabana, ele o fazia por outra saída. Quando tinha que ir à cidade, utilizava o carro de alguma pessoa. Ele jamais sequer olhou para ver qual carro era, que cor tinha. Após sete dias Luang Pó chamou uma pessoa e disse: ‘Vá e diga àquele homem que estou devolvendo o carro. Ele veio oferecer e eu já recebi. Ele já fez o mérito dele, mas agora vou devolver porque não é algo apropriado para um monge possuir.’”

Certa ocasião, quando Luang Pó tinha que ir até a filial de Wat Tam Séng Pet, havia uma fila de leigos, todos donos de carros de luxo, competindo pela honra de ser aquele que ia lhe dar carona. Luang

---

<sup>1</sup>Um convite aberto para que o monge peça algo em caso de necessidade. Por exemplo, um leigo pode colocar um valor à parte e avisar ao monge que peça caso um dia esteja precisando de algo dentro daquele valor. O leigo então se encarrega de providenciar o artigo especificado (*pāli*).

Pó olhou ao redor por um instante, apontou para um carro velho que estava estacionado e disse: ‘Ah! Eu vou neste aqui!’ O dono do carro velho mal podia conter sua alegria enquanto abria a porta para que Luang Pó entrasse. Naquele dia a viagem a Wat Tam Séng Pet levou um pouco mais do que o normal, porque todos aqueles carros de luxo tiveram que ir mais devagar para conseguir permanecer atrás do carro velho que ia à frente, levando Ajahn Chah.

Em outra ocasião, durante uma viagem com várias paradas, Luang Pó se hospedou por três noites na casa de uma afluente família em Somut Songkram. No terceiro dia disse ao leigo que viajava com ele que preparasse as bagagens e chamasse um táxi para que continuassem a viagem. O leigo ficou preocupado:

“O senhor não vai primeiro avisar o dono da casa?”

“Para quê? Quer informemos ou não, ainda temos que partir. Eu não prometi vir visitá-los, apenas disse que estava vindo. Para que perder tempo avisando e depois ter que aguentá-los tentando nos impedir de partir?”

O leigo começou a preparar as bagagens e chamou o táxi. Um dos empregados da casa deve ter notado a movimentação e telefonou para seu patrão em Bangkok. Quando o táxi chegou, Luang Pó deu ordens para ir a Aranya Pratet, mas após viajar apenas alguns quilômetros a dona da casa veio dirigindo atrás deles, os ultrapassou e obstruiu a rua com seu automóvel. Ela então saiu do carro, prestou reverência e chorou reclamando: “Luang Pó veio se hospedar em minha casa e eu ainda não tive a oportunidade de falar com o senhor. E agora está nos abandonando desse jeito!” Não demorou muito e o marido também chegou e também obstruiu a rua com seu carro. Mas, mesmo com ambos insistindo e implorando, Luang Pó não dava ouvidos, ele apenas continuava dizendo: “Deixe para outra ocasião.”, até que o marido também começou a chorar. O marido perguntou ao motorista do táxi qual o valor da viagem e, ao ouvir a resposta, a esposa colocou o valor em cima do capô do automóvel. Luang Pó

não se interessou, apenas disse ao motorista que seguisse em frente. Ao final, não restou muito ao casal a não ser se ajoelhar no chão com mãos em *añjali* enquanto o táxi partia levando Ajahn Chah.<sup>1</sup>

Luang Pó era sempre muito cuidadoso em não deixar que o relacionamento com a comunidade leiga fugisse do controle. Ele nunca dava oportunidade para ninguém se tornar muito íntimo, o que poderia causar inveja nas demais pessoas. Isso era especialmente verdade com relação a discípulas leigas. Ele também tentava evitar muito contato com pessoas ricas e poderosas na sociedade para evitar criar um laço de dependência que no futuro poderia colocá-lo na situação de ser obrigado ou a ceder aos desejos deles ou a ofendê-los. Ainda assim ele se esforçava em tratar todos com a mesma bondade, tomando o Dhamma-Vinaya como ferramenta para proteger sua liberdade, o que fazia com que muitos dissessem que “ninguém era dono de Luang Pó Chah”. Ele ensinava seus discípulos a agirem da mesma forma; ele os alertava sobre não ter moderação ao aceitar as oferendas feitas pelos leigos:

“Não ajam dessa maneira! Apesar de eles terem oferecido *pavāranā*, vocês ainda têm que ter consideração por eles. Eles têm uma família para sustentar, é difícil ganhar a vida. Vocês, veneráveis, nunca tiveram a experiência de ser chefe de uma família; como podem saber se aquelas pessoas não estão passando por dificuldades? Mesmo que eles tenham oferecido *pavāranā*, temos que ter sensibilidade. Não é só eles oferecerem *pavāranā* e nós podemos então pedir qualquer coisa que nos der na telha – de repente, o que não era necessário se torna necessário! Não ter consideração é agir movido por cobiça, é ser desleixado, é uma calamidade.

---

<sup>1</sup>É comum pessoas ricas convidarem monges famosos para se hospedar em suas casas apenas como uma forma de ostentação e status. A impressão que a história passa é de que após três dias o casal de ricos ainda não havia sequer tido interesse em ir dizer olá a Ajahn Chah, imaginando que ele permaneceria com eles o tempo que lhes fosse conveniente. Mas, tendo descansado, Luang Pó simplesmente continuou sua viagem, sem se deixar intimidar pela forma agressiva com que tentaram forçá-lo a permanecer.



Aonde quer que forem, sejam como um boi selvagem, não como um boi domesticado. O boi selvagem é livre, ninguém o prende pelo nariz,<sup>1</sup> mas o boi domesticado fica amarrado ao poste. Aonde quer que forem, não deixem os leigos os servirem até que vocês fiquem presos a eles; não deixem que eles os prendam pelo nariz como um boi. Sejam livres como o boi selvagem e assim poderão ir e vir quando quiserem.”

Outro exemplo foi na ocasião em que dois discípulos saíram em peregrinação pela região sul do país. A certa altura um grupo de leigos ficou sabendo da presença de monges discípulos de Ajahn Chah na região e foram até lá prestar reverência. Eles ofereceram *pavāraṇā* aos monges para que pedissem qualquer coisa que quisessem. Os monges então pediram duas passagens de avião para retornar a Wat Nong Pah Pong. Na época, mais do que hoje, viajar de avião era um luxo impensável para a maioria das pessoas e teria sido mais apropriado se os monges tivessem pedido uma passagem de ônibus ou trem. De qualquer forma, os leigos, ainda que constrangidos, compraram as passagens mas também mandaram notícias a Ajahn Chah sobre o ocorrido. Quando os dois monges enfim chegaram a Wat Nong Pah Pong, Luang Pó os estava esperando com uma longa e apimentada bronca para lhes dar como forma de boas-vindas.

No que diz respeito ao ritmo de prática no monastério, apesar de continuar intensivo, Luang Pó começou a dar mais tempo para que os monges relaxassem. Um dos recursos que ele utilizava para isso era criar oportunidades para que os monges pudessem conversar com ele sobre Dhamma num ambiente mais informal na área aberta na parte de baixo de sua cabana. Nessas ocasiões, ele às vezes distribuía cigarros (na época ainda era permitido fumar no monastério). Ele explicou: “Mesmo uma grande represa precisa de uma válvula de escape para evitar que arrebente. Prática de meditação é a mesma

---

<sup>1</sup>Na Tailândia é comum o uso de argolas no nariz do gado para controlá-lo.

coisa: você tem que relaxar e aliviar a pressão, mas isso deve ser feito de uma maneira apropriada a um monge.”

As ocasiões informais em que sentavam e escutavam o Dhamma de Luang Pó eram como uma reunião de família, era um ambiente animado em que os monges se sentiam alegres e se deleitavam enormemente no Dhamma. Lá podiam presenciar de forma vívida toda a sagacidade da sabedoria de Luang Pó, além de seu antigo bom humor, que agora voltava a fazer parte de sua personalidade diária. Apesar de ser respeitado e temido por seus discípulos, ele era ao mesmo tempo o centro da afeição de todos eles – todos queriam estar perto dele e ouvir suas palavras, absorver sua sabedoria. Alguns se beneficiavam mais e outros menos, de acordo com a capacidade de cada um, mas todos levavam consigo algo de bom daqueles encontros.

Alguns discípulos comentam sobre como Luang Pó era capaz de mudar de personalidade quando ensinava o Dhamma, tal qual um ator escolhe uma máscara diferente para adequar-se ao papel que representa. Além disso, ele era extremamente hábil em escolher a personalidade correta para cada ocasião, dependendo das pessoas com as quais estava interagindo. Por essa razão, pessoas diferentes tinham percepções diferentes de quem e como ele era, tudo dependendo da “máscara” que ele estivesse usando quando se encontraram com ele. Por exemplo, aqueles que estavam sofrendo e vinham visitá-lo ficavam impressionados com sua bondade e com o conforto que suas palavras ofereciam. Já aqueles que eram orgulhosos e arrogantes, ou que vinham desafiá-lo e testá-lo, eram recebidos com um ensinamento forte e áspero que logo os traziam de volta à razão. Os discípulos tailandeses em geral o viam como uma pessoa séria e rigorosa; já os discípulos ocidentais o viam como uma pessoa relaxada e sorridente – era difícil dizer com certeza qual era sua real personalidade.

Luang Pó também teve que se adaptar à fama e as desvantagens que ela traz. Quando seu renome começou a se espalhar, pessoas de toda parte passaram a vir procurá-lo em Wat Nong Pah Pong. Entre essas pessoas era comum encontrar aqueles interessados em forças ocultas e poderes paranormais que contavam relatos dos milagres realizados por Ajahn Chah, da mesma forma como comumente faziam em relação a outros mestres tailandeses. Na maioria dos casos essas histórias vinham de gente com imaginação fértil ou eram simplesmente inventadas do nada (ou as duas coisas ao mesmo tempo...).

