

AS TRÊS AFIRMAÇÕES QUE ATINGEM OS PONTOS CRUCIAIS

POR

PATRUL RINPOCHE

Traduzido para o inglês por James Low, maio de 2019 e para o português por João Augusto Dias, João Vale e Milton Petruczock em Junho de 2020.

- (01) **Saudação ao Guru!**
- (02) A visão é Logchen Rabjam, vasta infinidade.
- (03) A meditação é Khyentse Ozer, raios de conhecimento e amor.
- (04) A ação é Gyalwai Nyugu, a descendência dos vitoriosos.
- (05) Se você pratica desta forma
- (06) Você Será um Buda nesta vida, e
- (07) Se não, sua mente será feliz – A LA LA.
- (08) A visão é infinitamente vasta:
- (09) Atinja os pontos-chave do significado das três afirmações.
- (10) Primeiro, deixe a sua mente descansar na tranquilidade:
- (11) Livre de pensamentos, sem projetar, nem trazer para si.
- (12) Quando descansando em um estado de equanimidade, completamente tranquilo,

- (13) Repentinamente golpeie sua mente gritando PHAT!
- (14) Feroz e abruptamente: surpreendente! E MA HO!
- (15) Nada em absoluto – livre!
- (16) Aberto, livre, desimpedido.
- (17) Direto, sem obstáculos – inexprimível.
- (18) Identifique isto nitidamente como sendo a sua própria lucidez *dharmakaya*.
- (19) A revelação de sua face original diretamente à si mesmo é **O PRIMEIRO PONTO CHAVE**.

- (20) Então, quer sua mente esteja agitada ou calma,
- (21) Raivosa ou desejosa, feliz ou triste,
- (22) Em todos os momentos e em todas as situações
- (23) Reconheça a sua identidade *dharmakaya*.
- (24) As já conhecidas clara luz mãe e filha se encontram.
- (25) Habite o estado indescritível do aspecto da lucidez.
- (26) Uma vez após a outra, quebre a calma, o êxtase, a claridade e a profusão de pensamento
- (27) Com golpes súbitos das sílabas do método e da sabedoria.
- (28) Não crie diferenças entre descansar no equilíbrio e a experiência subsequente, e
- (29) Nenhuma distinção entre as sessões sentadas e os intervalos.
- (30) Habite continuamente neste estado de inseparabilidade.
- (31) Contudo, até que essa estabilidade seja atingida,
- (32) Descarte a excitação e acalente a sua prática.
- (33) Mantenha sessões definidas de meditação.
- (34) Em todos os momentos e em todas as situações
- (35) Mantenha este *dharmakaya* único através de todas as flutuações.
- (36) Esteja claro de que não há nada além disso.

(37) Claridade decisiva diretamente sobre esta singularidade é
O SEGUNDO PONTO CHAVE.

(38) Nesse momento, apego, aversão, alegria, tristeza e

(39) quaisquer pensamentos que possam ocorrer repentinamente, desaparecem sem deixar rastros.

(40) Não se demore no estado de reconhecimento.

(41) Identifique o *dharmakaya* nesta liberação.

(42) Como ao escrever sobre a água,

(43) a auto-liberação auto-emergente é contínua.

(44) O que quer que surja é alimento para a vacuidade nua e lúcida.

(45) Todo movimento é expressão do soberano *dharmakaya*.

(46) Sem traço, inerentemente puro – maravilhoso!

(47) A forma do surgimento é como antes.

(48) A forma da liberação é o ponto crucial distintivo.

(49) Sem isto, a meditação não passa de um caminho de delusão;

(50) Com isto, o estado da não meditação é o *dharmakaya*.

(51) A confiança direta e contínua na liberação é

O TERCEIRO PONTO CHAVE.

(52) Com esta visão destes três pontos chave,

(53) A meditação que conecta o saber e o amor, e

(54) O apoio da atividade geral dos bodisatvas,

(55) Mesmo se os Budas dos três tempos estivessem reunidos,

(56) Não haveria melhor ensinamento do que este.

(57) O poder expressivo da lucidez, a reveladora de tesouros do *dharmakaya*,

(58) Trouxe à luz este tesouro, através da vastidão da visão verdadeira.

(59) Isto não é como algo extraído da terra e da pedra.

(60) Este é o último testamento de Garab Dorje.

(61) Esta é a essência do coração das três transmissões.

(62) Isto é confiado aos meus discípulos do coração e selado.

(63) Seu significado é profundo, um ensinamento do coração.

(64) Um ensinamento desde o coração, o sentido vital.

(65) Não permita que seu significado vital desapareça ou seja descartado.

(66) Não permita que estas instruções sejam desperdiçadas.

(67) Este é o ‘Ensinamento Especial do Rei Sábio e Glorioso’.

Saudação ao meu bondoso guru raiz, a incorporação da bondade incomparável.

