

<p>From</p> <h2 style="text-align: center;">THE EXPANSIVE ORAL INSTRUCTIONS</h2> <p style="text-align: center;"><i>OF THE PRECIOUS DHARMA MASTER</i></p> <p style="text-align: center;"><i>CHETSANGPA RATNA SRI BUDDHI</i></p> <p><b>SESSION 3, SAT &amp; SUN 20-21 MAR 2021, 10-5 AND 10-1</b></p> <p>THE FIVE PERFECTIONS <i>Om Mani Padme Hung Hri</i></p>	<p>De</p> <h2 style="text-align: center;">AS EXTENSAS INSTRUÇÕES ORAIS</h2> <p style="text-align: center;"><i>DO PRECIOSO MESTRE DO DARMA</i></p> <p style="text-align: center;"><i>CHETSANGPA RATNA SRI BUDDHI</i></p> <p><b>SESSÃO 3, SÁB &amp; DOM 20-21 DE MARÇO DE 2021, 7H-14H E 7H-10H</b></p> <p>AS CINCO PERFEIÇÕES <i>Om Mani Padme Hung Hri</i></p>
<p>The Lama also said:</p> <p>All of us who have obtained a precious human existence with the freedoms and blessings and who wish to practise the dharma should consider the following. The perfection of place is to stay in a solitary hermitage. The perfection of teacher is to meet an accomplished guru. The perfection of dharma is to practise the unsurpassed vajrayana. The perfection of retinue is the assembly of male and female practitioners who are in harmony with the dharma. The perfection of time is the present time in which you practise to gain enlightenment in one lifetime.</p>	<p>O Lama também disse:</p> <p>Todos nós que obtivemos uma existência humana preciosa, com as liberdades e bênçãos, e que desejamos praticar o darma, devemos considerar o seguinte. A perfeição do lugar é ficar em um eremitério solitário. A perfeição do professor é encontrar um guru realizado. A perfeição do darma é praticar o vajrayana insuperável. A perfeição do séquito é a reunião de praticantes masculinos e femininos que estejam em harmonia com o darma. A perfeição do tempo é o tempo presente em que você pratica para obter a iluminação em uma vida.</p>
<p>Now, at this time when the five perfections are present, it is necessary to practise the holy dharma that leads to buddhahood. Regarding the practice of dharma, firstly with the preliminary of developing the bodhicitta which rejects seeking only your own welfare and happiness, you should decisively abandon all the worldly</p>	<p>Agora, neste momento em que as cinco perfeições estão presentes, é necessário praticar o dharma sagrado que leva ao estado de Buda. Com relação à prática do darma, primeiramente com a preliminar de desenvolver a bodhicitta que rejeita buscar apenas seu próprio bem-estar e felicidade, você deve decisivamente abandonar todas as</p>