No que diz respeito a Ajahn Chah, ele não dava importância alguma a esse tipo de coisa e, assim, não falava sobre tais assuntos – mas também não negava sua existência. Se alguém o perguntasse sobre esses temas, ele ou encerrava a conversa ou mudava o assunto para a prática do Dhamma e o caminho para transcender *dukkha*. Uma vez lhe perguntaram:

“Dizem que o Luang Pó é um *arahant*. É verdade que você é capaz de levitar no ar?”

“Levitar no ar não é importante; até mesmo besouros ‘rola-bosta’ conseguem voar!”

Em outra ocasião, quando um professor de escola perguntou se eram verdadeiras as histórias de *arahants* flutuando e caminhando no ar que ele havia encontrado nas escrituras budistas, Ajahn Chah respondeu:

“Sr. professor, sua pergunta está longe demais de si mesmo. Seria melhor se você perguntasse sobre assuntos mais baixos – da mesma estatura que nós aqui...”

Ainda assim, algumas histórias relacionadas a Ajahn Chah parecem verídicas, especialmente aquelas que contam sobre sua capacidade de ler os pensamentos das pessoas, das quais existem muitos exemplos como este:

Uma vez, um monge saiu em *pindapāta* e, enquanto andava pelo vilarejo, pensava consigo mesmo: “Hoje estou com muita fome! Vou comer muito, vou ter que comer uma bola de arroz do tamanho da minha cabeça para poder ficar satisfeito!” Quando voltou ao monastério, enquanto caminhava pelo portão, Ajahn Chah o surpreendeu e perguntou “Você está mesmo com tanta fome? A ponto de ter que fazer uma bola de arroz do tamanho da sua cabeça?!” O monge não sabia o que dizer, então apenas continuou caminhando em silêncio, envergonhado do fato de que Ajahn Chah estava ciente do que ele pensava.

Outra história semelhante é a do monge que havia escondido um ovo dentro de sua tigela. Normalmente toda a comida obtida como esmola era dividida entre todos e o sistema utilizado era oferecer primeiro a comida aos monges mais velhos e então para os demais, de acordo com o tempo de vida monástica de cada um. Para esse propósito, quando voltavam de *pindapāta*, todos os monges esvaziavam o conteúdo de suas tigelas em bacias, mantendo consigo somente a arroz puro. Naquele dia, um jovem monge havia recebido um ovo cozido como esmola e provavelmente não quis reparti-lo com os demais, então resolveu escondê-lo dentro de uma bola de arroz grudento.<sup>1</sup> Curiosamente, justamente naquele dia Luang Pó resolveu verificar o conteúdo de todas as tigelas antes da refeição. Ele caminhou pelo refeitório abrindo a tampa de cada tigela para ver o que havia dentro e, quando chegou à tigela daquele monge, tirou a bola de arroz grudento de dentro da tigela e a quebrou ao meio, expondo o ovo cozido. Ele então perguntou em voz alta: “De quem é esse arroz!? Ele acaba de botar um ovo!!!”

Em outra ocasião, um discípulo leigo próximo a Ajahn Chah que já havia testemunhado esse tipo de acontecimento várias vezes

---

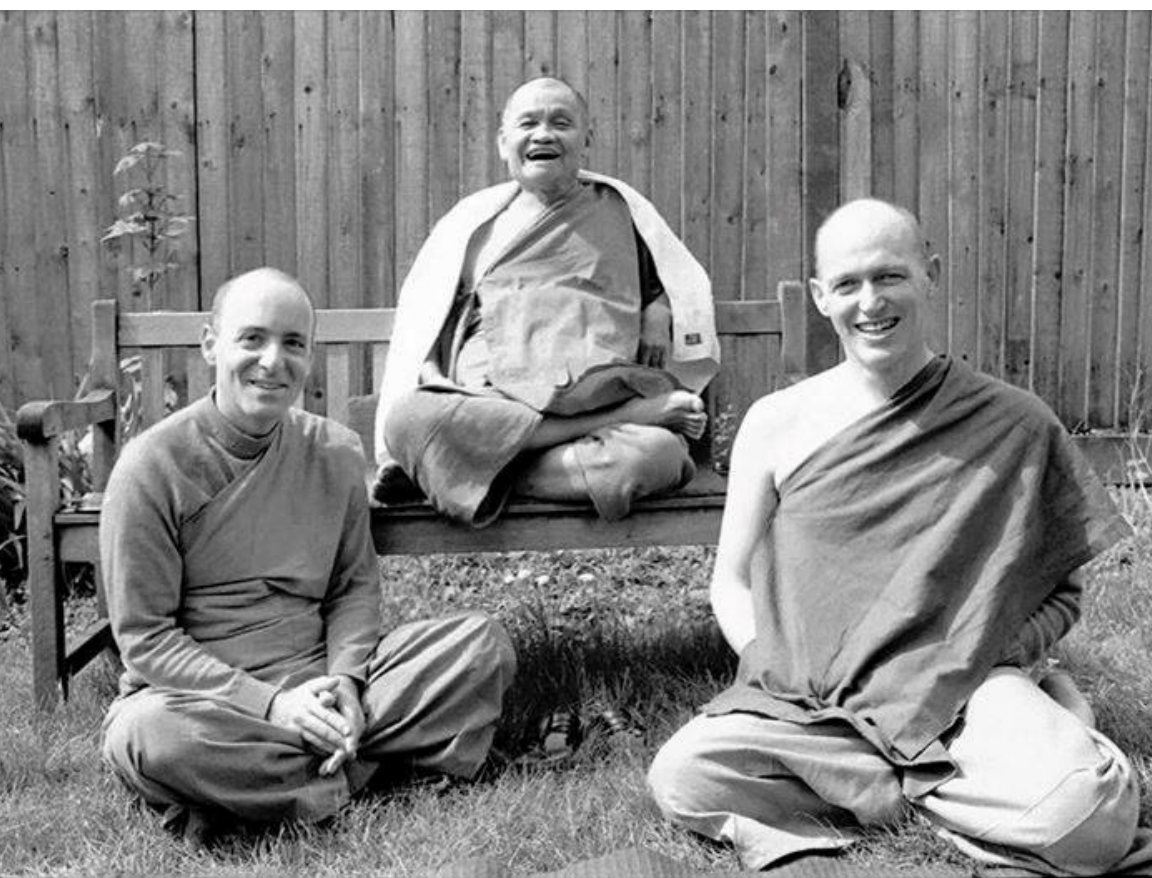
<sup>1</sup>Khao Niao: uma variedade de arroz que quando cozida ganha uma consistência ‘al-dente’ e grudenta. É comido pegando pequenas porções com as mãos.

perguntou a ele como era possível fazer tal coisa. Ajahn Chah apenas respondeu:

“Doutor, isso tem a ver com *samādhī*, não é nada muito profundo, mas, ainda assim, não é bom conversar a respeito.”

Luang Pó não falava de forma aberta sobre que estágio de iluminação ou capacidades especiais ele ou seus discípulos haviam realizado, preferindo sempre apontar a pessoa que perguntava de volta a si mesma e à sua própria realidade. Quando falava sobre si mesmo, sempre humilde, ele invariavelmente focava a conversa em seus defeitos e nas dificuldades que enfrentou, o que fazia com que aqueles que ouviam sentissem ânimo ao saber que mesmo um grande mestre como ele teve que enfrentar tais desafios, e inspiração por saber que ele conseguiu vencê-los e, portanto, quem sabe, talvez conseguissem fazer o mesmo.

Ainda assim, com o passar do tempo, o entendimento geral entre as pessoas passou a ser de que ele havia alcançado o estágio mais elevado de iluminação espiritual e de que essa seria sua última vida. Em grande parte esse consenso foi se manifestando em seus discípulos apenas por causa da fé que tinham nele, mas também por terem pouco a pouco reunido informações que transpareciam durante conversas em que ele explicava aspectos mais sutis do Dhamma ou relatava experiências em sua prática. Além disso, outros mestres da tradição da floresta eram bastante explícitos em declarar que Ajahn Chah era de fato um *arahant*. De qualquer forma, como o próprio Ajahn Chah costumava dizer, tudo isso é muito incerto. A única coisa que sabemos com certeza é que ainda temos caminho pela frente, mas ganhamos certo alento em ouvir que mesmo hoje ainda há aqueles que conseguem realizar o fruto mais elevado do caminho e libertar-se deste ciclo de nascimento e morte, *samsāra*.



## 16. A CHEGADA DOS OCIDENTAIS

Talvez o que mais ocupasse Luang Pó nos seus últimos anos de vida era a presença de homens e mulheres ocidentais que vinham até Wat Nong Pah Pong interessados em estudar o Dhamma. Apesar de que aprender a ensinar esses novos visitantes e lidar com eles tenha sido um verdadeiro desafio para Ajahn Chah, por outro lado também serviu para fazer com que toda a sua destreza em transmitir o Dhamma viesse à tona e brilhasse ainda mais do que antes.