(01) Aqui eu devo explicar brevemente o método da prática dos pontos fundamentais da visão, meditação e ação. Primeiro, uma vez que meu próprio guru é a reunião das três

jóias, ao oferecer saudação apenas a ele, saudações são oferecidas a todas as fontes de refúgio. Assim, o texto diz: 'SAUDAÇÃO AO GURU!'¹

Agora eu me endereço ao sentido do que deve ser explicado. Se você pratica ciente de que todos os guru raízes e os gurus da linhagem são inseparáveis da sua própria mente, então, a visão, meditação e ação serão incluídos nisto. Assim, eu vou explicar a visão, a meditação e a ação pelos meios dos significados dos nomes do meu próprio guru raiz e os gurus da linhagem.

(02) Primeiro, a visão é o conhecimento profundo de que na grande vastidão do útero dos budas, a realidade acolhedora livre de todos os conceitos binários, a infinidade de aparências do samsara e do nirvana, tantas quantas sejam, estão já completas na igualdade da realidade. Assim, o texto diz: 'A VISÃO É LONGCHEN RABJAM, VASTA INFINITUDE'.

(03) Com esta visão inerentemente livre de conceitos binários, o aspecto do conhecer estabelecido através da sabedoria discriminativa e do *insight*, revela a vacuidade enquanto a grande bondade amorosa, inseparável do método do calmo repousar, descansa uniformemente sem oscilar. Nesta direção, a meditação é a conexão da vacuidade com a bondade amorosa. Assim, 'A MEDITAÇÃO É KHYENTSE OZER, RAIOS DE CONHECIMENTO E AMOR.

(04) Desde o estado imbuído com estas visão e meditação, os brotos frescos dos vitoriosos, aqueles que ajudam os outros em harmonia com os métodos dos bodisatvas ao empregar as seis perfeições², revelam a atividade. Assim, 'A AÇÃO É GYALWAI NYUGU, A DESCENDÊNCIA DOS VITORIOSOS'.

(05) No intuito de indicar que aqueles que praticam esta visão, meditação e ação são afortunados, o texto diz 'SE VOCÊ PRÁTICA DESTA FORMA'.

(06) Se você se mantiver em um eremitério isolado, depois de abandonar todos os assuntos mundanos desta vida, então, com o poder da prática unifocada, nesta própria vida você será liberado na pureza prístina da base. Assim, 'VOCÊ SERÁ UM BUDA NESTA VIDA'.

(07) Mesmo sem isso, se você apenas direcionar a sua mente à esta visão, meditação e ação, você saberá como transformar as dificuldades desta vida em seu caminho. Ao não gerar esperanças e medos sobre os eventos desta vida, você seguirá de uma vida feliz para outra. Assim, 'SE NÃO, SUA MENTE SERÁ FELIZ - A LÁ LÁ.'

¹ Em seu comentário, Patrul Rinpoche cita suas próprias palavras da apresentação inicial. Essas citações estão indicadas por uma fonte mais escura.

² As qualidades transcendentais de generosidade, moralidade, paciência, energia constante, concentração e sabedoria.

(08) Explicando estas benéficas visão, meditação e ação passo a passo, eu primeiro explicarei com alguns detalhes como praticar a visão. Dessa forma, 'A VISÃO É INFINITAMENTE VASTA'.

(09) Isto significa que esta instrução sobre a prática 'AS TRÊS AFIRMAÇÕES QUE ATINGEM OS PONTOS CRUCIAIS' corta a força vital da delusão. Portanto, 'ATINJA OS TRÊS PONTOS CHAVE DO SIGNIFICADO DAS TRÊS AFIRMAÇÕES'

Primeiro, há o método de introduzir a visão que ainda não foi encontrada. Os sistemas Budistas em geral confiam em signos que esclarecem a visão através de tradições escriturais autoritárias e do raciocínio. Enquanto, de acordo com as abordagens comuns Tântricas, baseados em exemplos do saber revelado na terceira iniciação, há uma introdução ao conhecimento original e real na quarta iniciação. Há muitos métodos de fazer isso. Contudo, aqui seguiremos o caminho dos seres sagrados da linhagem de prática e introduziremos o desaparecimento da mente.

(10) Além disso, quando as ondas de pensamentos desnorteantes estão furiosas, esses pensamentos intensos perseguem seus objetos e obscurecem a verdadeira face da mente, tal como ela é. Devido a isto, ainda que a mente tenha sido introduzida, ela não é reconhecida. Portanto, no intuito de deixar que esses pensamentos grosseiros se dissipem, 'PRIMEIRO DEIXE A SUA MENTE DESCANSAR NA TRANQUILIDADE'.

(11) Mais do que isso, a sua mente, sem artifícios, descansando em seu próprio estado é, em si mesma, a clara luz do saber original. O caminho do artifício não trará o despertar para como você realmente é. Assim, para mostrar a você mesmo o seu próprio saber original, co-emergente e sem artifícios, 'LIVRE DE PENSAMENTOS, SEM PROJETAR, NEM TRAZER PARA SI'.

