

pura graça

arthur paulino

algumas poesias habitam um mundo ilegível,  
inaudível,  
incognoscível.

feliz o poeta que as é.

## prelúdio

*gosto das letras minúsculas. algumas respingam para cima. outras para baixo.  
mas todas com o cerne do mesmo tamanho e à mesma altura.*

*essa miudez, esse minimalismo... a simplicidade me faz rir o estômago.*

*porém já adianto que para além das letras, das palavras e das entrelinhas, meu  
âmago habita principalmente os espaços vazios. meus poemas são janelas e  
eu moro entre eles.*

*que a graça em ti se reconheça no que habita esta obra. a dedico ao mistério  
da Vida, que acontece neste instante.*

# dor

*num primeiro momento,  
eu pensei que meu mundo tinha caído.  
mas percebi que O Mundo estava surgindo  
ao aceitar que quem estava caindo era eu.*

para tal fim, não vejo palavra melhor que “desenvolvimento”.

ao avaliar as causas do meu sofrimento, notei que eu mesmo o construí. tanto esforço para manter a vaidade, o orgulho, a posse e o controle... constantemente imerso em pensamentos para satisfazer desejos que surgiam descontroladamente.

até que chegou o momento no qual eu decidi me ensinar a abrir mão, a me envolver menos. eu decidi me desenvolver.

*primeiramente, aviso que não sei o que estou fazendo. não sei no que isso  
resultará. sei do que sinto e sinto que preciso fazer.*

*saber que algo precisa ser feito é o mais importante. não sei ao certo, por  
exemplo, como fazer e nem por onde começar... entre tantas outras coisas.*

*talvez, exatamente por não saber, eu consiga.*

já vivi olhando pra baixo  
por não saber pra onde olhar

já vivi olhando pra cima  
como tentaram me ensinar

hoje olho pra frente  
vejo olhos a amar  
vejo o mar se tornar sol  
vejo o sol se tornar mar

para despertar  
não é preciso  
novas coisas  
não é preciso  
novas paisagens  
não é preciso  
novas ideias  
só é preciso  
abrir as portas para a alma  
pois não me encontro  
senão agora  
aqui

tornar-me eu mesmo é o caminho mais difícil.  
ser eu mesmo é o caminho mais fácil.  
que grata escolha!

se formos realmente atentos, perceberemos que é impossível sofrermos sem  
que causemos sofrimento aos outros. também é impossível ser feliz e  
conseguir evitar que nossa felicidade se espalhe.

desconheço melhor exemplo de perdão que o da flor,  
que presenteia quem a esmaga  
com uma fragância ainda mais forte.

nem músicos, pintores, poetas, escritores,  
nem filmes, nem peças de teatro

nem professores, nem psicólogos,  
nem curandeiros, nem mestres espirituais,  
nem companheiros amorosos, nem os melhores amigos,  
nem pais, nem irmãos, nem filhos,

*ninguém*

deve ser capaz de me dizer palavras mais tenras e acolhedoras  
do que as que me digo constantemente.

minha cor?  
que cor tem o espelho?

pra morrer sem arrependimentos,  
presença e sinceridade.

não há outro ensinamento.

# busca

mas do que se trata realmente o desenvolvimento espiritual? sinceramente, eu queria me libertar da necessidade de fontes externas de felicidade.

conheci diversas religiões, cada uma com seu conjunto de crenças. deduzi então que a libertação espiritual independe de acreditar nisso ou naquilo. afinal, aceitar um conjunto de crenças ainda é depender de uma fonte externa.

comecei a abrir mão das coisas que compunham meus dias. drogas, sexualidade instável, roupas caras, conforto excessivo. abri mão da necessidade da aceitação pelos outros e da vontade de “ser alguém”. quanto mais eu abria mão, mais eu percebia que estava em um processo irreversível.

um monge urbano. até onde eu chegaria? quão menos eu conseguiria ser?

ah, quando se faz cada vez mais simples  
o paradoxo de existir ao contrário  
— por avesso —  
e se esvai cada desejo...  
sublime renúncia.

