

Sobre o Cultivo da Vontade

Yì Zhì

Certa vez, em entrevista na TV, o consultor Robert Wong dissertou sobre motivação – citando cinco motivos que nos impelem a fazer algo, motivos esses universais e que se aplicam a todos nós:

1 obrigação / necessidade • É como um dever, uma imposição, é o “*tenho que fazer*”.

2 medo / insegurança • É algo que, se não for feito, trará consequências negativas (que não queremos / desejamos); é o “*não posso deixar de fazer*”, ou o “*se eu não fizer...*”

3 aceitação / não-resistência • Algo que faz parte do dia-a-dia, nossas funções / tarefas; aquilo que estamos acostumados e que faz parte do cotidiano; é o “*faço, ou aceito fazer*”.

4 satisfação / prazer • todas as atividades que nos dão prazer, que gostamos e que fazemos sorrindo e felizes; é o “*gosto de fazer*”.

5 amor / vontade • É tudo aquilo que nos propomos a fazer de livre vontade, de forma espontânea, com disposição; é o “*quero fazer*”.

A vontade (*yì zhì*) é o primeiro item a ser cultivado na Moral da Mente (*pin dé*) do Código de Virtude Marcial (*wu dé*). A vontade antecede qualquer ação. Ela é a suprema cumeieira da intenção e a fundação da ação. Se fazemos algo contra a vontade, será por um dos três primeiros motivos acima citados.

Se algo que fazemos é encarado como obrigação, as ações oriundas serão vazias, desmotivadas e suscetíveis a erros e resultados negativos. Por exemplo: se vamos ao trabalho pensando apenas na recompensa ao final do mês (salário), poderemos não atentar às responsabilidades inerentes à nossa função na organização, bem como não teremos motivação para sermos cada vez mais eficientes, ou mesmo quereremos aprender mais.

Se agirmos em determinado momento com receio das consequências, a ação é um tapa-buraco momentâneo e não terá estrutura, com o tempo desabarará. Estudamos para passar na prova, mas o ensinamento não será assimilado, pois a mente não o infundirá, apenas estamos usando a memória de curto prazo.

Outro exemplo: se vamos à uma aula, curso ou outro tipo de evento somente porque já pagamos por ele, algo está falando mais alto do que a vontade, e nos fechamos para os benefícios que podemos colher.

Já quando agimos aceitando, ainda não sentimos “bom-grado”, mas sim a neutralidade do “tanto faz”, uma sensação vaga de dever cumprido. Mas, mesmo assim, o acostumar-se é um tipo de estagnação mental, um torpor advindo de conforto temporário, uma acomodação com a situação. Se um relacionamento for descrito como “não tão ruim” ou for constantemente visto como “podia ser pior”, estamos interagindo com a situação, como coadjuvantes – e não agindo por nós mesmos, como foco principal. Isto acontece quando respondemos “vou levando...” ao sermos questionados sobre como estão as coisas.

As ações feitas pela satisfação não são mais comuns do que as três anteriores, porém talvez sejam mais fáceis de serem lembradas porque são prazerosas, e a mente gosta de lembranças boas, bem como o coração. Neste caso, não é preciso que ninguém nos force a agir, nem há ameaça que determine nossa resolução; tampouco agiremos com a mente dispersa – nossa ação é mais focada e concentrada. Mas fazer somente coisas que nos satisfazem é impossível – convivemos em sociedade, e cada pessoa, ambiente e situação nos apresenta diferenças.

Agora, a ação voluntária (aquela feita espontaneamente, sem coação, embasada pela vontade própria) é uma meta, algo a ser almejado. Porque antes de poder existir como algo inerente, ela precisa livrar-se de tudo aquilo de que somos dependentes: obstáculos físicos e emocionais. Olhemos para esses obstáculos como as desculpas que costumamos dar: falta de dinheiro, falta de tempo, falta de apoio, falta de espaço. A maior deficiência, porém, é a falta de foco da nossa mente.