(12) Enquanto você é um iniciante, ainda que você tente manter sua mente em um estado imutável de autoquietamento, você não terá capacidade de escapar do apego às experiências de meditação de êxtase, claridade e não-pensamento, que são aspectos deste repousar. Portanto, o texto diz: 'QUANDO DESCANSANDO EM UM ESTADO DE EQUANIMIDADE, COMPLETAMENTE TRANQUILO.'

(13) No intuito de liberar a si mesmo deste poço de apego a essas experiências e simplesmente revelar como você realmente é - a lucidez nua e desimpedida - 'REPENTINAMENTE GOLPEIE SUA MENTE GRITANDO PHAT!'.

(14) É absolutamente vital cortar o fluxo dos pensamentos e quebrar a meditação baseada em conceitos. Por isso você deve gritar *Phat!* com uma intensidade feroz. Assim, 'FEROZ E ABRUPTAMENTE: SURPREENDENTE! E MA HO!'

(15) Nesse momento, você está livre de todas as considerações sobre sujeito e objetos tais como '*esta mente é...*'. A liberação manifesta-se e portanto, 'NADA EM ABSOLUTO - LIVRE!'

(16) Desta forma, dentro do estado *dharmakaya* livre de toda a confiança em objetos, o

aspecto da lucidez nua e desimpedida reside exatamente como o saber original além da mente. Então, 'ABERTO, LIVRE, DESIMPEDIDO'

(17) Este direcionamento sem rodeios, desimpedido, é livre de todos os limites como 'emergência', 'cessação', 'existência' e 'não existência'. Indo além de ser um objeto para as esforçadas atividades conceituais de fala e mente, é o ponto-chave do saber inexprimível inerente. Assim, 'DIRETO, SEM OBSTÁCULOS – INEXPRIMÍVEL'

(18) Esta verdade crucial é a verdade primeira do *dharmakaya*, o repousar lúcido na base, o caminho dos yogis da pureza primordial livre de conceitos binários. Assim, enquanto este ponto não for corretamente identificado, não importa quanta prática de meditação você faça, você não irá além da visão e meditação artificiais fabricadas pela mente. Você estará tão longe da abordagem da aberta Grande Completude quanto a terra é distante do céu, e assim você estará sem o ponto chave da contínua clara luz da não-meditação. Portanto, reconhecer esta certeza singular é a nossa primeira ocupação. Assim, 'IDENTIFIQUE ISTO NITIDAMENTE COMO SENDO A SUA PRÓPRIA LUCIDEZ DHARMAKAYA.'

(19) O sentido disto é a primeira das três afirmações que atingem os pontos-chave. Se isto não foi revelado por meio da visão, então, não há uma base para que a meditação sustente este estado. Portanto, o mais importante é que primeiro a visão seja revelada à você. Além disso, ao ser apresentado ao saber original inerente como sendo verdadeiramente inerente em você, claramente ele não é algo a ser buscado em outro lugar. Isto não surgiu para você agora como algo que não estava presente antes. 'A REVELAÇÃO DE SUA FACE ORIGINAL DIRETAMENTE À SI MESMO É O PRIMEIRO PONTO CHAVE'.

(20) Agora, eu devo explicar, em detalhes, como praticar meditação. Permanecendo neste estado (descrito na visão), você medita sem interrupções em todos os momentos e em todas as situações e, assim, se você pode permanecer na visão (da lucidez vazia) sem inibir ou encorajar nem quietude, nem atividade – isto mantém a quietude como a verdadeira face do *dharmakaya* e a atividade como a autoexpressão do saber original. Assim, 'ENTÃO QUER SUA MENTE ESTEJA AGITADA OU CALMA'

(21) Do poder expressivo dos pensamentos na mente, emergem as aflições de raiva e desejo, a verdade da origem do sofrimento e a experiência dos sentimentos de felicidade e tristeza, a verdade do sofrimento. Se você está lúcido de que a natureza de todos esses pensamentos e sentimentos são a realidade de *darmata*, então, vai se tornar claro para você que tudo isso é apenas o drama flutuante do *dharmakaya*. Portanto, 'RAIVOSA OU DESEJOSA, FELIZ OU TRISTE'

(22) Se isto não está completamente presente para você, e você tem apenas uma compreensão geral - ainda que você tenha sido apresentado a você mesmo pela visão - se a sua meditação não consegue permanecer nesse estado, você cairá na delusão ordinária e os pensamentos irão preencher a sua experiência, amarrando você ao *samsara*. O *dharmakaya* e o seu caráter permanecerão separados e você não será diferente das pessoas ordinárias. Portanto, é vital nunca se separar da grande auto-

estabelecida não-meditação. Logo, 'EM TODOS OS MOMENTOS E EM TODAS AS SITUAÇÕES'

(23) Quando há quietude ou movimento ou aflições ou muitos diferentes pensamentos, você não precisa de diferentes antídotos para lidar com cada um deles. Para quaisquer pensamentos e aflições que ocorram, um antídoto é suficiente para liberar todos. O único requisito é o reconhecimento da visão a qual você já foi introduzido. Logo, 'RECONHEÇA A SUA IDENTIDADE *DHARMAKAYA*'.