num breve sentar  
mostra-me tua mais pura verdade  
derrama sobre mim tua dor  
comovamos juntos o universo  
e adentremos nos mistérios da cura

o monge desconstrói pensamentos descontentes  
com a naturalidade de quando escolhe seu chá favorito.

incrível é  
como segue o Tao...

contente,  
tranquilo,  
humilde,  
infinito,  
breve.

enquanto minha felicidade requerir algo  
além da pouca comida que preciso,  
de um abrigo para dormir,  
de um descanso quando meu corpo adoecer,  
de um trabalho para manter os três pontos anteriores  
e da sinceridade nas relações com as pessoas que me cercam;  
preferirei morrer consciente de toda minha ignorância,  
mas com a certeza de que fui tão fundo nesta vida quanto possível



naquele instante o infinito se fez presente  
e o universo lembrou-se das dores de Ser

lágrimas vivas tocaram aquele coração  
cheio de compaixão  
cheio de compaixão...

nessa parte de mim  
enquanto me via penumbra  
enquanto me ouvia mar  
senti minha percepção derreter  
vi o milagre nessa certeza cotidiana  
de reconhecer o que vejo,  
de lembrar como é não ser  
exatamente o que não sou,  
o até onde ainda não me estive  
ao abrir os olhos  
após um simples fechar  
ou num acordar qualquer.  
tão tênue a linha  
do até onde me recordo  
e do esquecimento por vir

já deixo aqui registrados os meus dizeres antes da minha morte,  
que não sei quando será.

*vivi plenamente pois alcancei a felicidade verdadeira.*

# aperfeiçoamento

a causa de boa parte dos nossos sofrimentos é a nossa ignorância em relação à natureza espiritual de Tudo: todos os objetos, nossos próprios corpos, nossas relações com as outras pessoas e com nossa forma de experienciar o tempo.

pensamos haver separação onde não há. separamos a vida espiritual da vida “normal”. buscamos práticas meditativas para tratar sintomas como ansiedade e depressão, quando na verdade o problema é bem mais profundo. “quero meditar para voltar à minha vida normal com menos estresse”. claro, todo motivo para praticar meditação é válido. mas até mesmo o próprio motivo é algo a ser transcendido, pois a meditação paleativa não é suficiente para nos libertar dos ciclos de sofrimento.

durante a meditação, simplesmente reproduzimos os mesmos vícios mentais do resto do dia. nos deixamos levar pela mente que supervaloriza objetivos e que insiste em julgar a nós mesmos e aos outros incessantemente.

é ingenuidade achar que aqueles minutinhos meditando, por si, vão curar seja lá o que for. “ah, minha vida espiritual é quando vou ao centro de meditação”; “minha vida espiritual é quando vou praticar yoga”; “minha vida espiritual é quando vou à igreja”. todos exemplos de manifestação do mesmo erro.

à medida que vamos deixando dissolver a barreira que criamos entre a vida espiritual e a vida normal, o estado meditativo vai se tornando cada vez mais presente. sem os vícios e os condicionamentos mentais incessantes, eventualmente chegamos ao ponto no qual podemos simplesmente nos permitir sentar ao chão sem objetivos nem julgamentos. a prática se torna um deleite. a vida se torna um deleite. isto é iluminação.

enquanto “eu” ama “você”, o universo, a natureza primordial,  
experiencia amor próprio.

olá. eu amo você.

há muito  
muito tempo,  
indagou-se um jovem  
sobre todas as atrocidades do mundo.

insatisfeito  
com tal condição lamacenta  
aparentemente humana,  
tomou-se em estrada rumo às montanhas.

em alto ponto  
encontrou uma velha casa  
com formato curioso.  
curioso, tocou-lhe o sino.

abriu a porta um ancião  
sorridente,  
sereno,  
que o convidou a sentar.

*que fazes aqui por alto ponto?*  
indagou o ancião.  
*ando inquieto.*  
respondeu o jovem, continuando...