O primeiro a chegar foi um americano chamado Robert Jackman, que mais tarde se tornaria monge e receberia o nome em *pāli* “Sumedho”. Robert nutria um interesse pela cultura oriental desde seus dias de universidade e, em parte por isso, voluntariou-se para fazer parte do “U.S. Peace Corps”, o que lhe deu a oportunidade de viajar para muitos países asiáticos e, finalmente, ter contato com as culturas que vinha estudando havia tanto tempo. Ele eventualmente chegou à Tailândia para trabalhar como professor de inglês e começou a estudar Budismo Theravada. Em 1966 se ordenou noviço em Wat Sri Saket, na província de Nong Khai, e um ano mais tarde recebeu ordenação como monge. Através de um encontro casual com um monge tailandês, discípulo de Ajahn Chah, ficou sabendo da existência de Wat Nong Pah Pong e sentiu interesse em visitar o local. Tahn Sumedho então pediu permissão a seu *upajjhāya* para partir e, após chegar a Wat Nong Pah Pong, tornou-se discípulo

de Ajahn Chah. Luang Pó o aceitou como discípulo, mas com uma condição, como ele mais tarde relatou:

“Naquela época, veio Tahn Sumedho, um ocidental. Eu nunca o tinha visto, não o conhecia; apenas tinha ouvido dizer que o país dele era muito divertido, mas nunca tinha visto. Pensei ‘agora ele veio ficar conosco’ e fiquei preocupado, apreensivo. Por que apreensivo? Porque ele sempre havia vivido no conforto, como iria conseguir aguentar as dificuldades daqui? Ele respondeu: ‘Eu consigo.’ Eu então estabeleci uma condição: ‘Não vou fazer esforço algum para te agradar. Na sua terra você comia só do bom e do melhor; agora que veio morar na floresta, não vou te mimar a esse ponto. Por quê? Porque eu já renunciei à vida leiga, meu manto, minha comida, minha moradia dependem das doações feitas por outras pessoas. Vivo de acordo com o que oferecerem. Eu mesmo não consigo as coisas que desejo, e por isso não vou lhe fazer agradados. Você pode vir viver comigo, vai ser um pouco difícil, mas não vou fazer esforço em lhe agradar. Por quê? Por medo de que você fique burro. Você veio para a Tailândia para quê? Veio estudar o *Buddha Sāsanā*, estudar a cultura tailandesa. Na Tailândia, como eles moram? Como eles comem? Como eles fazem as coisas? Você deveria conhecer tudo isso. Se eu ficar lhe agradando de todas as formas, você só vai ficar mais burro, vai ficar comendo pão<sup>1</sup> para o resto da vida. O que vai ganhar com isso? Não vai saber como fazem as coisas na Tailândia e isso será causa para que seja ignorante dessa forma.’ No final ele conseguiu ficar, mas passou por muitas dificuldades.”

Após a chegada de Ajahn Sumedho, mais e mais estrangeiros começaram a vir – alguns querendo ordenar-se como monges, outros apenas querendo encontrar Luang Pó e ouvir seus ensinamentos. Uma pergunta frequente que Luang Pó ouvia era: “Como você consegue ensinar a ocidentais, se não sabe falar inglês e eles não

---

<sup>1</sup>Originalmente na Tailândia não havia cultura de trigo e pão, na época, era considerado comida de gente rica.



falam tailandês?”, à qual Luang Pó respondia com uma comparação: “Água quente, *nam rón* e *nam hón*<sup>1</sup> são apenas nomes. Se você colocar a mão dentro, não vai precisar de língua alguma para saber (que queima). Não importa de que país venha, você vai saber.” Ou então ele devolvia a pergunta: “Na sua casa você cria búfalos? Você tem gado, cães ou galinhas? Diga-me, você fala ‘bufalês’ ou ‘cachorrês’? Bom, então como consegue se comunicar com eles?”

Mas a verdade é que ele era muito hábil em encontrar maneiras para ensinar seus discípulos, às vezes utilizando poucas palavras ou mesmo sem palavra alguma. Um monge britânico uma vez falou a respeito: “Luang Pó não tinha que ensinar muito, ele falava apenas duas ou três palavras para que fôssemos refletir. Por exemplo, uma vez eu estava varrendo o monastério, ele passou por perto e perguntou:

‘Tudo bem?’

‘Sim, tubo bem, Luang Pó.’

‘Tudo bem?’

‘Tudo bem.’

‘Tudo bem não é bom.’ Ele disse só isso e foi embora. Eu fiquei de pé, confuso, nunca havia ouvido alguém dizer que ‘tudo bem não é bom’. Pratiquei meditação andando por um bom tempo até que consegui entender: naquela época eu havia acabado de me ordenar e ainda havia muitas *kilesas* em mim. Se estava ‘tudo bem’, deveria ser porque eu estava obedecendo às *kilesas*, o que é algo ruim. Se estivesse praticando de verdade, as *kilesas* estariam criando oposição e com certeza não estaria ‘tudo bem’ ”.

Ajahn Sumedho também tem várias histórias semelhantes: “Uma manhã eu estava varrendo as folhas no monastério e estava de mau humor, irritado e com raiva. Estava reclamando comigo mesmo

---

<sup>1</sup>“Água quente” em tailandês e laociano, respectivamente.

que vivendo em Wat Nong Pah Pong eu não obtinha nada a não ser sofrimento. Bem nessa hora, Luang Pó passou por perto, sorriu e me disse: ‘Wat Nong Pah Pong é muito sofrimento!’ e foi embora. Eu fiquei tentando adivinhar porque ele havia dito aquilo. Quando voltei para minha cabana e pensei a respeito, compreendi que esse sofrimento não vinha de Wat Nong Pah Pong, mas sim de minha própria mente. Perceber isso me ajudou a parar de ficar achando defeitos nas coisas e pessoas ao meu redor. Luang Pó falou apenas algumas palavras, mas elas tinham o poder de nos fazer olhar de volta para nós mesmos.

... Luang Pó impunha uma regra de que ao ensinar o Dhamma, seus discípulos estavam proibidos de fazê-lo tendo antes pensado num assunto para falar ou memorizado um discurso. Você deveria falar sobre o que estava em seu coração naquele momento. Ele ensinava a não esperar nada ao dar ensinamentos, não falar com intenção de ganhar o respeito alheio ou agradar a alguém. Tudo isso tinha o propósito de evitar que vaidade se infiltrasse no ato de ensinar.

Uma vez eu o desobedeci e me preparei anteriormente em detalhes, pensando em todo tipo de coisas boas para falar a respeito. Quando terminei meu discurso, estava me sentindo muito satisfeito comigo mesmo por ter falado tão bem, mas assim que desci do *thammat* e prestei reverência a Luang Pó, ele estava olhando para mim com uma expressão séria e disse apenas: ‘Ruim. Não faça isso novamente.’

... Todo dia, quando Luang Pó voltava de *pindapāta*, havia vários monges esperando por ele em frente ao salão principal para lavar-lhe os pés. Quando eu era recém-chegado em Wat Nong Pah Pong e vi aquela atividade, critiquei os monges em minha mente porque pensava que apenas um ou dois monges seriam suficientes para realizar aquela tarefa, não havia necessidade de tantos monges.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>O motivo para haver tantos monges é porque eles entendiam que realizar essa tarefa era um ato meritório e, por isso, todos queriam tomar parte.

Conforme o tempo passou, comecei a mudar e certa manhã, antes que me desse conta, lá estava eu (esperando para lavar os pés de Luang Pó) antes de todos os outros monges. Enquanto estava curvado ao chão, lavando-lhe os pés, ouvi o som suave e refrescante da voz de Luang Pó rindo e dizendo sobre minha cabeça: ‘Se rende, Sumedho?’ ”<sup>1</sup>

Um monge australiano também tem uma história interessante para contar: “Certo dia fui em *pindapāta* e na volta caminhei acompanhado de outro monge. Ele era recém-ordenado e começou a achar defeito nos demais monges do monastério – um não fazia o que ele queria, o outro não dizia o que ele queria ouvir, e assim por diante – ele estava reclamando. Me lembro de pensar que não queria ouvir reclamações sobre bons monges e passei mais à frente deixando-o para trás, mas continuei pensando: ‘Ele não deveria criticar bons monges. Por que está criticando bons monges?’ – no final eu mesmo estava reclamando dele.

Enquanto pensava ‘ele não deveria fazer isso, não deveria fazer aquilo’, passei pelo portão de entrada do monastério. Na minha cabeça eu ainda estava carregando aquela conversa que já havia acabado dez minutos antes, quando ouvi alguém dizer em inglês claro: ‘Good Morning!’ Levantei a cabeça e vi que Ajahn Chah estava de pé a um metro de mim com um grande sorriso no rosto. Era a primeira vez que eu o ouvia falar inglês, então sorrindo pus minhas mãos em *añjali* e respondi ‘Good morning Luang Pó!’, e ele sorriu.

É claro, meu humor mudou, esqueci por completo o que aquele monge havia dito e fiquei feliz pelo resto do dia. Voltei, tomei a refeição, passei o dia praticando meditação sentado e andando em minha cabana. Quando chegou a noite, decidi visitar Luang Pó, porque quando era leigo eu havia aprendido shiatsu e de vez em quando ia à cabana dele e lhe oferecia uma massagem nos pés,

---

<sup>1</sup>Tradução alternativa: ‘Aceita (as coisas como são), Sumedho?’

porque ele sentia que era útil. Naquele dia, por Ajahn Chah ter me dito ‘good morning’, eu decidi ir lhe oferecer uma massagem nos pés.

Fui à sua cabana e havia cerca de dez ou quinze monges lá, conversando sobre Dhamma e ouvindo ele explicar diferentes aspectos. Ele estava sentado numa cadeira de bambu e eu estava sentado ao chão em frente a ele e comecei a fazer a massagem enquanto ele conversava com os demais monges. Quando o sino para a *pūja* vespertina soou, ele disse aos monges que fossem se juntar à recitação, mas me disse: ‘Você fica.’

Era a primeira vez que estava sozinho com ele. Não havia velas, mas a lua estava subindo e era uma dessas noites belas e luminosas, a temperatura estava perfeita, não havia mosquitos e eu estava sentado com Ajahn Chah. Ele estava sentado de olhos fechados, como se meditasse, enquanto eu massageava seus pés. Bem nessa hora os monges começaram a recitar no salão e eu senti como se estivesse num paraíso celestial. Lá estava eu, ouvindo monges recitarem elogios ao Buddha, Dhamma e Sangha, pagando meu débito de gratidão para com meu professor, como o Buddha disse que deveríamos fazer, e ele estava sentado pacificamente – era minha chance de fazer muito mérito!

Nesse exato momento em que sentia que minha mente estava num paraíso celestial, ele me chutou no peito tão forte que caí de costas e bati minha cabeça no chão. Ele apontou para mim e disse: ‘Está vendo? Um monge diz algo que não lhe agrada, então outro lhe diz ‘good morning’ e você fica feliz o dia inteiro. Não se deixe levar pelas palavras dos outros. Vigie sua mentel’, e então ele me deu um ensinamento sobre não tomar leite ou se deixar levar pelas palavras alheias, não importando se eram elogios ou críticas, se eu gostasse delas ou não. Ou, como ele diria: se gostamos, está bom; se não gostamos, está bom. Se é bom, está bom; se é ruim, está bom. Eu fiquei impressionado e permaneci sentado com minhas mãos em

*añjali* enquanto ele me dava aquele longo ensinamento. Mas a coisa que mais me impressionou era que ele me conhecia melhor do que eu conhecia a mim mesmo!”