(24) Quaisquer pensamentos e aflições que surjam não são, na realidade, outra coisa que o saber original do *dharmakaya*. Uma vez que a natureza de todos esses pensamentos é de fato a clara luz da base *dharmakaya*; se isto é reconhecido, então é chamado de clara luz mãe inerente da base. Quando você reconhece a visão da clara luz da lucidez intrínseca que foi introduzida pelo seu guru como você mesmo, isto é chamado a clara luz do caminho de prática. No momento em que você habita a sua própria identidade original, a inseparabilidade da clara luz da base e da clara luz do caminho, isto é chamado o encontro da clara luz mãe e filha. Assim, 'AS JÁ CONHECIDAS CLARA LUZ MÃE E FILHA SE ENCONTRAM.'

(25) Desta maneira, por sempre ter em mente a visão da clara luz que você reconheceu como si mesmo, você tem o ponto crucial de não adotar ou rejeitar, inibir ou encorajar os pensamentos e as aflições que são a expressão dessa verdadeira natureza na qual você habita. Assim, 'HABITE O ESTADO INDESCRITÍVEL DO ASPECTO DA LUCIDEZ'.

(26) Quando você é iniciante, se você mantém este estado por um longo tempo, experiências como bem-aventurança, claridade e não-pensamento cobrirão a sua imutável face inerente. Dessa forma, separado do véu dessas experiências e com a face nua da lucidez em uma exibição fresca, o saber original vai se tornar nítido desde aí. Como se diz,

*O yogue aprimora ao destruir sua meditação.
O riacho da montanha aprimora-se pela descida íngreme.*

Em harmonia com isto, nosso texto diz: 'UMA VEZ APÓS OUTRA QUEBRE A CALMA, O ÊXTASE, A CLARIDADE E A PROFUSÃO DE PENSAMENTOS'.

(27) Como esta quebra deve ser feita? Quando as experiências da quietude, êxtase e claridade estão no ponto de surgir ou no momento do primeiro surgimento da exaltação ou prazer, faça um forte som de '*Phat!*' Como o repentino estrondo de um trovão. *Phat!* une *Pha*, a embelezadora letra dos meios hábeis, com *Ta*, a letra cortante da sabedoria discriminativa. Você deve usar isto para aniquilar o véu do apego a essas experiências. Assim, 'COM GOLPES SÚBITOS DAS SÍLABAS DO MÉTODO E DA SABEDORIA'.

(28) Sem perder o ponto chave no que diz respeito às experiências meditativas, mantenha a lucidez inexprimível e desimpedida em todos os momentos e situações, pois assim a sua meditação, seja sentado em equilíbrio, seja na ação subsequente, será sem diferenciações. Dessa forma, 'NÃO CRIE DIFERENÇAS ENTRE DESCANSAR NO EQUILÍBRIO E A EXPERIÊNCIA SUBSEQUENTE'.

(29) Por esta razão, não distinga entre as suas sessões de meditação sobre a essência e a meditação durante o tempo dos intervalos. Portanto, 'NENHUMA DISTINÇÃO ENTRE AS SESSÕES SENTADAS E OS INTERVALOS'.

(30) Essa é a grande meditação da não-meditação. O saber inerente, vasto e original como o fluxo de um rio. Esta *yoga*, ou relaxamento sem esforço, não possui um fio de cabelo sequer de atenção pela meditação e também é sem qualquer momento de distração. Assim se diz,

*Sem experienciar meditação e sem experienciar a separação,
Nunca separando-se da integridade da não meditação,*

Isto é válido, e por isso 'HABITE CONTINUAMENTE NESTE ESTADO DE INSEPARABILIDADE.'

Se você for um recipiente apropriado para o caminho inerente da Grande Completude intrínseca, alguém para quem ouvir o ensinamento e a liberação são simultâneas, então, com a grande base, que libera as aparências e a mente, o que quer que emergja é o drama do *dharmakaya* e assim não há nem meditante, nem objeto de meditação.

(31) Entretanto, aqueles que não funcionam assim, os menos afortunados que seguem sob o poder aparente da delusão e do pensamento discursivo, devem seguir o caminho gradual até que atinjam a estabilidade. Assim, 'CONTUDO, ATÉ QUE A ESTABILIDADE SEJA ATINGIDA'.

