



ENTREVISTA
MICHEL RINPOCHE

PARA FAZER ALGO PELA SOCIEDADE É PRECISO COMEÇAR AGORA, NÃO AMANHÃ

No mundo em que vivemos, precisamos de um sistema econômico auto-sustentável, de bens. Mas isso não é o bastante. Precisamos de algo a mais. A espiritualidade não é um *optional*, mas uma necessidade do ser humano, ensina o jovem lama budista

Por Leandro Silveira e Carlos Costa
Fotos Tiana Chinelli

Nascido em São Paulo em 1981, o lama Michel Rinpoche foi reconhecido aos 8 anos como a reencarnação de um mestre budista de linhagem tibetana. Aos 12 decidiu tornar-se monge. Viveu no Monastério de Sera Me, no sul da Índia, durante onze anos, dedicando-se ao estudo da filosofia budista – um dos únicos ocidentais a freqüentar a tradicional universidade monástica (hoje com cerca de 4 mil monges). Seu nome tibetano é Jangchub Choepel Lobsang Nyentrag, que significa “mente ilustre que difunde o dharma com sucesso”. Dharma, por sua vez, equivale a “todo ensinamento espiritual que liberta os seres do sofrimento e da confusão mental”. Desde então Michel Rinpoche tem viajado o mundo realizando palestras.

Fluente em quatro idiomas – português, inglês, italiano e tibetano –, é conhecido pela habilidade de transmitir os ensinamentos budistas adaptando-os à mentalidade ocidental. Autor de dois livros, em 1996 publicou *Uma Jovem Idéia de Paz*, compilação de conferências realizadas no Centro de Dharma da Paz em São Paulo; e, em 2006, *Coragem para Seguir em Frente*, reunião de palestras, fotografias do acervo pessoal e poemas escritos quando tinha 15 anos.

Desde 2004, Michel Rinpoche mora no Albagnano Healing Meditation Centre, principal sede das atividades do lama tibetano Gangchen Tulku Rinpoche. O retiro fica nas encostas do lago Maggiore, na Verbânia, norte da Itália. De lá coordena os projetos da Lama Gangchen World Peace Foundation, organização sem fins lucrativos filiada à ONU e que orienta os trabalhos sociais do paulistano Centro de Dharma da Paz, fundado em 1988 pelo mestre budista. Em visita ao Brasil, lama Michel Rinpoche conversou com *Getulio* sobre o mundo dos negócios e o sucesso, trabalhos humanitários, o desejo e a busca da felicidade. A seguir, alguns momentos da entrevista

Qual é exatamente o seu trabalho?

Lama Michel Rinpoche Uma das minhas principais responsabilidades é levar adiante as obras do mestre lama Gangchen. Como um sucessor, digamos assim – e estou sendo preparado para isso. O que inclui desde cuidar do Centro de Dharma da Paz, aqui no Brasil, até a Fundação Lama Gangchen para a Paz Mundial, na Itália, além de outros centros menores em vários lugares do mundo. Lama Gangchen já está com 68 anos. Por isso, devagarzinho, estou tomando responsabilidades do ponto de vista administrativo, cuidando para que tudo funcione bem. Ao mesmo tempo ensino a filosofia budista.

Como é coordenar, desde a Itália, os trabalhos aqui no Brasil?

Lama Michel Hoje em dia, com os meios de comunicação, não é difícil. Durante o ano as coisas prosseguem e, quando há um problema maior, acabam me contatando. No Brasil o Centro de Dharma da Paz é um lugar aberto a todos, mas sem proselitismo, e essa é uma característica do budismo. Aqui há um grupo muito bom dando aulas, guiando as meditações, as práticas, etc. Além disso, desenvolvemos também trabalhos humanitários no Tibet, Nepal, Índia... A minha vida na Itália é muito diferente da vida monástica, que era baseada principalmente no estudo e na oração. Estudávamos pelo menos dez horas por dia. Agora é uma vida principalmente de trabalho.