Luang Pó Chah não se deixava intimidar pelo hábito ocidental de ser inquisitivo, que possui muitos aspectos positivos, mas que também pode acabar levando a pessoa a se perder no mundo das teorias e complicações filosóficas, que por si só podem se tornar um obstáculo ao progresso no Dhamma. Isto é o que ele dizia a respeito: “Eu vejo esses praticantes como crianças de seis anos que não sabem nada. Quando veem uma galinha eles perguntam: ‘Pai, o que é aquilo?’; veem um pato e: ‘Pai, o que é aquilo?’; veem um porco e de novo: ‘Pai, o que é aquilo?’ No final o pai se cansa de responder. Se ele não parar de responder, a criança vai continuar perguntando, porque ela nunca viu aquelas coisas antes. Após um período o pai só resmunga ‘Hum... Hum...’ Ele vai morrer de exaustão se for responder a todas as perguntas. Mas a criança nunca se cansa; não importa o que veja, logo pergunta: ‘O que é isso, o que é aquilo?’ Nunca acaba. Mas quando ela cresce esse problema desaparece, porque ela cresceu. Treinamos através de contemplação até sabermos o que é o que, então conseguimos responder nossas próprias questões. É assim.” Devido à sua maneira simples e direta de ensinar, muitas pessoas sugeriam que Ajahn Chah era como um mestre Zen, mas ele não aceitava tal comparação: “Não, eu não sou. Eu sou como Ajahn Chah.”

Um exemplo disso era o monge ocidental que tinha dificuldades em escolher um objeto de meditação apropriado para si porque já havia experimentado recitar “Buddho” e a prática de *ānāpānasati* por um longo período e sua mente ainda não havia alcançado *samādhi*. Ele tentou a contemplação da morte, mas não obteve resultados. Ele tentou contemplar os cinco *khandhas* sem sucesso e não sabia o que fazer em seguida. Luang Pó respondeu simplesmente: “Largue, se você não sabe mais o que fazer, apenas largue!”

Uma vez um monge coreano veio visitar Wat Nong Pah Pong por alguns dias e ele gostava de propor *koans*<sup>1</sup> a Ajahn Chah. Luang Pó, por sua vez, não conseguia enxergar o propósito – ele pensava que eram piadas. Era fácil perceber que era necessário conhecer as regras do jogo para poder dar as respostas corretas. Um dia esse monge contou para Ajahn Chah a história Zen sobre a bandeira e o vento<sup>2</sup> e perguntou ‘É a bandeira que sopra ou o vento?’ Ajahn Chah respondeu: ‘Nenhum dos dois, é a mente.’ O monge coreano ficou muito impressionado e imediatamente se prostrou perante Ajahn Chah, mas Luang Pó achou melhor trazê-lo de volta ao mundo da realidade e informou que sabia a resposta porque havia acabado de ler essa mesma história numa tradução tailandesa dos ensinamentos de Hui Neng.

Além de lidar com monges estrangeiros, Luang Pó também tinha muito contato com leigos ocidentais. Naquela época, uma mulher de origem europeia dava palestras e escrevia livros bastante populares sobre o Abhidhamma. Uma vez ela foi visitar Wat Nong Pah Pong e queria conhecer Ajahn Chah. Aparentemente achou que seria uma boa ideia dar a ele uma longa palestra sobre quão importante era o estudo do Abhidhamma e por que ele era uma ferramenta excelente para ensinar o Dhamma. Ao final perguntou se ele concordava com a importância desse estudo, e a resposta foi simples:

“Sim, muito importante.”

Feliz em ouvir isso, ela então perguntou se ele também encorajava seus estudantes a aprender o Abhidhamma, e ele respondeu:

“Sim, claro.”

---

<sup>1</sup>Uma frase enigmática utilizada como objeto de meditação na tradição Zen/Chan.

<sup>2</sup>Ao ver uma bandeira balançando ao vento, dois monges brigavam, pois um dizia que era o vento que se movia enquanto o outro dizia que era a bandeira. O mestre Zen passa perto e diz ‘É a mente que se move.’

E onde, ela perguntou, ele recomendava que eles comessem, quais livros e quais estudos eram os mais apropriados?

“Bem aqui,” ele respondeu apontando para o centro de seu peito, “bem aqui.”

Na Tailândia, ocidentais são famosos por seu hábito de reclamar e achar defeito em tudo. Um monge ocidental tinha o hábito de criticar os demais monges do monastério, seus professores e o local em si, dizendo que não era suficientemente conducente à prática de meditação. Sua mente era tão obcecada com negatividade que aquilo impregnava tudo que via. Luang Pó lhe repreendeu com força, mas também com bom humor, dizendo: “Você é estranho, gosta de colocar cocô dentro da sua sacola e o carrega consigo aonde quer que vá; depois reclama que o lugar está fedendo. Aqui fede, ali fede, aonde quer que vá só há fedor de fezes. Você só reclama, mas por que não experimenta olhar na sua sacola e ver o que há dentro?”

Outro ponto de “choque cultural” com discípulos ocidentais era o hábito muito difundido na região de fumar e mascar noz de bétel. Naquela época, cigarros industrializados eram um fenômeno recente na Tailândia, o que significava que uma pessoa comum fumava muito menos que nos dias atuais. Uma pessoa normalmente fumava três ou quatro cigarros por dia, enquanto hoje em dia um fumante comum facilmente chega a consumir um maço inteiro (20 cigarros) ou mais diariamente. Por essa razão, e também graças à falta de informações sobre o assunto, na Tailândia rural o hábito de fumar não era ainda associado a problemas de saúde ou visto como uma válvula de escape para o estresse. No que diz respeito à noz de bétel, além de ser um estimulante, é também um ótimo bactericida. Como o tratamento dental moderno ainda não estava disponível, a percepção geral das pessoas era de que mascar a noz regularmente era bom para os dentes, pois matava bactérias e diminuía a incidência de cáries (mas ela também possui efeitos indesejáveis como tingir

os dentes de vermelho e, ao final de muitos anos de uso, deixá-los completamente negros).

Conforme mais e mais ocidentais chegavam a Wat Nong Pah Pong, eles traziam consigo a percepção ocidental de cigarros associados a vício, fraqueza emocional e danos à saúde. Eles provavelmente pensavam: “Como pode uma pessoa ensinar a abrir mão das coisas, se ela mesma continua apegada a algo tão nocivo como tabaco?” Esse novo ponto de vista sobre o hábito de fumar também já começava a emergir entre os tailandeses, especialmente entre aqueles que tinham acesso à cultura ocidental ou viviam em centros urbanos. Luang Pó também refletiu e concluiu que fumar não era uma necessidade real para monges e servia apenas como fardo extra para os leigos, que se viam obrigados a gastar dinheiro comprando cigarros para oferecer aos monges.

Com tudo isso em mente, uma nova regra foi estabelecida em Wat Nong Pah Pong e todas suas filiais proibindo os monges de mascar bétel e fumar tabaco. Na reunião da sangha em que a regra foi criada, os membros da comunidade convidaram Luang Pó a continuar fumando enquanto o resto do grupo abandonaria o hábito, mas ele prontamente recusou a oferta e também passou a obedecer à nova regra. Atualmente, apesar de haver uma lei imposta pela Autoridade Budista da Tailândia proibindo o uso de tabaco em todos os monastérios e templos do país, é seguro dizer que só mesmo em Wat Nong Pah Pong e filiais essa regra é de fato respeitada à risca.

Mais um ponto de conflito era o vegetarianismo. Desde a época em que o Buddha era vivo, comer ou não comida vegetariana era um debate que frequentemente levava a brigas entre os leigos e também entre os monásticos. Enquanto algumas pessoas defendem que comer carne é um ato de maldade, que é encorajar a matança de animais, outros argumentam que o próprio Buddha comia carne e explicitamente recusou-se mais de uma vez a impor regras obrigando os demais a consumirem somente comida vegetariana. Mesmo Luang



Pó Chah mais de uma vez foi acusado de não ter compaixão por não ser vegetariano, e isso é o que ele dizia a respeito:

“É como sapo e rã. Qual vocês dizem que é melhor, o sapo ou a rã? Na verdade o Buddha não comia nada, não era nada, na mente dele não havia nada, já não era mais nada. Consumir alimentos é apenas uma forma de manter o corpo para que ele possa funcionar. O Buddha dizia para não se apegar ao gosto da comida, não se apegar a nada. Ele dizia para ter moderação ao se alimentar, não comer por ganância. Isso é o que significa dizer que o Buddha não comia nada, não tinha nada, já não era mais nada.

Se uma pessoa come carne e se apega ao gosto da carne, isso é ganância. Se uma pessoa não come carne, mas assim que vê alguém que come, fica com raiva e ódio, vai acusá-lo e criticá-lo, é como se pegasse a maldade do outro e colocasse dentro de seu próprio coração. Isso é ser ainda mais tolo do que o outro. Também é agir sob o poder da ganância. Esse estado de raiva e ódio da outra pessoa é como um fantasma que estava escondido no nosso coração. A outra pessoa come carne e isso é maldade, mas então ficamos com raiva dela e viramos fantasmas – também é maldade. Ambos ainda são animais, ainda não são Dhamma. Por isso digo que é como sapo e rã. O correto é comerem o que quiserem, mas tenham Dhamma dentro de si.

Quem come carne não deve se preocupar apenas com seu estômago; não tome apenas o gosto da comida como referência na hora de escolher, não mate para comer. Já quem come comida vegetariana, não se obceque com essa sua prática, não fique com ódio quando vir alguém comendo carne, tome conta de si mesmo, não se apegue a práticas exteriorizadas.