(32) No que diz respeito a esta meditação, quando todas as causas da estabilidade do foco estão plenamente presentes, as experiências de meditação vão surgir. Entretanto, se você permanece em meio a excitação e distração, estas experiências não surgirão, não importa por quanto tempo você pratique. Assim, 'DESCARTE A EXCITAÇÃO E ACALENTE A SUA PRÁTICA'.

(33) Embora não haja uma diferença real entre o repousar equilibrado e a atividade subsequente quando consideramos o momento da meditação, se, como um iniciante, você não está apto a ocupar o lugar deste repousar, você não vai ter condições de integrar o saber original da experiência meditativa com a atividade subsequente. Mesmo que você se esforce em usar o fluxo da atividade diária como seu caminho, movimentos equivocados vão emergir devido a tendências errôneas estabelecidas. Por isso, 'MANTENHA SESSÕES DEFINIDAS DE MEDITAÇÃO'.

(34) Ao manter as sessões regulares de práticas, você pode perceber que, através de sua prática, você pode sustentar o foco em manter a essência do repousar em equilíbrio. Entretanto, se você não consegue manter uma integração contínua disto com as atividades subsequentes, você não terá condições de ter antídotos para as condições secundárias. Então, as condições secundárias do pensamento discursivo vão desviar você e você vai cair nos caminhos ordinários. Assim, o mais importante é manter o conhecimento original desimpedido durante as experiências subsequentes. Dessa forma, 'EM TODOS OS MOMENTOS E EM TODAS AS SITUAÇÕES'.

(35) Nesse momento, não há necessidade para você procurar qualquer outra coisa para meditar. No estado inseparável do repousar tranquilizante, imbuído com a visão do

dharmakaya, despreocupe-se, não foque na atividade nem no agente e à todos os pensamentos que surgirem, mantenha um ir e vir suave, sem inibi-los nem encorajá-los. Dessa forma, 'MANTENHA ESTE *DHARMAKAYA* ÚNICO ATRAVÉS DE TODAS AS FLUTUAÇÕES'.

(36) Esta prática da inseparabilidade do calmo repousar e o *insight* superior é a yoga imutável, livre de toda elaboração conceitual, mantendo a verdadeira face da realidade, a coemergência sem artifícios. Ela é o coração de todas as práticas do mantra secreto, os tantras *vajrayana*. É o saber original da revelação da quarta iniciação. É o ensinamento especial que é a joia realizadora de desejos das linhagens de prática. É a visão sem falhas das linhagens dos adeptos da Índia, e do Tibete – tanto das escolas de tradução antigas quanto das novas. Assim, você deve ter uma fé certa e inabalável de que isto é assim. Mas, se você é incapaz de parar de salivar esperando por outras instruções secretas, então, você será como o *mahant* que deixa o seu elefante em casa enquanto sai para procurá-lo através de seus rastros na floresta. Tendo sido pego na rede da mente criadora de artifícios, não haverá tempo para a liberação. Portanto, é vital que você tome uma decisão inteligente sobre como vai praticar. Dessa forma, 'ESTEJA CLARO DE QUE NÃO HÁ NADA ALÉM DISSO'.

(37) Com a acuidade decisiva de que o saber original inerente no *dharmakaya* é o Buda jamais deludido, você mantém isso continuamente. Este é o ponto-chave muito importante e secreto da segunda afirmação. Assim, 'CLARIDADE DECISIVA DIRETAMENTE SOBRE ESTA SINGULARIDADE É O SEGUNDO PONTO CHAVE'.

Agora, nos momentos em que se perde a confiança no método da liberação, você apenas vai ter uma meditação restaurativa de manter a mente pacífica e assim não irá além dos desvios pelos reinos superiores. Não será capaz de lidar com as condições do desejo e da raiva. Não será capaz de cortar o fluxo da atividade compulsiva. Não ganhará a confiança da inteligência decisiva. Assim esta questão é muito importante.

(38) Mais do que isso, quando você experimenta apego intenso às coisas que você deseja ou aversão intensa às coisas que não deseja ou alegria ao adquirir posses e condições favoráveis ou tristeza devido à doença e condições desfavoráveis, em cada um desses momentos, você deve notar que isto é apenas a expressão da lucidez. Por isso é vital identificar o saber original da liberação na base. Assim, 'NESSE MOMENTO, APEGO, AVERSÃO, ALEGRIA, TRISTEZA'.

(39) Além do que, se a sua prática carece do ponto chave da liberação no surgimento, tudo o que emerge na mente, incluindo despercebidas correntes submersas de pensamento, você acumulará o *karma* para o *samsara*. Por isso, para quaisquer pensamentos que emergem, sejam sutis ou grosseiros, é crucial manter sua liberação no surgimento de forma que não deixem quaisquer traços. Assim, 'QUAISQUER PENSAMENTOS QUE POSSAM OCORRER REPENTINAMENTE, DESAPARECEM SEM DEIXAR RASTROS.'

