

MATT JARDINE

COMO SER UM

MILIONÁRIO

BUDISTA

9 passos práticos para ser feliz
em um mundo materialista

Tradução

Sandra Martha Dolinsky

1ª edição



BestSeller

Rio de Janeiro | 2021

autorização prévia por escrito da editora, sejam quais forem os meios empregados.
Direitos exclusivos de publicação em língua portuguesa para o Brasil adquiridos pela
Editora Best Seller Ltda.

Rua Argentina, 171, parte, São Cristóvão

Rio de Janeiro, RJ – 20921-380

que se reserva a propriedade literária desta tradução

Produzido no Brasil

ISBN 978-65-5712-068-2

Seja um leitor preferencial Record.

Cadastre-se no site www.record.com.br e receba informações
sobre nossos lançamentos e nossas promoções.

Atendimento e venda direta ao leitor

sac@record.com.br

A todos que buscam um caminho melhor

Sumário

Introdução

- Parte I: O caminho do dinheiro
 - “lugar nenhum por todo lado”
 - Dinheiro faz o mundo girar
 - dinheiro e o setor bancário
- Parte II: O caminho do sentido
 - A busca por sentido
 - Encontrando seu
 - prazer momentâneo, o medo e a fé
- Parte III: O caminho do milionário budista
 - caminho entre o dinheiro e o sentido
 - Lição 1: Comece de onde está
 - Lição 2: A arte do “um passo de cada vez”
 - Lição 3: Quando o aluno está pronto, o professor aparece
 - Lição 4: A lista das coisas a “não fazer”
 - Lição 5: A arte da meditação
 - Lição 6: Quando as coisas dão errado
 - Lição 7: Moedas invisíveis
 - Lição 8: Amor, gratidão e o coração (sutra)
 - Lição 9: Você tem o que é preciso

Conclusão

Introdução

Até as vestes do Dalai Lama custam dinheiro. Embora Sua Santidade não precise sacar a carteira para nada, alguém em algum lugar vai pagar essa conta.

ANÔNIMO

Para o seu próprio bem, responda com sinceridade. Se você tivesse um milhão em dinheiro, estaria vivendo sua vida atual? Teria o emprego que tem hoje? Se a resposta for sim e você estiver feliz, parabéns. Se a resposta for não, não se preocupe, você não está sozinho e este livro foi escrito exatamente para você.

Pesquisas revelam que muita gente não leva uma vida ideal no que diz respeito ao trabalho e à carreira. Na verdade, parece que sete em cada dez pessoas no mundo ocidental não pulam da cama ansiosas para encarar o dia que têm pela frente. Tente fazer a pergunta do parágrafo anterior na próxima vez que encontrar os amigos e teste você mesmo essa estatística. Você ficará surpreso.

Se você não está vivendo a vida dos seus sonhos, o que está fazendo? Provavelmente trabalhando muito por bem pouco, não é?

Com um terço de nossa vida gasta trabalhando e outro terço dormindo, resta pouco tempo para fazer as coisas que nos inspiram, que elevam nossa alma e nos engajam mental, física, emocional e espiritualmente. Isso me parece um terrível desperdício de vida.

Mas há esperança. Se as pesquisas estiverem corretas, quase um terço,

30%, *está* vivendo uma vida gratificante e fazendo um trabalho que adora — trabalho que faria por qualquer salário.

Ao realizar um trabalho lucrativo e com propósito, esses 30% estão dobrando a quantidade de tempo gasto com coisas que, para eles, têm um grande significado.

Não só estão realizando um trabalho que os faz sair felizes da cama logo cedo em vez de voltar para debaixo das cobertas ao apertar o botão da soneca, como também conseguem com isso cumprir seus compromissos financeiros.

Este livro mostrará como você também pode fazer isso.

Para ser considerado um sucesso, a vida moderna e a economia exigem constante crescimento. Em nosso mundo movido a dinheiro, se não estivermos crescendo, somos considerados fracassados. Com as pressões causadas por esse modelo econômico, temos que suar a camisa só para conseguir nos manter no lugar. Acabamos acorrentados ao dinheiro e fazendo escolhas de vida baseados sobretudo na economia e nas demandas de nossos chefes, clientes e obrigações financeiras.

Sendo o dinheiro tão fundamental em nosso universo, é inegável que ele se tornou nosso senhor, inclusive nosso deus, quer gostem de admitir isso ou não.