*o mundo anda feio.*  
*não vejo propósito.*  
*não vejo solução*  
*para as atrocidades do mundo.*

*ando à procura*  
*da compreensão,*  
*do discernimento,*  
*da libertação.*

*há sabedoria*  
*capaz de extinguir as tormentas?*  
*há atitude*  
*capaz de salvar os inocentes?*

*responde-me, por favor.*  
*qual tua opinião,*  
*quais teus pensamentos*  
*sobre as atrocidades do mundo?*

atônito,  
recuperando o fôlego,  
descansa o jovem  
as costas no encosto.

*logo vejo*  
*que vieste de longe.*  
*passaste por fomes.*  
*passaste por sedes.*

*imerso em questionamentos*  
*e inquietações*  
*perguntas sobre a paz do coração.*  
*mereces um retorno à altura.*

*peço-te, portanto,*  
*um certo tanto de paciência.*  
*a ti darei uma resposta.*  
*a resposta mais sincera.*

o ancião caminhou em passos dolorosos.  
sentou-se frente à parede  
numa velha almofada  
e pôs-se àli ficar.

após o devido silêncio,  
nota-se claramente.

do corpo até a mente,  
da mente até o corpo,  
o fenômeno vira palavra,  
a palavra vira fenômeno.

quando busco a origem destes pensamentos  
a fonte da Realidade desabrocha completamente  
e percebo agora a escrita acontecendo  
neste oroboro infinito.

perco então a noção  
daquilo que escreve  
apenas para ler-se  
e surpreender-se  
e surpreender-se...

em palavras que vibram vida,  
do fundo da grande fonte  
trago o encanto da maestria,  
que já reluz em seus sons:  
do aberto e absoluto materno  
ao fino, estreito indivíduo  
que dança como ar  
e venta conosco.

big bang  
eterno presente  
potencial infinito  
big bang novamente!  
uma vida nova!  
tudo começa agora!  
hora de morrer!  
BIG BANG!  
E AQUI ESTAMOS!  
BIG BANG!

# inefável

silêncio. dar-me o direito de não precisar pensar, falar ou mover-me. nada a resolver. nada a lembrar. nada a compreender. nada a perguntar.

simplesmente ser, estar. viver o verbo primordial. eis o maior deleite da vida.

o desenvolvimento espiritual é sobre deixar de ser algo/alguém e fundir-se com a Verdade. é sobre tornar-se a própria Comunhão.

o obstáculo de muitos  
é buscar o entendimento com a mente,  
caindo na vaidade do preciosismo intelectual,  
no acúmulo de conhecimentos  
ou em paradoxos intransponíveis.  
cegando-lhes de que todo passo é no Caminho,  
todo instante é Divino  
e que assim sempre é.

lenta mente

desiste

definha

visita uns poucos sons

emudece

de inexistente

para Tudo

em curtos passos no eterno

flora os olhos sem medo

nesta breve vida  
deparo-me com o verdadeiro,  
com o mais profundo,  
com o majestoso potencial humano.

a capacidade de Ser.  
a capacidade de conceber,  
de tornar-me e de obliterar-me.  
a capacidade de experienciar  
consciente e diretamente  
a própria natureza impermanente.

basta um vislumbre da delusão do ego  
e a realidade desabrocha.  
a origem ocorre agora.  
a cada instante, uma nova configuração.  
o perdão me invade  
e não me resta saída.

os devaneios cessam.  
a compreensão fica mais sincera.  
quão fundo vai a Vida?  
mostra-me Tudo.

lanço-me em sonhos para experimentar-me.  
sonho ser que não sou  
apenas para surpreender-me quando acordar.

brinco de brincar de viver.  
brinco de fazer soar e de ouvir-me.  
observo minhas próprias formas e maravilho-me.  
sou o rei da dor e da alegria,  
o rei do silêncio e do grito.  
sou cada experiência deste momento.

de onde sou,  
nada é sagrado, nada é profano.  
afinal, sou absolutamente infinito.

pareço ir e vir,  
pareço nascer e morrer,  
pareço ser limitado e ilimitado,  
mas sempre estou aqui,  
sendo.