(40) Portanto, com relação a todos os pensamentos diversos que emergem, não os deixando escapar como uma corrente submersa delusória nem recolhendo-os com conceitos envolventes, permita que venham como são enquanto mantém o estado atento

ao imutável e assim reconheça esses pensamentos emergentes pelo que eles são. É vital manter este estado de liberação no instante do surgimento, como se desenhássemos na água, 'NÃO SE DEMORE NO ESTADO DE RECONHECIMENTO.'

(41) Se, naquele momento, a autoliberação dos pensamentos é prejudicada, então, apenas reconhecê-los como pensamentos não vai cortar o fluxo da atividade cármica deludida. Assim, simultaneamente com o reconhecimento dos pensamentos, você deve ver, de forma nua, a sua própria presença, identificando o seu já encontrado saber original exatamente como ele é, e então repouse nesse estado. Esse é o ponto chave muito crucial da pureza completa dos pensamentos sem vestígios. Assim, 'IDENTIFIQUE O DHARMAKAYA NESTA LIBERAÇÃO.'

(42) Por exemplo, quando você escreve na água, no instante em que você escreve, a escrita se vai. Escrever e desaparecer são simultâneos. Similarmente, o surgimento dos pensamentos e sua liberação ocorrem ao mesmo tempo. Portanto, há a co-ocorrência contínua do autosurgimento e da autoliberação. Dessa forma, 'COMO AO ESCREVER SOBRE A ÁGUA'.

(43) Por causa disso, não bloqueie o que está emergindo – deixe o que quer que surja, emergir. O que quer que apareça é puro no estado imutável, por isso é necessário manter este ponto chave da prática como a sua forma de proceder. Então, 'A AUTOLIBERAÇÃO AUTOEMERGENTE É CONTÍNUA'.

(44) Desta forma, ao ver os pensamentos como expressão do *dharmakaya*, quaisquer pensamentos que surjam, emergem com a identidade da expressão da lucidez. Em qualquer medida em que pensamentos imbuídos com as cinco aflições³ sejam grosseiros, a claridade da lucidez liberadora aumentará em poder na mesma medida. Assim, 'O QUE QUER QUE SURJA É ALIMENTO PARA A VACUIDADE NUA E LÚCIDA'.

(45) Quaisquer pensamentos que estejam se movendo, seja qual for o seu grau, quando você ver que todos surgem como a expressão inata do estado da lucidez vazia e desimpedida, mantenha-se livre de aceitar ou rejeitar de forma que no momento de seu surgimento, tais pensamentos dão nascimento a sua própria liberação. Desta forma, você não vai permitir que eles desviem-se do drama do *dharmakaya*. Por isso, 'TODO MOVIMENTO É EXPRESSÃO DO SOBERANO DHARMAKAYA'.

(46) Todos os pensamentos e outros conteúdos da mente, as formas deludidas da ignorância, são puros dentro da vasta expansão do lúcido e original *dharmakaya* e assim todos os pensamentos e movimentos que emergem junto a esta vasta expansão de clara luz incessante são intrinsecamente vazios. Assim, 'SEM DEIXAR TRAÇOS, INERENTEMENTE PURO – MARAVILHOSO!'.

(47) Quando você praticou desta maneira, continuamente e por um longo tempo, os pensamentos surgirão como meditação, as fronteiras entre quietude e movimento colapsarão, e assim a quietude será ilesa. Assim, 'A FORMA DO SURGIMENTO É COMO ANTES'.

3 Ou os 'cinco venenos': presunção, aversão, atração, orgulho e inveja.

Então, ainda que a expressividade se manifeste neste estilo ordinário como pensamentos, felizes e tristes, esperançosos e amedrontados, assim como o é para outras pessoas ordinárias, você não será como elas, uma vez que elas se engajam poderosamente em inibição e encorajamento, acumulando compulsões cármicas e sucumbindo ao poder forasteiro do desejo e da raiva.

(48) Para os *yogis*, a liberação ocorre no momento do surgimento. Primeiramente, os pensamentos são liberados através do reconhecimento, como quando você encontra alguém que já conhece. Então os pensamentos são liberados por si mesmos, como uma cobra se desenrolando. Finalmente os pensamentos são liberados por sua ausência de benefício ou dano, como um ladrão entrando em uma casa vazia. Você agora tem esses pontos-chaves para a forma da liberação. Assim, 'A FORMA DA LIBERAÇÃO É O PONTO CRUCIAL DISTINTIVO'.

Portanto, é dito,

Conhecer a meditação mas não conhecer a liberação –
Como isso poderia ser diferente da absorção dos deuses?

A meditação que carece deste ponto crucial da maneira da liberação é meramente a absorção em uma mente pacífica. Se você põe a sua confiança nisto, você irá se desviar para os reinos elevados e sem forma da absorção. Aqueles que acreditam que é suficiente reconhecer a quietude e o movimento não são diferentes das pessoas ordinárias em seu pensamento deludido.