Podemos insistir e acreditar genuinamente que somos os “capitães de nosso destino e os senhores de nossa alma”, mas muitas vezes são as coisas que negamos, evitamos ou amenizamos inconscientemente que estão no controle, não nós. O dinheiro exerce um domínio profundamente enraizado sobre todos.

No entanto, este não é um livro sobre como ganhar dinheiro ou uma bíblia da economia. Já existem muitos livros dispostos a ensinar sobre a geração de riqueza. Com eles, você pode aprender a cuidar das moedas que caíram atrás do sofá. Pode descobrir como vender seu décimo apartamento obtendo um lucro impressionante. Também pode aprender sobre estratégias de aposentadoria e de redução de custos, e usar suas economias para comprar um barco com dormitório para navegar rumo ao pôr do sol da melhor idade.

Este não é um desses livros porque, não importa qual abordagem financeira você siga, todas as estratégias sobre dinheiro são inerentemente falhas. Ao tentar fugir da pobreza e acumular riqueza, e por mais bem-sucedido que seja nisso, você ainda estará sujeito às regras e às leis do dinheiro.

Todos nós conhecemos o mantra que nossos pais e nossa sociedade nos passaram: ir à escola, estudar bastante, terminar a faculdade, arranjar um bom emprego, conseguir estabilidade, economizar, investir, sustentar uma família, ter uma boa aposentadoria e morrer, deixando todo o dinheiro para trás!

É um jogo que a maioria de nós aprendeu a jogar. Alguns ganharão, ao passo que outros perderão. Quando foi a última vez que você questionou a salubridade desse modo de vida padrão? Não seria hora de procurar algo diferente?

A missão deste livro é encontrar uma alternativa, um jogo novo com outros tipos de regras. Ele tentará jogar um jogo no qual vencer (no sentido moderno da palavra) não significa necessariamente ter sucesso e no qual, mesmo em um estado de “perda”, você ainda ansiará pelo dia à sua frente.

Ao olhar para o céu em uma noite limpa e brilhante e maravilhar-se com as estrelas, os planetas e o universo, nossa mente não costuma refletir sobre dinheiro:

“Nossa, quem será que paga por todas essas estrelas?”

“Já pensou transformar os planetas em uma franquia?”

“Quem são os acionistas majoritários do universo?”

No entanto, embora entendamos que na teoria dinheiro não seja o centro do espaço sideral, não podemos escapar do fato de que na maioria das vezes ele está no centro do nosso.

Instintivamente, suspeitamos que a vida seja mais do que trabalho, contas e prazos. A humanidade questiona o significado da existência desde o início dos tempos. Na verdade, instituições como religião, filosofia e ciência evoluíram (para melhor ou para pior) a partir de uma tentativa de dar sentido ao mundo e revelar o sentido máximo da vida.

Até mesmo os ateus mais pessimistas entre nós, aqueles que acreditam que vivemos uma vida mecânica e sem espírito até morrermos, em um momento ou outro também olham para as estrelas e ponderam sobre sua origem. Afinal, até mesmo um universo mecânico deve ter uma origem.

Cientistas, filósofos e líderes religiosos possuem mais em comum do que gostariam de admitir: trata-se da compreensão que eles têm da vida. Mas foi a religião que recebeu o peso das críticas nos últimos tempos.

A estatura da religião organizada mudou ao longo dos séculos. Como consequência das fragilidades inerentes à religião e do escrutínio microscópico da ciência, muitas pessoas estão adotando crenças mais “espiritualizadas” do que religiosas. Como pensadores críticos, estamos deixando o intermediário divino de molho para formar nossas opiniões próprias e exclusivas sobre o sentido da vida.

Mas não estamos jogando o bebê fora junto com a água-benta ao nos voltarmos para religiões alternativas e as automeadas buscas de conhecimento existencial. Nossos precursores religiosos fizeram muito para pavimentar o caminho que seguimos hoje. Estamos somente atualizando e confiando, por fim, em nossa própria voz para descrever “Deus” — assim como um dia os taoístas escolheram sua simbologia yin-yang, e os budistas de Nichiren, seu canto do Sutra do Lótus, para explicar Deus. Somos livres para explicar a fonte inexplicável de todas as coisas da maneira que escolhermos.