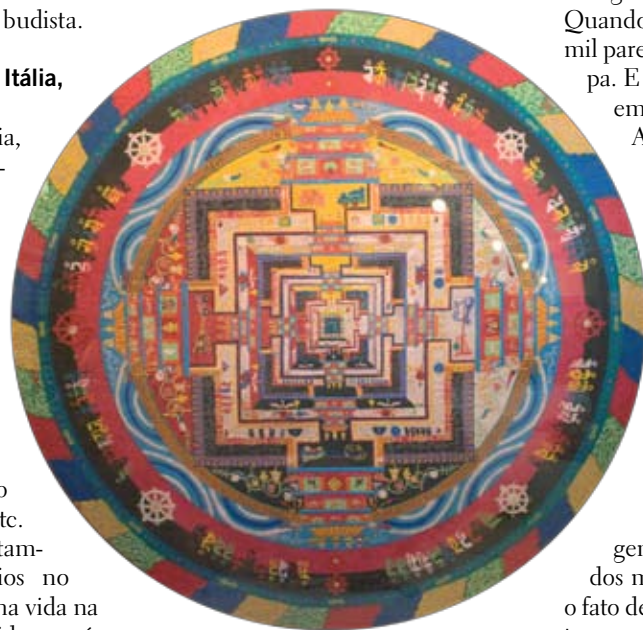
Vida de executivo?

Lama Michel Não seria o termo correto, mas viajo muito. O nosso centro no Lago Maggiore fica num lugar minúsculo, chamado Albagnano de Bée. É perto de Milão, onde temos outro centro. Então, vou e volto várias vezes por semana. Também ensino em Bologna, Torino, Genova...

Em outros centros de meditação budista?

Lama Michel Nem sempre. Fui algumas vezes a Ferrara, por exemplo, a convite da Faculdade de Arquitetura,

Ajudamos as famílias com farinha, arroz, cobertor. Mas nunca damos o dinheiro na mão. Senão eles compram televisão, mesmo sem ter energia elétrica



para falar sobre o relacionamento entre mente, corpo e meio ambiente. São palestras que acontecem com frequência. Já a parte administrativa, que até não gosto muito, mas é necessária, fica concentrada em Milão e na Verbânia. Temos pessoas cuidando da parte técnica, mas o meu trabalho é dar o direcionamento. Temos uma associação na Itália chamada Help in Action que faz o trabalho de adoção à distância e projetos humanitários.

Qual o foco desse trabalho de adoção à distância?

Lama Michel É ajudar famílias pobres, principalmente no Nepal e Tibet. Ajudamos cerca de 3 mil crianças a um custo que, para a Europa, não é nada:

250 euros por ano. Com esse dinheiro, no Nepal, paga-se um ano inteiro os custos escolares, a comida, a roupa e os cuidados médicos para uma criança. Vamos atrás das famílias mais pobres da região e mandamos as crianças para as escolas. No Nepal, mesmo nas escolas gratuitas, todo o material tem de ser pago. Quando a criança tem potencial, pagamos a escola também. No Tibet construímos clínicas, escolas, mosteiros, ajudamos as famílias com farinha, arroz, cobertores. Mas nunca damos o dinheiro na mão. Senão eles compram aparelho de televisão, mesmo sem ter energia elétrica. Isso já aconteceu. Quando vamos ao Tibet, compramos 2 mil pares de sapatos, 2 mil peças de roupa. E distribuímos tudo, trabalhando em parceria com o governo local. A Lama Gangchen World Peace Foundation é uma Ecosoc [Economic and Social Council]. Por isso temos a possibilidade de atuar no âmbito das Nações Unidas. É a outra parte do trabalho: levar para dentro da ONU a importância de valores que não sejam apenas os materiais.

Já não existe um trabalho nesse sentido?

Lama Michel Tem muita gente fazendo coisa boa, mas um dos maiores problemas do mundo é o fato de que a base sobre a qual são feitas quase todas as transações é a busca do desenvolvimento econômico. Muitas vezes não basta ter um bom índice de desenvolvimento para que todos tenham um estado de felicidade e de bem-estar. No budismo, chamamos de lei da interdependência, ou seja, eu sou interdependente com você e com o resto do mundo. Portanto, não posso esperar que a minha felicidade exista às custas do sofrimento do outro. Ou que tudo fique cada vez melhor, enquanto à minha volta tudo piora. Nem do ponto de vista local nem do mundial. Os países muito ricos não estão nem aí para o que acontece. Dão uma ajudinha para os países pobres, mas não abrem mão do que têm para ajudar verdadeiramente os outros. Por outro lado, em países bem desenvolvidos materialmente, não existe uma felicidade verdadeira e dura-

doura. É o que chamo de utopia materialista. Em países como a Finlândia e a Suécia, por exemplo, não existe corrupção, não existe violência e pobreza de uma forma geral. Mas isso não significa que haja felicidade, afinal, lá se encontram as maiores taxas de suicídio.

