

## O verdadeiro amor



*Amor ≠ Apego*

O desafio é sempre o de entender mal a ideia do amor como apego. Imaginamos que agarrar-se e apegar nas nossas relações mostra que amamos. Na realidade, só o apego é que causa dor. Quanto mais agarramos, mais temos medo de perder, e depois, quando perdemos, é claro que sofreremos.

Tenzin Palmo

A capacidade de estar sozinho corresponde à capacidade de amar. Isto pode parecer paradoxal, mas não é. É uma verdade existencial. só as pessoas que têm a capacidade de viver sozinhas são capazes de amar, de partilhar, de ir profundamente para outra pessoa, sem querer possuí-las, sem se tornarem dependentes dela ou viciados nela. Permitem aos outros plena liberdade porque sabem que quando são deixados, são tão felizes como antes. A sua alegria não pode ser tirada porque não vem dos outros.

Osho

*Amor pequeno e grande*

Há dois tipos de amor. Um é o amor desejoso, o amor contraposto, o amor agarrado. O outro é o grande amor, amor absoluto, liberdade.

Se desejas algo para ti, o teu amor não é amor verdadeiro. Depende de muitas condições; se estas mudarem, sofre.

Suponha que eu gosto muito de uma rapariga e ela ama-me. Vou para Los Angeles, e quando volto, ela tem outro namorado. O meu amor transforma-se em raiva e ódio. Assim, o pequeno amor traz sempre sofrimento.

O grande amor não conhece sofrimento. É apenas amor, amor absoluto, por isso nele não há nem felicidade nem sofrimento. Este é o amor Bodhisattva.

Seungshan