Quando agimos guiados pela vontade, fazemos algo não somente porque gostamos, mas porque queremos fazer. Nada há naquela ação que nos desvie, nos impeça, nos abale ou nos faça duvidar. Nessa ação, que é erigida pela chamada força de vontade, pulsa a centelha do que para nós é natural, parte da nossa essência.

É a disposição, o ânimo, a alegria interna. A mente aqui já não nos desvia, não nos cobra, não nos ameaça, não nos pune, não enxerga além do momento presente. É por isso que a ação feita com a vontade é o agora e não visa os resultados da ação, mas sim corporifica a ação e é verdadeira (genuína, pura).

Nos escritos antigos do Oriente (textos do *Bhagavad-Gita*, *Upanishads*, preceitos do cânone Budista) fala-se sobre a superação dos desejos. Estes são criados pela nossa tendência em discriminar as coisas, e assim criar gostos (*raga*) e aversões (*dvesa*), por consequência – o sofrimento (*dukkha*).

Quando assim rotulamos as coisas, pessoas ou situações, afastamo-nos de sua neutralidade essencial (sua realidade). Desta maneira, embuímo-los erroneamente (por ignorância) com uma carga de responsabilidade: “se não gosto disso, não estou feliz...”

Mas satisfazer um gosto ou livrar-se de uma aversão é um alívio temporário, pois eles não se esgotam sendo satisfeitos. Deste modo, a felicidade que buscamos parece sempre dependente de algo – nós a buscamos (ou não a obtemos) em coisas, pessoas e situações. Swami Dayananda Saraswati nos diz: “*Os gostos e as aversões nos impedem de gozarmos a felicidade que somos e nos fazem vê-la em objetos onde ela não está.*”

A vontade é um dom a ser conquistado, um valor a ser cultivado, exige disciplina, pois demanda a aquietação da mente – nada externo perturba seu equilíbrio. Uma ação que nasce da vontade não gera a busca pela felicidade, pois é feita nela (com ela). Somos felizes em fazê-la – ela não gera a ânsia pelo resultado positivo (fruto). A vontade não é um fruto que se colhe, mas uma semente que se planta.

Ter vontade de fazer algo, querer fazer algo, significa que a mente e a ação estão em sintonia e uma não subjuga a outra. Quando Mestre Yang Chengfu nos orienta a “Harmonizar o

VONTADE

意志

yì zhì

idéia vontade
opinião volição
motivo lembrar-se
"o tom do coração"

Interno e o Externo” nos Dez Princípios Essenciais do Tai Chi Chuan, está nos ensinando o caminho do auto-controle, bem como do cultivo da vontade. O corpo e a mente movem-se em uníssono silêncio no momento presente e não atrelado aos fatores externos.

Tentemos então descobrir e refletir, a cada ação que fizermos, o que está nos impelindo (desejo), que resultado esperamos (intenção), e como nossa mente está envolvida. Todos os dias e em todas as decisões, temos a oportunidade de nos conhecermos melhor. *“A mente deve estar tranquila para descobrir a tranquilidade, relativamente feliz pra descobrir a felicidade, relativamente amorosa para descobrir o amor.”*

MORAL DA MENTE

品德

pǐn dé

qualidades virtude
prós energia
nível pessoal
amostra "agir com o coração de maneira verdadeira"

Sobre a Vontade, Bruce Lee disse: *“Estou apenas sendo natural, pois não há medo nem dúvida em minha mente.”* A meta suprema do Tai Chi Chuan é unir o espírito do homem ao espírito da natureza. Fazer algo com a vontade como guia é estar conectado à natureza e a ação assim dignificará sua essência.

Artigo publicado na Edição número 18 – Maio de 2018, do Informativo Eletrônico do EQUILIBRIUS®

VIRTUDE MARCIAL

武德

wǔ dé

militar virtude
marcial energia
pessoal
"agir com o coração de maneira verdadeira"