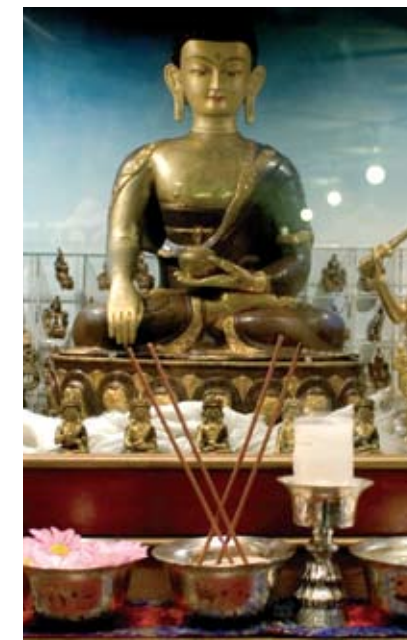
Desencanto, o senhor diria?

Lama Michel Não. Quando temos um grande problema de saúde ou passamos por sérias dificuldades no trabalho, as coisas pequenas perdem importância. Não é que deixem de existir. Estão lá, mas têm um valor menor. Já quando não temos nenhum grande problema, as coisas pequenas ganham valor. O que acontece? Quando tudo está bem, não temos a quem culpar nem para onde apontar o dedo. Ainda assim nos sentimos insatisfeitos, como se algo não estivesse bem, não tivesse solução. Ora, no trabalho não tem do que reclamar; materialmente não tem do que se queixar... E, mesmo assim, há infelicidade e insatisfação. Esse é o resultado da utopia materialista. Não significa que o material não seja necessário. Vivemos num mundo material, temos um corpo, precisamos de um sistema econômico auto-sustentável. Mas isso não é o bastante. Precisamos de algo a mais. A espiritualidade não é um *optional*, é uma necessidade do ser humano.

Nas palestras, a sua própria presença detona essa consciência nas pessoas. Que tipo de demanda o senhor encontra nessas palestras e encontros?

Lama Michel Todas as pessoas sabem desde pequenas que a utopia materialista é uma farsa. Explico contando um episódio recente. Meses atrás, na Itália, fui a uma escola falar sobre budismo para umas 200 crianças, entre 5 e 6 anos. Pensei comigo: “Bom, o budismo é simples”. Comecei. Entre outras coisas, falei sobre as causas do sofrimento. E uma delas é o desejo, ou seja, projetar a felicidade naquilo que não pode sustentá-la. Para explicar isso às crianças, perguntei: “Vocês já quiseram um brinquedo?” Todo mundo: “Sim”. “E vocês acham que conseguindo o brinquedo vão ficar felizes?” Elas: “Vamos”. Claro... “Vocês já conseguiram o brinquedo que queriam no Natal ou aniversário?” Todas: “Sim”. “Ficaram felizes ou tris-

Em países desenvolvidos não existe felicidade duradoura. É o que chamo de utopia materialista. É lá que estão as maiores taxas mundiais de suicídio



tes?” “Felizes”. “Quanto tempo durou essa felicidade? Muito ou pouco?” E todas, em coro: “Pouco...” “Vocês ainda têm o brinquedo?” “Temos”. “Ele ainda faz vocês felizes como antes?” “Não.” “Então, onde está a felicidade? No brinquedo?” Elas pararam, se olharam e disseram: “Não...” Ora, se a felicidade estivesse no brinquedo, ainda estariam felizes, não é mesmo? Portanto, todos entendemos desde pequenos. O que vai nos fazer verdadeiramente felizes não é aquilo que conseguimos ou desejamos.