Com os monges e noviços em meu monastério é a mesma coisa. Quem quiser come comida vegetariana; quem quiser come comida normal de acordo com o que estiver disponível. Mas não briguem!

Não olhem uns aos outros com maus olhos. É assim que ensino e eles conseguem viver juntos, não vejo surgir problema algum. Entendam que alcançamos o verdadeiro Dhamma através de sabedoria. O caminho de prática correto é *sīla*, *samādhi* e *paññā*. Se guardarmos bem as portas dos sentidos, ou seja, os olhos, os ouvidos, o nariz, a língua, o corpo e o coração, a mente se pacifica e a sabedoria, o saber capaz de conhecer todos os fenômenos condicionados, surge. A mente se desencanta com todos os objetos de desejo e então a liberdade (*vimutti*) se manifesta.”

Mais uma história interessante desse período ocorreu em 1973, quando Luang Pó recebeu do rei tailandês o título de “Chao Khun Prah Bodhiñāna Thera”. Com isso, era esperado que comparecesse a um almoço tradicional, oferecido no palácio real, acompanhado dos demais monges ilustres que receberiam homenagens similares naquela ocasião. Quando chegou à porta do palácio e desceu do carro, encontrou-se com um eminente Chao Khun que chegava para participar do mesmo evento. O Chao Khun notou que Luang Pó havia trazido consigo sua tigela de esmolas<sup>1</sup> e perguntou num tom de chacota: “Tahn Chah, você não tem vergonha de aparecer perante o rei com sua tigela de esmolas?” Ao que Luang Pó respondeu: “Tahn Chao Khun, você não tem vergonha de aparecer perante o Buddha sem a sua?”

---

<sup>1</sup>Uma das práticas ascéticas (*dhutanga*) observadas pelos monges de Wat Nong Pah Pong é só comer utilizando a tigela de esmolas, o que significa que toda comida, incluindo doces e sobremesas, será posta e misturada num mesmo recipiente. É uma prática que visa ajudar a fomentar a humildade e abandonar o apego ao gosto da comida.

## 17. DIVULGANDO O DHAMMA NO OCIDENTE

Conforme o número de estrangeiros que desejavam tornarem-se monges começou a crescer, Luang Pó contemplou a possibilidade de criação de um monastério exclusivamente para praticantes ocidentais. Parte da razão era dar a eles um ambiente mais conducente à prática, onde não apenas podiam se comunicar em sua própria língua como também organizar o monastério de uma maneira mais compatível com a sua cultura. Outro fator importante era que ele já tinha em mente o futuro, o momento em que esses monges teriam que voltar às suas terras natais, e pensava que era importante que ganhassem experiência em administrar um monastério com todas suas atividades, como o trabalho de construção, manutenção, administração das finanças, interação com as comunidades leiga e monástica, etc. E de fato foi o que aconteceu: a maioria daqueles que serviram como abades deste primeiro monastério, chamado Wat Pah Nanachat, mais tarde se tornaram líderes de comunidades em países ocidentais como Inglaterra, Estados Unidos e Austrália.

O projeto de criação do monastério tornou-se realidade em 1975, quando Ajahn Sumedho levou um grupo de monges a um pequeno pedaço de floresta no vilarejo de Bung Wai em busca de bambu seco para utilizar como lenha para queimar suas tigelas, um processo que protege as tigelas de ferrugem (quando são feitas de ferro) e que também serve para enegrecer o metal, tornando-o menos atrativo.

O vilarejo ficava a apenas alguns quilômetros de Wat Nong Pah Pong e muitos de seus moradores conheciam Ajahn Chah. Após essa visita, os moradores desejaram ter os monges por perto e foram até Wat Nong Pah Pong fazer um pedido formal a Ajahn Chah para que os enviasse para viver lá e estabelecer um monastério. Após ouvir os comentários positivos feitos por Ajahn Sumedho sobre o local, Luang Pó deu permissão para a criação da nova filial. A primeira ideia que teve era nomear o local “Wat Pah América”, mas uma vez que muitos discípulos vinham de outros países do ocidente, ele o nomeou “Wat Pah Nanachat” (Monastério de Floresta Internacional) e apontou Ajahn Sumedho como seu primeiro abade.

Em 1976, ao retornar de uma visita a seus pais nos Estados Unidos, Ajahn Sumedho parou em Londres e se hospedou no English Sangha Trust, uma organização cujo propósito era criar condições para estabelecer uma sangha monástica Theravada na Inglaterra. Eles convidaram Ajahn Sumedho a permanecer lá, mas, apesar de ele ter recusado o convite, prometeu passar a informação a Ajahn Chah para que ele avaliasse as possibilidades. Pouco tempo depois, George Sharp, presidente da organização, foi à Tailândia pessoalmente convidar Luang Pó a visitar a Inglaterra e contemplar a ideia de criar um monastério no país. Luang Pó não aceitou imediatamente, mas pediu que George primeiro passasse alguns dias em Wat Nong Pah Pong, seguindo a rotina diária do monastério tal qual faziam os demais leigos que lá se hospedavam, ou seja, dormir no chão, acordar às três da manhã, comer uma única refeição ao dia, tomar parte nas *pūjas*, na limpeza e demais atividades do monastério. Somente após ele ter passado alguns dias lá e Luang Pó ter tido a oportunidade de observar seu comportamento para saber se era munido de diligência, sinceridade e humildade, foi que decidiu aceitar o convite para ir com Ajahn Sumedho à Inglaterra, e a viagem foi agendada para maio de 1977.

Durante aquela viagem, Luang Pó ensinou em vários centros de meditação e fez contato direto com a sociedade ocidental. Fez também uma visita curta à França. Ele teve uma boa impressão geral sobre tudo o que viu, a única exceção sendo o hábito dos ocidentais de pensarem demais e, como consequência, fazerem uma bagunça total dentro de suas cabeças. Durante uma de suas visitas a um grupo budista, ele recebeu uma pergunta de uma distinta senhora inglesa que havia passado muitos anos estudando o Abhidhamma. Ela pediu que ele por gentileza explicasse certos aspectos difíceis daquele sistema de psicologia para que ela pudesse continuar seus estudos, mas Luang Pó simplesmente respondeu: “Você, senhora, é como uma pessoa que cria galinhas no quintal, mas recolhe a titica ao invés dos ovos.”

Ao final da viagem, Luang Pó decidiu aceitar o convite para criar uma filial de Wat Nong Pah Pong na Inglaterra, mas só informou Ajahn Sumedho no último dia da viagem, pouco antes de retornar à Tailândia. Naquele dia ele apenas disse casualmente: “Sumedho, não precisa voltar para a Tailândia, você fica aqui.”, e estava encerrada a conversa. Ajahn Chah voltou à Tailândia sozinho, deixando para trás Ajahn Sumedho, atônito. Felizmente ele já estava acostumado ao modo de ser de Luang Pó e sabia que, com ele, tudo era possível.

Daquele dia em diante, Ajahn Sumedho se estabeleceu inicialmente em Londres e, desse esforço, muitos monastérios surgiram na Inglaterra, como Cittaviveka, Amaravati, Aruna Ratanagiri e Forest Hermitage. E, uma vez criado o precedente de um monastério ter sido estabelecido com sucesso dentro de uma sociedade ocidental, muitos outros países seguiram o exemplo, como Estados Unidos, Nova Zelândia, Austrália, Itália, Portugal, Alemanha, Canadá, Suíça e outros.

Luang Pó chegou à Tailândia em julho de 1977, mas essa não seria sua última visita ao ocidente. Em 1979 ele fez uma segunda viagem

à Inglaterra, desta vez para visitar o recém-estabelecido monastério de Cittaviveka e seu abade, Ajahn Sumedho. Após passar algum tempo por lá, viajou aos Estados Unidos. Durante sua estadia, ensinou em vários locais e a comunidade leiga teve muitas oportunidades de interagir com ele. Eis um exemplo de perguntas feitas por ocidentais e das respostas dadas por Ajahn Chah:

Pergunta: “Eu digo que, mesmo envolvidos com coisas mundanas, mas fazendo-o com determinação e dedicação total, nossa mente é capaz de alcançar *samādhī* profundo. Por exemplo, um músico, quando absorto na música que está tocando, pode alcançar *jhāna*, êxtase e felicidade, unificação mental. A única diferença é que o foco dele não era um objeto de meditação, só isso.”

Luang Pó ri e diz: “Não, não. Ninguém consegue alcançar *jhāna* tocando música... só vocês gringos devem conseguir uma coisa dessas! Que *jhāna*? Você não sabe do que está falando!”

Pergunta: “Neste mundo há muita confusão; como podemos ajudar o mundo? Ainda há esperança para o mundo no futuro?”

Luang Pó: “Você pergunta sobre o mundo, mas você conhece o mundo? O mundo são as portas dos sentidos. Interiormente são os olhos, os ouvidos, o nariz, a língua, o corpo e a mente. Exteriormente são as formas, os sons, os odores, os sabores, os objetos físicos e os objetos mentais. Em *pāli*, mundo se escreve “*loko*” e significa “escuridão”. O oposto se chama “*aloko*”, a luz. A prática do Dhamma nos faz alcançar a luz que é superior à escuridão do mundo. Entendeu?”

Pergunta: “Quando você senta em meditação, como prepara sua mente?”

Luang Pó: “Cuido dela onde quer que ela esteja.”<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>Tradução alternativa: “Cuido dela no lugar onde ela mora.”

Pergunta: “Eu aceito que seu ensinamento é a Verdade, mas é difícil para um leigo que está preso a coisas mundanas praticar de acordo com ele.”

Luang Pó pega sua bengala, aponta para o peito da pessoa e diz: “Se a ponta da minha bengala estivesse em chamas – pense, o que você diria? – se a bengala pudesse falar, ela diria: ‘Estou sofrendo muito! Está muito quente!’ e ficaria aqui sentada sem fazer nada? Ficaria ali só resmungando? Ela iria levantar e sair correndo imediatamente! Se virmos o sofrimento de verdade, não faremos nada a não ser praticar e buscar o caminho de saída até o alcançarmos.”