Não tema! Assim como este não é um livro sobre como enriquecer depressa, também não é um livro da Nova Era nem religioso. Não é um livro que exigirá que você fique na frente de um espelho entoando um mantra, fazendo afirmações ou visualizações.

O que este livro fará, porém, será pedir que você abra sua mente para ideias e ensinamentos que talvez sejam desconhecidos. Por mais incomuns que essas ideias possam ser para o seu modo atual de pensar, é justamente o fato de serem diferentes que as torna valiosas para você. Afinal, se o seu estilo de vida estivesse dando certo, você não estaria lendo este livro. Todas essas ideias, por mais incomuns que sejam, foram experimentadas e testadas no ambiente da vida moderna por mim e pelos

outros 30%. Isso eu garanto.

Portanto, nossa tarefa aqui é unir os dois extremos perfeitamente representados pelo símbolo chinês milenar yin-yang. Em um extremo está o lado mais leve do *yin*, caracterizado pela sabedoria, imaginação, tranquilidade, relaxamento, satisfação, persistência e introversão. Essa é a imagem do “artista faminto”, que está criativamente realizado e em contato com o verdadeiro sentido de sua vida, mas profundamente carente do mundo material onde deve exercer seu trabalho. Ele pode até estar feliz, mas está na miséria.

No outro extremo, está o lado mais escuro do *yang*, caracterizado por ação, ambição, bravura, extroversão, entusiasmo, aventura e bravata. A imagem do “banqueiro implacável” reina suprema aqui. Esse eficiente “gladiador” da arena dos negócios dominou o mundo material e acumulou riqueza e sucesso financeiro com os quais o artista faminto só poderia sonhar, mas a que preço? Bondade, compaixão, saúde, tempo para a família e uma vida com sentido e profunda realização?

Poderiam esses dois extremos se unir em um caminho do meio? Deveria um ser sacrificado em nome do outro? É possível se livrar das amarras financeiras e buscar uma vida com um propósito mais elevado? Podemos viver nossos verdadeiros chamados e nossas paixões mais profundas e ainda ter sucesso em um mundo materialista moderno? Para responder a essas perguntas, precisaremos de ajuda.

Existe uma religião antiga, posicionada na encruzilhada entre ciência, filosofia e espiritualidade moderna, que ainda é tão relevante hoje quanto era há dois mil anos nas terras do Extremo Oriente onde surgiu: o budismo.

O budismo e alguns dos seus princípios aparecem em boa parte deste livro — embora este não seja um livro sobre o budismo. Não afirmo ter uma compreensão academicamente profunda desse sistema milenar, mas posso oferecer lições e experiências duramente aprendidas em mais de 25 anos como budista leigo.

O momento decisivo para mim ocorreu há mais de dez anos. Eu estava no jardim de Ryōzen-ji, um templo budista na ilha japonesa de

Shikoku, observando os flashes laranja e brancos nas escamas das carpas *koi* que nadavam em um lago.

Ryōzen-ji é o ponto inicial e final da Peregrinação aos 88 Templos (chamada de *Hachi-ju-hachi* pelos japoneses). Essa é a icônica trilha sagrada do Japão, como é o Caminho de Santiago de Compostela, na Espanha. Eu havia acabado de completar 1.400 quilômetros em trinta dias a pé e visitado os 88 templos budistas necessários para concluir a peregrinação.

Essa experiência que mudou minha vida acabou se tornando o tema do meu primeiro livro, *The Hardest Path*. Uma peregrinação tortuosa como a dos 88 Templos simula, no microcosmo, todas as experiências, emoções, pensamentos e ações subsequentes possíveis que um ser humano pode ter no macrocosmo de uma vida.

A vantagem de ver todos os seus pensamentos e emoções expostos ao caminhar centenas de quilômetros é que você não pode mais evitar quem é, o que está pensando e como reage às experiências cotidianas. Não há distração para esconder suas fragilidades ou negar seus pontos fortes. Durante a peregrinação, você vive sua vida em “alta resolução”, não porque entrou em algum estranho domínio espiritual, mas porque, sem nada para fazer além de caminhar, descansar e comer, não há nada obscurecendo sua visão. Sua mente, corpo e alma estão debaixo dos holofotes e você enfim pode notar como eles se comportam. Afinal, o que mais tem para fazer em uma caminhada de 1.400 quilômetros ao redor de uma ilha?