(49) Aqueles que confiam nas formulações conceituais no que diz respeito a vacuidade, *dharmakaya*, etc, descobrirão, quando encontrarem situações difíceis, que a falha inerente de seu antídoto é despida, e que lhes faltam os recursos necessários. Assim, 'SEM ISTO, A MEDITAÇÃO NÃO PASSA DE UM CAMINHO DE DELUSÃO'.

(50) Ainda que vários nomes sejam aplicados, tais como "liberando no surgimento", 'autosurgimento', 'liberação nua', este método de pura liberação, a autoliberação sem rastros dos pensamentos, é o não-ordinário ensinamento especial da intrínseca *Grande Completude*, o ponto singular e essencial que demonstra, de forma precisa, a autoliberação. Se você tiver isto, então quaisquer aflições e pensamentos que surgem aparecem como o *dharmakaya*, e os pensamentos deludidos são puros como o saber original. As circunstâncias difíceis emergem como aliadas, as aflições funcionam como o caminho e, sem rejeitar o *samsara*, você habitará na pureza, estando liberado das amarras do *samsara* e do *nirvana*. Você será elevado para o estado sem esforço, livre de luta e realização. Assim, 'COM ISTO, O ESTADO DA NÃO MEDITAÇÃO É O *DHARMAKAYA*'

(51) Se você perde a confiança que emerge desta forma de liberação, então, mesmo que você cresça acreditando que o seu caráter evidencia a visão mais elevada e a meditação mais profunda, isso não beneficiará sua mente. Isso não funcionará como um antídoto para as aflições e, por isso, não é o caminho puro. No entanto, se você tem este ponto-chave de autoliberação autoemergente, mesmo que não consiga compreender a visão mais elevada ou obter uma pitada da meditação mais profunda, não será possível que o

seu senso de identidade não seja liberado das amarras da dualidade. Se você for a uma terra feita de ouro, não importa o quão você procure, não encontrará terra ordinária ou pedra. De forma semelhante, como a quietude, o movimento e quaisquer pensamentos que ocorram surgem como meditação, mesmo que você procure pelos sinais definitivos da delusão, não encontrará nenhum. Este por si só é o teste comprovado através do qual você pode examinar se está progredindo ou não com este ponto crucial da prática. Por isso, 'A CONFIANÇA DIRETA E CONTÍNUA NA LIBERAÇÃO É O TERCEIRO PONTO CHAVE'.

Estes três pontos-chave são a prática inequívoca, vital e suficiente do estado desimpedido da fonte primordial da lucidez - a visão, meditação, ação e resultado da intrínseca *Grande Completude*. Portanto, eles também são uma instrução esotérica na meditação e na ação.

(52) De acordo com a terminologia geral da tradição, o conhecimento - que é a preocupação do intelecto - deve ser testado à luz da escritura, do raciocínio e da prova para que possa ser verificado. Isto não é necessário para nós pois uma vez que o conhecer original nu e manifesto se atualiza, isso é por si mesmo a visão da lucidez conhecedora original. Uma vez que as muitas visões e meditações possuem um único sabor, nenhuma contradição é feita ao explicar a prática da visão nos termos destes três pontos. Assim, 'COM ESTA VISÃO DESTES TRÊS PONTOS-CHAVE'.

Esta prática é o inequívoco ponto chave do caminho intrínseco da pureza primordial da *Grande Completude* e é o autêntico pináculo dos nove veículos⁴. Da mesma forma que é impossível para um rei seguir adiante sem seu séquito e seu exército, também os pontos essenciais de todos os veículos acompanham esta prática como ajudantes e auxiliares.

Além do que, quando você encontra a sua própria face, a autoemergente lâmpada do verdadeiro conhecimento que é a lucidez da pureza primordial - a expressão disto - o verdadeiro conhecimento resultante da meditação, brilhará e se tornará uma sabedoria expansiva que aumenta como um rio que se descongela no sol do verão.

(53) Assim, a grande bondade - que é o caráter da vacuidade - emerge e então tudo é incluído na bondade amorosa, livre de preconceitos. Essa é a realidade de tudo. Portanto, 'A MEDITAÇÃO QUE CONECTA O SABER E O AMOR'.

(54) Quando o ponto chave deste caminho da união da vacuidade e da bondade manifestar-se em você, o oceano de qualidades dos bodisatvas envolvidos pelas seis perfeições (*paramitas*)⁵ surgirão como a sua potência expressiva inerente na forma do sol e seus raios. Esta atividade se conecta com a acumulação de mérito de forma que o

4 Os nove veículos ou *yanas* incluem os três *yanas* esotéricos (*sravakayana*, *pratekyabudayana* e *bodisatvayana*), os três tantras externos (*kriyayoga*, *caryayoga* e *yogatantra*) os três tantras internos (*mahayoga*, *anuyoga* e *atiyoga*).