Pergunta: “O que fazer para conseguir abandonar as *kilesas*?”

Luang Pó: “Não se apresse em abandonar *kilesas*; tenha calma, olhe para o sofrimento, olhe a causa dele. Olhe bem e então conseguirá removê-lo por completo. É como quando comemos: mastigamos devagar, com cuidado e assim a comida digere bem e por completo.”

Pergunta: “Como fazer para alcançar o estágio de *sotāpanna* o mais rápido possível?”

Luang Pó: “Alcançar o estágio de *sotāpanna* é um dos objetivos da prática, mas requer resiliência, não é algo fácil. Não se apresse muito, não é só praticando uma ou duas noites que você já vai alcançar *nibbāna*. Ninguém possui um poder mágico que possa fazê-lo alcançar a iluminação rápido desse jeito. Leva um pouco de tempo, é necessário ter dedicação em praticar com firmeza e continuidade para poder enxergar os resultados.”

Pergunta: “Você é um *arahant*?”

Luang Pó: “Sua pergunta é digna de resposta e vou responder da seguinte maneira: sou como uma árvore na floresta. Pássaros veem à árvore, sentam-se em seus galhos e comem seus frutos. Para os pássaros, os frutos podem ser doces ou azedos, ou o que seja, mas a árvore não tem nada a ver com isso. Os pássaros dizem ‘doce’, ou

dizem ‘azedo’ - do ponto de vista da árvore, isso é apenas o tagarelar dos pássaros.”

Naquela mesma noite também discutiram as virtudes relativas dos *arahants* e dos *bodhisattas*. Luang Pó encerrou a discussão dizendo: “Não seja um *arahant*. Não seja um Buddha. Não seja absolutamente nada. ‘Ser’ algo cria problemas: portanto, não seja nada. Você não precisa ser nada, ele não precisa ser nada, eu não preciso ser nada... Se você for um *arahant*, você vai sofrer. Se você for um *bodhisatta*, você vai sofrer. Se você for qualquer coisa, você vai sofrer.”

Mas Luang Pó também teve seus momentos de conflito com a cultura ocidental. Ele às vezes expressava exasperação com o absurdo número de escolas e sectos, não apenas de diferentes religiões, mas também de budismo, presentes no ocidente. Outro aspecto que parecia lhe preocupar era a tendência, nos Estados Unidos, de substituírem professores de Dhamma monásticos por leigos, o que na opinião dele resultaria em perda de qualidade e distorção do ensinamento do Buddha.

Apesar de todas as diferenças, ele apresentava uma capacidade inigualável de lidar com esses choques culturais. Durante um estágio de sua viagem pelos Estados Unidos, ele teve a oportunidade de descansar numa área montanhosa onde os pais de um discípulo monástico tinham um chalé. Numa ocasião anterior à sua estadia lá, Luang Pó havia conversado com os demais monges sobre como a sociedade ocidental estava perdendo o pudor em expor o corpo humano e como chegaria o dia em que não haveria mais nada a fazer a não ser expor o corpo completamente nu. Aconteceu que, durante aquela estadia nas montanhas, um dos monges estava olhando uma pilha de revistas velhas que lá se encontrava e entre elas havia algumas edições da revista Playboy. Ele foi contar a Luang Pó a respeito:



“Luang Pó, lembra como você estava falando sobre exposição e as coisas que as pessoas andam fazendo? Bom, de fato aconteceu! Tem umas revistas aqui...”

“É mesmo? Vamos dar uma olhada.”

“Você tem certeza de que quer ver, Luang Pó?”

“Sim!”

Então o monge trouxe duas revistas. Luang Pó pegou seus óculos, limpou-os e começou a estudar as revistas de capa a capa. Ele olhava com interesse e curiosidade, mas permaneceu em silêncio durante todo o período. Tendo encerrado a segunda revista, ele as jogou num canto com aparente repulsa e disse: “Vamos!”, indicando que queria ir caminhar ao ar livre. Luang Pó e o monge caminharam em silêncio, e ele pareceu sombrio e pensativo durante todo o trajeto, até voltarem para perto do chalé. Eles então se sentaram num banco à margem do rio e continuaram em silêncio; era como se algo pesasse em sua mente. Bem nesse momento, um grupo de leigos chegou, vindo de Seattle e Luang Pó perguntou:

“Quem são esses?”

“Oh, essas são as pessoas que conhecemos no aeroporto.” No dia anterior, quando desembarcaram no aeroporto de Seattle, um grupo de pessoas da cidade notou a presença dos monges e veio conversar. Quando ficaram sabendo que eles se hospedariam nas redondezas por alguns dias, pediram permissão para visitar e oferecer uma refeição à sangha.

Luang Pó exclamou “Ah!” e riu um pouco, mostrando que a chegada daquelas pessoas lhe causava interesse. Após algum tempo, ele disse: “Você achou que aquelas revistas não tinham importância, mas elas me causaram uma forte impressão. Eu já estava pronto a subir no avião e voltar para Tailândia! Estava tão enojado por aquelas revistas com todas essas mulheres que não conhecem seu

verdadeiro valor, sua verdadeira herança, o que elas são capazes de fazer com um nascimento humano, que já estava pronto a voltar, pensando que era um esforço inútil – qual o propósito em ficar aqui?”

Isso foi tudo que ele disse, mas o discípulo logo compreendeu que, quando Luang Pó viu o grupo de pessoas chegando para oferecer a refeição e ouvir o Dhamma, sua esperança em ensinar retornou, assim como ocorreu com o Buddha quando ele considerou que haveria alguns “com pouca poeira em seus olhos” que conseguiriam compreender o Dhamma para o qual ele havia despertado.

Luang Pó e o monge permaneceram sentados por mais alguns minutos, rindo felizes, e aquele rir aos poucos se transformou em uma grande gargalhada que deixou os dois monges com lágrimas de alegria nos olhos. Durante a refeição, Luang Pó estava de volta a seu jeito habitual de ser, ensinando e conversando de forma descontraída com o grupo de visitantes. Após a partida do grupo, mais uma vez ele e seu discípulo sentaram-se em silêncio por um instante e começaram a rir. Luang Pó retornou à Tailândia em julho de 1979.

## 18. DOENÇA E MORTE

Durante toda sua vida, Ajahn Chah sempre teve um corpo forte, era energético e trabalhador. Essa característica também influenciou sua vida como monge e sua busca por libertação. Ele tocava sua prática com força total, sem receio por si mesmo e plenamente disposto a sacrificar sua vida para cumprir a nobre aspiração que fez quando seu pai morreu: dedicar esta vida à realização de *nibbāna*.

Um exemplo desse comprometimento incondicional era seu hábito de nunca buscar auxílio médico. Ele enxergava tempos de doença como oportunidades para desenvolver *khanti pāramī* e testar sua resolução em praticar o Dhamma. Houve muitas ocasiões em que o bom senso diria que sua condição física era preocupante e que seria sábio buscar auxílio. Por exemplo, na ocasião em que enfrentou seu medo de fantasmas, indo morar num cemitério: na manhã do quarto dia ele ficou tão doente que começou a urinar sangue, mas ainda assim não se preocupou em visitar um médico. Outros exemplos foram quando residia em Wat Yai Chai Mongkhon e sofreu uma severa dor e inchaço em seu estômago, além das várias ocasiões em contraiu malária e outras doenças.

Toda essa austeridade não veio sem consequências. Apesar de ele ter sido capaz de aguentar todas essas dificuldades durante sua vida, o preço que teve a pagar foi um rápido envelhecimento e subsequente perda de saúde que o assolou logo que chegou aos 60

anos de idade, deixando-o inválido aos 64 e finalmente culminando em sua morte aos 74. Luang Pó mesmo não estava surpreso com nada disso, pelo contrário: quando lhe perguntavam a respeito ele expressava surpresa de ter sobrevivido tanto tempo, considerando todas as provações e tormentos que impôs a seu corpo durante sua juventude.

Os primeiros sinais desse envelhecimento e rápida perda de saúde apareceram em 1977, durante sua visita à Inglaterra. Ele começou a sentir dificuldade em equilibrar-se quando de pé e caminhando; sentia seus pés dormentes e teve que começar a usar uma bengala para se apoiar. Pouco tempo depois, sua memória começou a falhar a ponto de não mais conseguir se lembrar do nome de pessoas próximas. Esses sintomas ainda não eram constantes, passavam por períodos de melhora e piora. Luang Pó tentava manter sua rotina diária ensinando e supervisionando o monastério tanto quanto lhe fosse possível, mas em vista dessa nova situação e talvez já pensando no futuro quando não poderia mais exercer suas funções, decidiu oficializar Tahn Ajahn Liem como vice-abade de Wat Nong Pah Pong. Ajahn Liem falou um pouco sobre a ocasião:

“Após retornar de Vientiane, permaneci em Wat Pah Pong o tempo todo. Luang Pu Chah disse que eu deveria ajudar em Wat Pah Pong, e por isso nunca mais fui a lugar algum.

Eu não queria fazer mais que isso (ser vice-abade) porque era um monge novato. Além disso, não sou de Ubon, portanto pensava que não seria apropriado aceitar a posição de líder de Wat Pah Pong; mas se fosse útil para os demais, então o faria.

Por respeitar muito Luang Pu Chah, fiquei e trabalhei ao lado dele, ele queria que eu permanecesse aqui. Quando sugeriu que me tornasse vice-abade, respondi que não queria essa responsabilidade tão cedo, não me parecia apropriado, uma que vez haviam muitos monges que já faziam parte de Wat Pah Pong há mais tempo que

eu e eram bastante capazes. Mas Luang Pu respondeu dizendo que deveríamos cumprir nossos deveres, ajudando uns aos outros com ensinamentos também beneficiamos o Buddha Sāsanā como um todo. E assim venho me esforçando de todas as formas, e nunca com sentimentos ruins.”