É nesse terreno aberto (geográfica, física, mental e emocionalmente) que as lições são aprendidas. Embora possam variar de um peregrino para outro, dependendo do que cada um de nós precise aprender, algum grau de percepção pessoal ocorrerá. Eu aprendi nove lições, que se tornaram a espinha dorsal deste livro. Enquanto eu olhava para o lago de peixes de Ryōzen-ji, depois de ter sido definitivamente transformado pela jornada, percebi que o que eu havia aprendido na Peregrinação aos 88 Templos não significaria nada se não pudesse levar aquilo para casa. Se essas nove lições não pudessem ser trazidas comigo, traduzidas para uma

linguagem acessível, usadas em meio a todo o barulho e caos da vida diária e partilhadas com outras pessoas, seriam desperdiçadas.

Meu desejo de trazer essas lições para casa era altruísta, mas também egoísta. Eu realmente queria partilhar essas lições transformadoras para o benefício de outros, como os homens santos me disseram para fazer, mas também queria dissipar uma dúvida persistente.

Essas grandes percepções continuariam sendo verdadeiras depois que eu deixasse a santidade da trilha sagrada? Os budistas chamam isso de “descer a montanha”. De que serve o insight, espiritual ou não, se não pode ajudar você e os outros em uma realidade mundana?

Falei há pouco dos jogos e regras que não seguiremos: as táticas de economias devastadoras e as doutrinas incompletas da religião, filosofia ou ciência. Também não nos entregaremos a modismos não corroborados da Nova Era na busca afobada por um contexto “espiritualizado” para nossa vida.

Em vez disso, proponho iniciarmos um jogo no campo da vida, que nos permita aprender diretamente com nossas experiências, erros e triunfos. Procuraremos encontrar o caminho entre a prosperidade e o sentido, e descobrir que essas duas coisas não são necessariamente opostas.

Passei a me referir àqueles que conseguem andar na corda bamba entre o sentido e o dinheiro como “milionários budistas”. Direi simplesmente: não é preciso ser budista para viver uma vida significativa e voltada para um propósito, nem ser um milionário para que o vejam como um sucesso nos negócios ou no local de trabalho. Escolher um termo para se descrever após descobrir que é realmente possível viver uma vida plena em um mundo material, muitas vezes em conflito com um propósito maior, cabe somente a você.

Certamente este será um jogo divertido, e nunca pedirei que você acredite em algo que não possa ser provado ou demonstrado. Este é um livro sobre fazer, não sobre acreditar ou seguir cegamente.

A Parte I do livro abordará as crenças mais comuns sobre dinheiro que moldam nosso mundo e nossa vida. Vamos analisar a dor e a

dificuldade que a atitude do “dinheiro em primeiro lugar” nos causa e também pedir conselhos de colegas, instrutores e conselheiros que encontraremos no caminho.

Enfrentando nossos paradigmas mentais, podemos começar questionando sua validade e investigando se nossas suposições sobre dinheiro e trabalho estão realmente corretas. Se a vida é mais do que dinheiro, então o que é?

Na Parte II, investigaremos a necessidade dos seres humanos de viver uma vida significativa, em vez de existir apenas em função da busca e acumulação de riqueza.

Veremos as limitações das ideias tradicionais sobre o que confere sentido a uma vida e ofereceremos exercícios para descobrir sua vocação de vida, pessoal e única, dando-lhe confiança não apenas para defini-la, mas também para almejá-la.

Na Parte III, o coração do livro, colocaremos você no caminho do milionário budista. Mostraremos como viver uma vida significativa e como transformá-la em uma carreira de sucesso e financeiramente compensadora seguindo nove importantes lições. Essa parte apresentará histórias reais e conselhos de pessoas que estão trilhando, com sucesso, o caminho do milionário budista, de chefs premiados, atletas e artistas a banqueiros e gente que faz trabalho caritativo.

Minha maior esperança para este livro é que ele motive, inspire e guie para uma vida na qual você viva sua paixão e a faça valer a pena. Quero ajudá-lo a criar uma vida nova, na qual, no futuro, quando alguém lhe perguntar: “Se você tivesse um milhão em dinheiro, estaria vivendo sua vida atual?”, sua resposta só possa ser: “Sem sombra de dúvida!”