Até porque o desejo passa a ser outro quando realizado.

Lama Michel Exatamente. No budismo, dizemos que o resultado do desejo é a insatisfação. Acontece que não conhecemos outra “brincadeira”.

Por isso ficamos sempre na mesma. Quando somos adultos, o brinquedo simplesmente muda. Em ambientes como a universidade, por exemplo, as pessoas olham para mim como alguém que sabe outra brincadeira. Na verdade pedem um *approach*, uma abordagem diferente em relação à vida. Não digo para ninguém: “Ah, largue tudo...” Não. Digo para viver o próprio corpo, o próprio trabalho, a posição na sociedade, os bens materiais, mas como um meio e não como um fim. Em Ferrara, na palestra com os estudantes de arquitetura falei sobre a influência do meio ambiente tanto no corpo quanto na mente. Do mesmo modo que a nossa mente influencia o nosso corpo e o meio ambiente. Ou seja, nunca podemos esquecer o humano. Menos ainda aquilo que faz com que o ser humano exista e funcione. É o que chamamos no budismo de *continuum mental*. Podemos chamar de alma, se quisermos. No budismo não existe essa palavra, mas é aquilo que está dentro de nós. E que, muitas vezes, não é levado em consideração. Como seria a economia, por exemplo, sem a busca total do ganho e da ganância? Se houvesse consciência pela necessidade dos outros? Se houvesse compaixão? Generosidade? Ora, seria diferente. E não significa não querer bem a si mesmo. Mas se houvesse um mínimo de consciência...

É a consciência da interdependência.

Lama Michel Significa dizer que cada ação realizada, cada palavra dita, cada decisão tomada, não termina em si. Tem resultado por um longo tempo. Um exemplo: se meu mestre, o lama Gangchen, não tivesse deixado o Tibet em 1963, não estaríamos agora conversando aqui; se não fosse convidado a vir para o Brasil, e meus pais não tivessem aceitado organizar a primeira vinda dele, não estaríamos aqui hoje. São pequenas decisões, mas que trazem mudanças. A interdependência é coerente. Se eu plantar uma semente de laranja, não posso colher um fruto de maçã. Com a interdependência é a mesma coisa. O resultado é coerente com a causa.

O que se aplica à sociedade.

Lama Michel Não posso esperar que o resultado de não respeitar o meio



Felicidade é estar bem comigo mesmo, independente de onde estou, com quem estou ou em que situação me encontro. Não posso depender do que está à minha volta

ambiente seja positivo. Nem que uma relação de arrogância com as pessoas traga resultado positivo. Não funciona dessa forma. Ou seja, o meu bem-estar depende do bem-estar do meio ambiente, do seu bem-estar, do bem-estar de todos os outros. E falo do bem-estar duradouro. Alguém vive bem dentro de uma casa com grades e guardas? Usando carro blindado? Com medo de sair à noite? Ninguém vive bem assim. Da mesma forma, quem está do outro lado também não. Parece absurda, mas cada vez mais acredito na tese de que o ser humano acaba piorando o problema tentando resolvê-lo. Temos na sociedade um problema de violência e, em vez de procurar a causa e mudar o quadro, criam-se ainda mais grades e barreiras, aumentando o ódio entre as classes. Este é apenas um dos exemplos.

O Brasil é um país em desenvolvimento. O senhor falou de uma moral diferente que pode nortear a busca de um processo diferente. Como construir esse caminho trabalhando com a interdependência?

Lama Michel Não há como enganar a interdependência ou dar um “jeitinho brasileiro”. Para que a gente tenha um verdadeiro desenvolvimento, e espero que isso aconteça, precisamos de uma visão ampla. Ou seja, não pensar apenas no imediato, no meu ganho, mas naqueles que estão ao lado, na instituição, no país, na sociedade. Para que haja desenvolvimento precisamos ser mais responsáveis, olhar o todo. E assumir responsabilidade pelas próprias ações significa tomar consciência do

que estamos fazendo. Muitas vezes iremos viver o resultado daqui a dez anos. Ou mais. O mesmo ocorre na economia: não se pode crescer dependendo da perda de alguém.

Uma sociedade com capacidade de se importar com o outro para uma tomada de decisão é certamente mais positiva, mas está longe da realidade.