Um exemplo de como, mesmo doente, Luang Pó continuava exercendo suas funções foi um dia em que estava supervisionando o trabalho dos monges que transportavam uma grande quantidade de terra para o jardim do recém-construído salão de *uposatha*. Enquanto estava de pé, dando instruções, um grupo de adolescentes que passeava pelo monastério se aproximou. Eles escolheram ficar de pé bem perto de Luang Pó de uma maneira um tanto desrespeitosa; por seu modo de vestir, davam a impressão de gostar de imitar os adolescentes ocidentais em tudo, e isso talvez explicasse porque faziam questão de mostrar que não tinham respeito por ele. O líder do grupo fez algumas perguntas a Luang Pó e então disse: “Por que você não manda esses monges irem sentar-se em meditação? Você só os faz trabalhar!”

Ao que Luang Pó prontamente respondeu: “Ficar muito tempo sentado causa prisão de ventre.”<sup>1</sup>

Os jovens foram pegos de surpresa pela resposta e não sabiam o que entender daquilo. Após um instante, Luang Pó apontou sua bengala para o peito do rapaz e disse: “O correto não é apenas sentar ou apenas caminhar. Precisamos sentar, mas também temos que trabalhar e corrigir nosso saber e pontos de vista a cada instante. O correto é assim. Volte para seus estudos, você ainda é muito criança. Se não tem real conhecimento sobre prática do Dhamma, não tente falar a respeito: não vai conseguir nada a não ser fazer papel de bobo.”

---

<sup>1</sup> A frase original é um pouco mais ofensiva do que a tradução publicada aqui. Deixamos a cargo do leitor imaginar uma tradução mais apropriada.

Outro encontro que teve quando supervisionando o trabalho de construção do novo salão de *uposatha* foi com uma americana que tinha extenso conhecimento teórico sobre budismo. Ela ouvira falar da reputação de Luang Pó e decidiu visitar Wat Nong Pah Pong. Quando chegou, Luang Pó estava de pé no local da construção e ela lhe perguntou como ele ensinava *vipassanā*, ao que ele respondeu: “Eu não ensino *vipassanā*, eu só ensino ‘atormentação’.”<sup>1</sup> Disse isso e foi embora, seguido do monge que o acompanhava. Após caminharem um pouco, Luang Pó virou-se e disse para o monge: “‘Atormentar’ é uma forma de desenvolver *khanti pāramī* para que possamos aprender sobre nossa mente. É como se nossa mente fosse um rádio e tirássemos os circuitos para ver o que há dentro dele; olhamos em detalhe, olhamos claramente, estudamos o funcionamento interno até compreendermos e sermos capazes de consertá-lo, assim como um técnico consegue consertar um rádio quando está quebrado.”

Ele também dedicava tempo exclusivamente para receber visitantes e periodicamente visitava Wat Pah Nanachat, mas raramente ia a qualquer outro lugar. Em 1980 sua saúde começou a decair ainda mais, causando-lhe dificuldades para se alimentar, o que muitas vezes o deixava fraco. Ele foi levado a um hospital e diagnosticado com vários problemas: falta de oxigenação cerebral, deficiência cardiovascular, traqueia dilatada, diabetes, além da asma que o perturbava já havia muito tempo. Em 1981, quando sua memória e coordenação motora começaram a se degenerar gravemente, ele foi submetido a uma operação cerebral, mas não houve melhoria significativa da sua condição.

Alguns médicos disseram que a doença neurológica dele era de um tipo mais comumente encontrado em pessoas com idade acima de 80 anos, o que intrigou muitas pessoas em relação à possível causa. Alguns especulavam se não era algo relacionado às diversas ocasiões

---

<sup>1</sup>Em tailandês: ทรมาน.

em que contraíra malária, porque é sabido que algumas formas da doença são capazes de causar danos graves ao sistema nervoso. Ninguém sabia ao certo que tipos de malária ele havia contraído no passado, uma vez que ele jamais ia ao médico – sequer para saber se o que tinha era de fato malária, e muito menos para de fato tratar a doença. Outros especulavam se não havia relação à ocasião em que ele removeu todos os dentes de sua boca numa única operação. Isto foi o que aconteceu:

Em meados de 1967, Luang Pó estava sofrendo novamente do mesmo inchaço e dor nas gengivas que o afligira durante sua estadia em Wat Tam Hin Té, mas agora estava tão forte que ele mal podia se alimentar. Diferentemente de sua atitude costumeira nesse tipo de ocasião, desta vez ele decidiu visitar um dentista, mas não para tratamento: ele queria que o dentista removesse os dezesseis dentes que ainda lhe restavam na boca de uma só vez. A partir de então ele usaria uma dentadura e o problema estaria resolvido.

O dentista obviamente se recusou, uma vez que isso colocaria a vida do paciente em risco. Normalmente ele removia um dente por vez, dando um período de dois ou três dias de intervalo entre cada extração. Se Luang Pó estava realmente com pressa, o dentista estava disposto a remover um dente por dia, mas não mais que isso. Luang Pó não aceitava essa opção e insistia que todos os dentes fossem removidos de uma só vez. Ele disse: “Doutor, não se preocupe, se vou morrer ou viver é minha responsabilidade. Não quero ter que vir vários dias e, de qualquer forma, esses dentes têm que ser removidos. Por favor, tire os dezesseis dentes e eu não vou mais ter que me preocupar com esse assunto.” Mas não foi só isso que Luang Pó pediu ao médico: ele também insistiu que a operação inteira fosse realizada sem o uso de anestesia; a intenção dele era usar *samādhi* para lidar com a dor.

Tendo sido criado na Tailândia onde, naquela época, monges eram altamente respeitados e venerados, o dentista provavelmente supôs

(corretamente até certo ponto) que Luang Pó estava num nível tão superior às pessoas comuns que possuiria algum poder sobrenatural, e que por isso não haveria problema em realizar a operação. Se Luang Pó havia dito que conseguiria aguentar a extração de dezesseis dentes removidos de uma só vez sem anestesia, só restava ao médico realizar a operação. O dentista foi em frente e começou a extrair os dentes.

Mais tarde, Luang Pó contou a seus discípulos que permaneceu perfeitamente ciente durante toda a operação e pôde observar que aquilo estava tendo um efeito devastador sobre seu corpo, e que a certo momento chegou muito perto da morte. Após retornar ao monastério, sua boca sangrou ininterruptamente por três dias. A razão pela qual muitos acreditam que esse evento foi uma das principais causas para seus problemas de saúde nos anos finais é porque as raízes dos dentes estão vinculadas diretamente ao sistema nervoso, e o choque de uma operação tão drástica como essa certamente deve ter deixado um rastro de graves sequelas.

Voltando ao ano de 1981, após a operação no cérebro, Luang Pó descansou meses na casa de um médico nas cercanias de Bangkok para assim facilitar seu tratamento. Durante esse período, ele em geral apenas descansava e escutava fitas cassete com ensinamentos de Ajahn Buddhadasa, ou então pedia a seus discípulos que lessem um livro com ensinamentos do mestre chinês Huang Po e, enquanto liam, Luang Pó explicava para eles o significado mais profundo das passagens.

Quando começou a se sentir um pouco melhor, retornou a Wat Nong Pah Pong, mas em pouco tempo sua saúde deteriorou muito e ele começou a manifestar dificuldades neurológicas sérias, como não ser capaz de falar claramente, dificuldade em coordenar os movimentos do corpo, incapacidade de sentir dor, sentir frio quando na verdade estava calor e calor quando estava frio, além de algumas ocasiões em que caiu em prantos e gargalhadas misturadas sem razão aparente.



A partir de então Ajahn Liem passou a exercer a função de abade do monastério.

Em abril de 1982, ele falou perante a sangha pela última vez, exortando-os a terem respeito pelos monges mais sêniores e preservarem a harmonia dentro da comunidade. Sua capacidade de locomoção e fala continuaram a se deteriorar rapidamente, até que em janeiro de 1983 ele estava completamente incapaz de falar ou se mover. Em março de 1987, ele foi diagnosticado com uma doença respiratória e teve que receber uma traqueotomia para poder continuar respirando; a partir desse ponto em diante foi necessário alimentá-lo através de tubos. Desse momento em diante sua condição continuou se deteriorando lentamente até seu falecimento, em 16 de janeiro de 1992, aos 74 anos de idade.

Luang Pó passou um total de dez anos incapaz de falar ou se mover, tendo que ser nutrido através de tubos. Muitos respeitados mestres de meditação vinham visitá-lo regularmente e alguns deles afirmavam que a situação em que se encontrava era devida a seu próprio *kamma*, mas também à sua compaixão por seus discípulos. Um venerado mestre da região sul do país dizia: “Ajahn Chah se deita doente para o benefício de seus discípulos.” Luang Pó Put Tāniyo, outro grande mestre discípulo de Ajahn Sao, afirmava o mesmo e dizia que Luang Pó não estava em estado vegetativo; muito pelo contrário, sua mente estava sempre brilhante e pacífica, cem por cento ciente de tudo que acontecia a seu redor. Luang Pó Put instruiu a sangha a reunir-se e recitar *suttas* regularmente para que Luang Pó Chah ouvisse, como oferenda a seu professor.

É impossível sabermos com certeza se de fato Luang Pó tinha intenção de permanecer vivo, mesmo em tais condições, para o benefício de seus discípulos. Porém, aqueles que estiveram presentes durante aqueles anos são unânimes em afirmar que a presença do professor, mesmo que na forma de uma pessoa inválida, foi crucial para manter a harmonia da comunidade e o nível de disciplina entre seus

discípulos. Isso porque mesmo doente ele continuava servindo de foco de atenção para toda a sangha, e sua presença tinha o poder de fazê-la lembrar e respeitar o modo de prática que lhes ensinou.

