

Siga o Caminho do Meio

Uma história contada por Gurumayi Chidvilasananda

Uma vez, Siddhartha Gautama estava sentado debaixo de uma árvore, contemplando porque ele não experimentava os frutos de sua rigorosa austeridade. À medida que pensava mais sobre isso, a frustração ia aumentando dentro dele. Por que ainda não havia alcançado nada? Quando *alcançaria* seu objetivo? Ele não via futuro em seus esforços. No auge da sua confusão, ele ouviu uma voz retumbante da floresta. Sentou-se ereto — todo o seu ser alerta, atento para ouvir as palavras proferidas.

Ele olhou em volta e, ao longe, notou uma banda de músicos viajantes sentados em um bosque. Um professor de música, sentado sobre uma grande pedra, ensinava os jovens estudantes a afinar os instrumentos de corda. Enquanto Siddhartha Gautama escutava atentamente, ouviu o mestre instruir: “Não aperte demais a corda; ela pode se romper. Não a mantenha muito frouxa; ela pode não criar som algum.”

Quando Siddhartha Gautama ouviu isso, imediatamente percebeu que essas palavras eram para ele. Elas lançavam luz sobre o seu esforço excessivo de realizar austeridades. Torturava o corpo, sem respeitar suas limitações. Não era de admirar que ainda não houvesse conquistas!

Siddhartha Gautama extraiu a sabedoria das instruções do professor de música e fez um ajuste à sua *sadhana*. Entendeu que o corpo é um instrumento para atingir o *nirvana*. Na prática espiritual, como na afinação de uma tamboura, deve-se seguir o caminho do meio — nem muito apertado nem muito frouxo, nem muito rigoroso nem muito relaxado. Essa sabedoria foi uma das joias que levaram Siddhartha Gautama a se tornar o Senhor Buda.