Lama Michel Seria ótimo eliminar o “eu”. Mas o importante é compreender de que forma uma ação retorna quando fazemos algo para o outro. Se eu, por exemplo, tomar decisões econômicas sem levar em consideração a sociedade na qual estou, tudo vai se voltar contra mim. De imediato parece funcionar, mas retorna. Do próprio ponto de vista econômico, os gastos serão maiores. A atitude de pensar apenas no “eu” acaba piorando tanto o desempenho individual quanto o da sociedade.

A respeito da transcendência do “eu”, onde entra a felicidade?

Lama Michel O que é felicidade? É difícil, mas vou dar uma das minhas definições. Felicidade é estar bem comigo mesmo, independente de onde estou, com quem estou ou em qual situação me encontro. Ou seja, não pode depender daquilo que está à minha volta. Vivemos atualmente com o mero reflexo do mundo que está ao redor. “Por que estou feliz? Por causa disso e daquilo.” “Por que estou triste? Por causa disso e daquilo.” Sempre temos para onde apontar o dedo. E sempre para fora. Ninguém pode mudar o mundo. Mas podemos mudar como nos relacionamos



com ele. Antes de tudo, temos de transcender o conceito de utopia materialista sob o qual vivemos, apontando para uns e outros como se fossem as causas da felicidade ou do sofrimento. Em outras palavras: pelo fato de não entendermos a interdependência, acreditamos ser independentes; e criamos uma dependência com o resto. A felicidade depende de encontrarmos a identidade interior. Ou seja, ela independente do corpo, dos bens materiais e da nossa imagem na sociedade. Felicidade é quando conseguimos ir além da dependência.

Voltando à metáfora do brinquedo, o que deveríamos estar procurando?

Lama Michel Não tem nenhum brinquedo. Não existe nenhum bem material, nenhum prazer sensorial, nenhuma posição social que, quanto mais tivermos, melhor estaremos. O problema é entender que a brincadeira de procurar o brinquedo é uma ilusão, pois damos valor ao brinquedo. Não há nada de errado em brincar ou possuir o brinquedo. Não devemos parar de ter brinquedos. O problema é atribuir um valor ao brinquedo, muito maior do que ele pode ter ou nos dar. Disso vem a nossa insatisfação. A brincadeira de procurar novos brinquedos é uma ilusão de felicidade.

É uma fuga?

Lama Michel Não chega a ser fuga. Na natureza de todos os seres está o desejo de ser feliz. Portanto, vamos procurar a felicidade. O problema está em que procuramos de forma errada. Nem sabemos exatamente o que é. E procuramos através do quê? Dos prazeres: o de

obter algo, o sensorial, o da imagem... É uma felicidade falsa, pois não é duradoura. O que será que, quanto mais tivermos, melhor ficaremos? Respondo: a paciência, a compaixão, a generosidade, a humildade, a calma interior, a concentração, menos ciúme, menos avareza... Ou seja, diminuir aquilo que chamamos de venenos mentais.

O senhor é feliz?

Lama Michel Não sou iluminado! [risos]. Ainda faço uma lista dos defeitos que tenho para mudar. Mas acredito que, dentro do mundo no qual vivemos, posso dizer que sou uma pessoa feliz.

Sua vida é bem diferente da das pessoas de sua idade, 26 anos. Como lida com isso?

Lama Michel A vida é feita de escolhas. Nunca poderemos ter tudo. Tem de haver escolha, sempre. Não ter escolhas positivas e negativas. Se eu escolher o copo [diz, apontando para o copo de água à sua frente], não vou ter as coisas positivas da jarra... Quando faço uma escolha, tenho de aceitar verdadeiramente a escolha que fiz. Ou seja, estar consciente dos prós e dos contras. Não existe escolha perfeita. A vida que levo é diferente. Eu gosto? Gosto muito. Se não fosse monge, poderia ter uma vida boa. Alguns anos atrás meu avô tinha uma fábrica de teflon e me disse: “Vem para cá cuidar da fábrica. Você seria um ótimo administrador, deixo tudo para você...” Eu disse não, obrigado. Ou seja, não fui para o monastério porque não tinha oportunidades ou porque estava fugindo. Ao contrário, sempre tive uma vida ótima. Mas foi pelo fato de achar que não era o bastante para mim que fui atrás de algo que me dê mais significado.