Exemplos do passado mostram que, quando um mestre famoso falece, o padrão mais comum de eventos é seus discípulos se dispersarem em várias direções; o monastério do mestre é abandonado ou transformado em museu dedicado à sua memória, e às vezes ocorre mesmo de surgir inimizade e disputas entre os antigos discípulos. Esse não foi o caso com Wat Nong Pah Pong e Luang Pó Chah. Por décadas a sangha conseguiu continuar vivendo em paz e harmonia antes que qualquer coisa do tipo se manifestasse. Mesmo após a morte de Luang Pó Chah, Wat Nong Pah Pong, sob liderança de Luang Pó Liem, continuou sendo um importante centro de treinamento para monges, monjas e leigos. A comunidade de discípulos e o número de monastérios filiados continuou crescendo continuamente dentro e fora da Tailândia. Ainda hoje, a sangha de discípulos de Wat Nong Pah Pong continua servindo como ponto de referência de praticantes que protegem o verdadeiro caminho de libertação do Buddha e sua linhagem de seres iluminados.





## GLOSSÁRIO

**Abhidhamma**, (*pāli*). Tratado técnico sobre aspectos psicológicos e metafísicos dos ensinamentos do Buddha.

**Ajahn**, (*tailandês*). Professor. Esta palavra é a transcrição tailandesa do termo em *pāli* “*acārya*”.

**Anagārika**, (*pāli*). “Sem-lar”, uma pessoa que renunciou à vida mundana, mas que não fez votos monásticos. Em geral vestem uma roupa branca e seguem oito preceitos: não matar, não roubar, celibato, fazer uso correto da fala, não fazer uso de intoxicantes, alimentar-se somente no período entre o nascer do sol e o meio-dia, não ouvir música, dançar, cantar, assistir a espetáculos, enfeitar ou perfumar o corpo, não dormir em camas grandes e luxuosas.

**Ānāpānasati**, (*pāli*). Técnica de meditação que utiliza a respiração como foco.

**Añjali**, (*pāli*). Gesto com as mãos postas palma contra palma, como o gesto de oração conhecido no ocidente.

**Arahant**, (*pāli*). Pessoa que alcançou nibbāna.

**Baht**, (*tailandês*). Denominação da moeda tailandesa.

**Bodhisatta**, (*pāli*). Aquele que almeja se tornar um Buddha.

**Buddha**, (*pāli*). Uma pessoa que desenvolveu ao máximo suas qualidades espirituais (ver *pāramī*) com o objetivo tanto de alcançar a iluminação como também de estabelecer um Buddha Sāsana para ajudar os demais seres a alcançar nibbāna.

**Buddha Sāsana**, (*pāli*). O conjunto de recursos e suportes que um Buddha cria para auxiliar as demais pessoas a alcançar a iluminação, ou seja, os textos, os exercícios espirituais, os valores, os costumes, as tradições, etc. De maneira superficial, poderia ser traduzido como “o budismo”.

**Dhamma**, (*pāli*). A doutrina do Buddha. Outro uso comum desta palavra é para se referir a algo como “a verdade transcendental”, a verdadeira natureza de todas as coisas.

**Dukkha**, (*pāli*). Sofrimento, desconforto, insatisfação.

**Glut**, (*tailandês*). Uma espécie de guarda-chuva grande e robusto que os monges utilizam quando acampam na floresta. Por cima dele é posta uma tela contra mosquitos para proteger o monge durante a prática de meditação.

**Jhāna**, (*pāli*). Estados profundos de samādhi. No ensinamento do Buddha são catalogados oito estágios de jhāna.

**Kamma**, (*pāli*). Resultado de ações boas e ruins.

**Kammatthāna**, (*pāli/tailandês*). Em *pāli* significa “fundações para prática”; na Tailândia, o termo é usado para se referir às pessoas, principalmente monges e monjas, que se dedicam à prática do Dhamma.

**Khanti**, (*pāli*). Resiliência, a capacidade de aguentar situações e sensações desagradáveis.

**Kilesas**, (*pāli*). Impurezas mentais.

**Luang Pó**, (*tailandês*). Venerável pai, respeitado pai. Uma forma respeitosa de se referir a monges mais velhos.

**Luang Ta**, (*tailandês*). Venerável vovô. Uma forma informal e às vezes ofensiva de se referir a monges mais velhos.

**Nimitta**, (*pāli*). Imagens (ou sons, ou sensações) que às vezes surge durante a prática de meditação.

**Nibbāna**, (*pāli*). O objetivo final do caminho budista, a iluminação completa, o fim do ciclo de nascimento e morte.

**Nīvaranas**, (*pāli*). As cinco obstruções à obtenção dos jhānas: desejo sensual, má vontade, torpor e preguiça, inquietação e ansiedade, dúvida.

**Pāli**, (*pāli*). Idioma usado na região norte da Índia na época do Buddha. É derivado do magadi, tem semelhança com o sânscrito e os únicos registros encontrados nesse idioma são os ensinamentos do Buddha.

**Pāramī**, (*pāli*). Boas qualidades mentais/espirituais, necessárias no caminho para a iluminação.

**Pavāranā**, (*pāli*). Convite aberto para que o monge peça algo em caso de necessidade. Por exemplo, um leigo pode colocar um valor à parte e avisar ao monge que peça caso um dia esteja precisando de algo dentro daquele valor. O leigo então se encarrega de providenciar o artigo especificado.

**Pindapāta**, (*pāli*). O ato de os monges saírem pelas ruas recolhendo alimentos como esmola.

**Pūja**, (*pāli*). Serviço devocional composto de gestos de louvor como fazer prostrações, recitar cânticos, oferecer flores, velas, incenso, etc.

**Sāmanera**, (*pāli*). Um monge noviço.

**Samsāra**, (*pāli*). O ciclo de nascimento e morte onde estão presos todos aqueles que ainda não alcançaram nirvana.

**Sangha**, (*pāli*). Nome normalmente utilizado para se referir à comunidade de monges budistas.



**Sāsanā**, (*pāli*). Ver “Buddha Sāsanā”.

**Sati**, (*pāli*). A capacidade de aplicar a mente ao momento presente, estar ciente; presença mental; faculdade de memória ativa, adequada em trazer e manter em mente instruções e intenções que serão úteis em agir habilmente no momento presente.

**Sīla**, (*pāli*). O aspecto do treinamento que diz respeito à disciplina e moralidade dos atos corporais e verbais. Existem vários níveis de prática de sīla: cinco preceitos praticados por discípulos leigos, oito preceitos praticados por discípulos leigos e anagārikas, dez preceitos praticados por noviços e noviças e as mais de duzentas regras do Vinaya praticadas pelos monges e monjas.

**Sotāpanna**, (*pāli*). O primeiro estágio de iluminação. A partir desse ponto o praticante nasce no máximo mais sete vezes entre seres humanos antes de se tornar um arahant.

**Tahn**, (*pāli*). Senhor/senhora. Um título respeitoso em geral utilizado antes do nome da pessoa.

**Theravada**, (*pāli*). A linhagem budista mais antiga ainda presente nos dias atuais.

**Tipitaka**, (*pāli*). Conjunto de escrituras que contém os ensinamentos originais do Buddha.

**Upajjhāya**, (*pāli*). Monge que preside a cerimônia de ordenação monástica.

**Uposatha**, (*pāli*). Dia em que os monges se encontram para confessar suas transgressões e recitar a regra monástica. Também é o nome dado ao templo onde essa cerimônia é realizada.

**Vassa**, (*pāli*). Uma vez por ano, durante as monções, todos os monges devem permanecer numa única residência por três meses.



Em pāli esse período se chama ‘vassa’, mas no ocidente criou-se o hábito de chamá-lo de ‘retiro das chuvas’ ou ‘retiro das monções’.

**Vinaya**, (*pāli*). A regra monástica criada pelo Buddha.

**Vipassanā**, (*pāli*). O aspecto da prática de meditação que diz respeito a investigar a realidade e enxergar com clareza.

### *Para distribuição gratuita*

Este livro é feito disponível como uma oferta de Dharma. A sua impressão tornou-se possível devido à fé, empenho e generosidade de indivíduos que desejam partilhar a sabedoria deste conteúdo com todos aqueles que estiverem interessados. Este ato de oferecer gratuitamente é, em parte, o que torna esta uma “publicação de Dharma,” um livro baseado em valores espirituais. É proibido vender este livro, sob qualquer formato, ou usá-lo para fins comerciais.

Se deseja contribuir para que publicações como esta continuem disponíveis, você pode fazer sua contribuição, qualquer que seja, através do contato com um dos nossos mosteiros (ver lista em [www.forestsangha.org](http://www.forestsangha.org)) ou visitando [www.amaravati.org](http://www.amaravati.org) ou [www.fsbooks.org](http://www.fsbooks.org).



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons  
Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional.<sup>1</sup>

Você tem o direito de:

- Compartilhar — copiar e redistribuir o material em qualquer suporte ou formato

O licenciante não pode revogar estes direitos desde que você respeite os termos da licença.

De acordo com os termos seguintes:

- Atribuição — Você deve atribuir o devido crédito, fornecer um link para a licença, e indicar se foram feitas alterações. Você pode fazê-lo de qualquer forma razoável, mas não de uma forma que sugira que o licenciante o apoia ou aprova o seu uso.
- NãoComercial — Você não pode usar o material para fins comerciais.
- SemDerivações — Se você remixar, transformar, ou criar a partir do material, não pode distribuir o material modificado.

Sem restrições adicionais — Você não pode aplicar termos jurídicos ou medidas de caráter tecnológico que restrinjam legalmente outros de fazerem algo que a licença permita.

Avisos:

Não tem de cumprir com os termos da licença relativamente a elementos do material que estejam no domínio público ou cuja utilização seja permitida por uma exceção ou limitação que seja aplicável.

Não são dadas quaisquer garantias. A licença pode não lhe dar todas as autorizações necessárias para o uso pretendido. Por exemplo, outros direitos, tais como direitos de imagem, de privacidade ou direitos morais, podem limitar o uso do material.

Amaravati Publications é parte do “The English Sangha Trust”, uma instituição de caridade registrada no Reino Unido com o número 231310.

O English Sangha Trust Ltd, atuando como Amaravati Publications, reclama o direito moral de ser identificado como o autor deste livro.

O English Sangha Trust Ltd requer que seja atribuída a autoria deste trabalho a Amaravati Publications sempre que este for reproduzido, distribuído, apresentado ou representado.

---

<sup>1</sup><http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.pt>