5 As qualidades da generosidade, moralidade, paciência, energia constante, concentração e sabedoria. Elas se tornam transcendentais ao se integrarem com a vacuidade.

que quer que você faça beneficiará os outros. Dessa forma, a visão mais elevada lhe ajudará a não desviar-se a trabalhar exclusivamente pela sua própria paz e felicidade. Assim, 'O APOIO DA ATIVIDADE GERAL DOS BODISATVAS'

(55) Estas visão, meditação e ação reúnem a visão de todos os Budas que vieram, que estão presentes agora e que estarão presentes no futuro. Por isso, 'MESMO SE OS BUDAS DOS TRÊS TEMPOS ESTIVESSEM REUNIDOS'

(56) Não há nada melhor que o resultado do ponto essencial deste caminho do coração indestrutível de Buda, o pináculo de todos os veículos. Assim, 'NÃO HAVERIA ENSINAMENTO MELHOR DO QUE ESTE'.

(57) A verdade expressa nesta instrução é definitivamente o coração dos ensinamentos esotéricos da linhagem, e estas poucas palavras que expressam este significado também surgem como expressão criativa da lucidez. Portanto, 'O PODER EXPRESSIVO DA LUCIDEZ, A REVELADORA DE TESOUROS DO *DHARMAKAYA*'

(58) Mesmo que eu não tenha experienciado o sentido destes ensinamentos através da sabedoria que surge da meditação, devido as instruções sem falhas dos meus gurus sagrados, eu destruí verdadeiramente as minhas dúvidas com a sabedoria do aprendizado. Então, com a compreensão surgida da sabedoria da reflexão, eu compus este texto. Por isso, 'TROUXE À LUZ ESTE TESOURO, ATRAVÉS DA VASTIDÃO DA VISÃO VERDADEIRA'.

(59) Esse não é como os tesouros mundanos ordinários que podem apenas remover a pobreza. Assim, 'ISTO NÃO É COMO ALGO EXTRAÍDO DA TERRA E DA PEDRA'.

(60) Esta visão, detentora dos três pontos chaves, é chamada *AS TRÊS AFIRMAÇÕES QUE ATINGEM OS PONTOS CHAVES*. Quando Tulku Garab Dorje estava seguindo para o nirvana, ele ofereceu este ensinamento desde uma esfera de luzes de arco-íris no céu ao grande aluno Manjusrimitra. É a instrução perfeita expressando a indistinguibilidade da compreensão partilhada por eles. Por isso, 'ESTE É O ÚLTIMO TESTAMENTO DE GARAB DORJE'.

Tendo ganhando os pontos chaves dessas instruções, o rei onisciente do Dharma (Longchen Rabjam, 'vasta infinidade'), verdadeiramente despertou para a extinção de todos os fenômenos na pureza primordial e assim atingiu a perfeita budeidade. Ele mostrou a forma deste saber original para Rigdzin Jigme Lingpa (Khyentse Ozer, 'raios de conhecimento e amor'), e abençoou-o com a transmissão da lucidez através de símbolos.

Dele, meu bondoso guru raiz (Jigme Gyalwai Nyugu, 'descendência dos vitoriosos') recebeu diretamente a transmissão oral desta instrução, a introdução à sua forma verdadeira de repousar, e ele encontrou diretamente a realidade.

(61 à 66) Estas são as instruções que ouvi dele, o glorioso benfeitor dos seres. Assim,

'ESTA É A ESSÊNCIA DO CORAÇÃO DAS TRÊS TRANSMISSÕES'⁶. Estas instruções são como ouro refinado. São o sentido vital e essencial e é um desperdício exibi-las para pessoas que não irão praticá-las. Contudo, é um desperdício não mostrá-las para aquelas que irão guardá-las como a sua própria vida e, praticando seu sentido essencial, irão empenhar-se para ganhar a budeidade nesta mesma vida. Por isso, 'ISTO É CONFIADO AOS MEUS DISCÍPULOS DO CORAÇÃO E SELADO. SEU SIGNIFICADO É PROFUNDO, UM ENSINAMENTO DO CORAÇÃO. UM ENSINAMENTO DO CORAÇÃO, O SENTIDO VITAL. NÃO PERMITA QUE O SEU SIGNIFICADO VITAL DESAPAREÇA OU SEJA DESCARTADO. NÃO PERMITA QUE ESTAS INSTRUÇÕES SEJAM DESPERDIÇADAS.

(67) Isto conclui a breve elucidação ao *ENSINAMENTO ESPECIAL DE KHEPA SRI GYALPO*, o Sábio e Glorioso Rei. Que possa ser virtuoso, virtuoso, virtuoso!

⁶ A transmissão direta, a transmissão simbólica e a transmissão aural.