O senhor escolheu ou foi escolhido?

Lama Michel Fui escolhido no sentido de ter sido reconhecido como

reencarnação de um mestre tibetano. Tinha 8 anos. Para mim isso nunca foi o importante. Ir ao monastério foi uma escolha própria. Para minha vida, uma decisão até hoje essencial.

O senhor desenvolveu algumas práticas como a yoga para tentar, digamos, substituir brinquedos. De que forma isso altera sua percepção?


Lama Michel No budismo, um dos pontos-chave para que tudo funcione é aquilo que há alguns anos a ciência chamou de natureza plástica da mente: ela se baseia na transformação através da familiarização. A própria palavra meditação quer dizer familiarização. Métodos como yoga servem para proporcionar bem-estar para o corpo. E por quê? Porque o corpo está relacionado com a mente. A meditação entra no exercício da mente. Usamos para diminuir aquilo que chamamos de venenos mentais. Como um dos meus professores dizia, não devemos ter paz como uma pulga, mas como uma formiga. A pulga dá grandes pulos e fica parada. A formiga vai andando devagarzinho, dando pequenos passos e chega muito antes. Meditação é algo cotidiano. Meditar sobre a interdependência é se familiarizar a cada dia com ela. E assim fazer com que esses conceitos venham de uma forma natural e espontânea. Os métodos existem para nos ajudar nesse sentido. O caminho espiritual não pode se separar da vida cotidiana.

E são suficientes?

Lama Michel Hoje em dia falta o conceito de moralidade. Em tibetano a definição de moralidade é proteção da mente. É reconhecer que ações fazem mal a mim e aos outros, e assumir o compromisso de não fazê-las. Da mesma forma, reconhecer as ações que fazem bem a mim e aos outros, e assumir o compromisso de fazê-las. Muitas vezes, colocar esforço na so-

lução parece trazer mais sofrimento do que ficar no próprio problema. E por quê? Porque para pôr esforço na solução temos de abrir mão de algo. O esforço é necessário para o desenvolvimento. Mas como haver esforço se não temos um objetivo claro? A nossa dificuldade é não ter a clareza de um objetivo comum. São sempre objetivos individuais ou de grupos da sociedade. Sem um objetivo comum nunca será criado um esforço comum.

O cenário atual aponta um futuro pouco idílico para a humanidade: escassez de alimentos, aquecimento global, etc. O senhor tem esperança?

Lama Michel Se eu olhar a sociedade, é difícil ser otimista. Mas se eu olhar para cada um, sou otimista. Porque cada um de nós tem todo o potencial para ser uma pessoa melhor. Vivemos numa sociedade que funciona como uma pirâmide. Quem tem mais poder acaba tendo muita influência sobre o resto, seja através da mídia ou de decisões econômicas. Se houvesse uma mudança no nível de consciência de quem está no topo, acredito que poderíamos ter uma mudança rápida. Não sou pessimista a ponto de acreditar que nada possa melhorar. Pode, mas é preciso dedicação. É um trabalho conjunto. Se as partes podem ser boas, a unidade, o todo pode ser também. Cada um de nós é responsável pela própria ação. E não devemos deixar de lado, nunca, os efeitos que nossas ações podem causar. Hoje é o futuro de ontem e o passado de amanhã. Um mestre chamado Kunden Janpel Yang disse: “Pensando, pensando, passaram-se vinte anos. Não consegui, não consegui, passaram-se vinte anos. Ai, por que não fiz? Ai, por que não fiz? E passaram-se vinte anos. Assim, passaram-se 60 anos. Essa é a biografia de uma vida vazia”. Para fazer algo pela sociedade, é preciso começar agora, não amanhã. 

“Pensando, pensando, passaram-se vinte anos. Não consegui, não consegui, passaram-se vinte anos. Por que não fiz? Ai, por que não fiz? Passaram-se vinte anos. Assim, passaram-se 60 anos. Essa é a biografia de uma vida vazia” (Kunden Janpel Yang)