<p>activities of this life. Then, remembering the ascetic and diligent practice of the former adepts, with determination you should give up concern for food, clothing and social identity. Take just enough food to stay alive, wear just enough clothing to protect yourself from the wind and practise without being concerned with this life.</p>	<p>atividades mundanas desta vida. Então, lembrando a prática ascética e diligente dos adeptos precedentes, com determinação você deve abrir mão da preocupação com alimentação, vestimenta e identidade social. Coma apenas o suficiente para se manter vivo, vista apenas o suficiente para se proteger do vento e pratique sem se preocupar com esta vida.</p>
<p>Moreover, having gained an existence with the freedoms and blessings, if you are not adhering to the path of liberation, then please remember that this precious human body is very difficult to get and is very easily destroyed. It is uncertain when you will die, and at that time only the holy dharma is of benefit, nothing else. When you die, you will have to be born again within the six realms and will have to rotate rapidly through the different places in samsara, like water pouring into the speeding buckets of a water-wheel. So do not end up wasting this life in vacillation for now is the time to practise to gain buddhahood. Remembering the difficulty of gaining the freedoms and blessings, and the fact of death and impermanence, encourage yourself with the whip of great diligence and commitment, for this is the time when you must truly separate yourself from samsara.</p>	<p>Além disso, tendo ganho uma existência com as liberdades e bênçãos, se você não está aderindo ao caminho da liberação, então, por favor, lembre que este precioso corpo humano é muito difícil de se obter e é facilmente destruído. É incerto quando você morrerá, e, naquele momento, apenas o darma sagrado é benéfico, nada mais. Quando você morrer, terá que nascer de novo dentro dos seis reinos e terá que girar rapidamente pelos diferentes lugares do samsara, como água vertendo nas calhas de um moinho d'água. Portanto, não acabe desperdiçando sua vida em vacilação, pois agora é a hora de praticar para obter o estado de Buda. Lembrando-se da dificuldade de obter as liberdades e bênçãos, e do fato da morte e da impermanência, encoraje-se com o chicote da grande diligência e comprometimento, pois esta é a hora em que você deve realmente se separar do samsara.</p>
<p>Moreover, although there are said to be an inconceivable number of ways for practitioners to enter the dharma, their epitome is as follows: The preliminary is to develop the intention to gain perfect enlightenment for the sake of all beings. The main practice is to pray to the guru. The final stage is to maintain the presence that arises from the blessing of that prayer.</p>	<p>Além disso, embora se diga que existe um número inconcebível de maneiras para os praticantes entrarem no darma, seu resumo é o seguinte: As preliminares são desenvolver a intenção de obter a iluminação perfeita para o bem de todos os seres. A prática principal é rezar ao guru. O estágio final é manter a presença que surge com a bênção daquela oração.</p>
<p>Regarding the first stage, at the beginning of each practice session you must remember to develop the very pure altruistic bodhicitta of both aspiration and actual practice. Thus here in samsara all mother sentient beings equaling the sky in extent, and in particular your own very kind parents, have been tortured for a long time by terrible sufferings and so you feel compassion for them. Develop an aspiration for them to be free of suffering and to enjoy happiness, and think of</p>	<p>Com relação ao primeiro estágio, no início de cada sessão de prática, você deve se lembrar de desenvolver a mais pura bodhicitta altruísta de ambas aspiração e prática efetiva. Assim, aqui no samsara, todos os seres mães sencientes, igualando-se ao céu em extensão, e, em particular, seus próprios pais, foram torturados por um longo tempo por sofrimentos terríveis e, então, você sente compaixão por eles. Desenvolva uma aspiração para que eles sejam livres do sofrimento e desfrutem a felicidade, e pense em</p>

<p>quickly establishing them in buddhahood. In order to accomplish that, pray to the guru and maintain the actualisation of the intrinsic way. Commit yourself to this actual bodhicitta practice.</p>	<p>estabelecê-los rapidamente no estado de Buda. Para conseguir isso, ore ao guru e mantenha a realização da forma intrínseca. Comprometa-se com essa prática efetiva da bodhichitta.</p>
<p>After praying in this way, all other gurus melt into the body of your own very kind guru who is the presence of all the buddhas of the three times. Offer him all that you actually possess through your body, speech and mind and also many visualised offerings. Then with the deepest genuine faith and devotion, pray from the centre of your heart. Take the four initiations in whatever manner, simple or elaborate, is appropriate. Following that, the guru himself melts into you. It is said that in the state in which the guru's body, speech and mind are mixed inseparably with your own body, speech and mind, the fabrications of the three times are cut off.</p>	<p>Depois de orar dessa maneira, todos os outros gurus se fundem no corpo de seu próprio bondoso guru, que é a presença de todos os budas dos três tempos. Ofereça a ele tudo o que você possui de fato, através de seu corpo, fala e mente e também de muitas oferendas visualizadas. Então, com as mais profundas e genuínas fé e devoção, ore a partir do centro do seu coração. Aceitar as quatro iniciações da modo como for, simples ou elaborada, é apropriado. Em seguida, o próprio guru se funde em você. É dito que no estado em que o corpo, a fala e a mente do guru estão inseparavelmente mesclados com seu próprio corpo, fala e mente, as fabricações dos três tempos são interrompidas.</p>
<p>Do not go after past ideas. Do not wait expectantly for future ideas. Free your present awareness from effort and contrivance. Keep the mind free of contrivance, inherently relaxed and flowing in its own mode. It should be relaxed without sinking, calm without being tightly focused. Without striving, remain tranquil. Without grasping, stay loose. Without sinking, stay sparkling and alert. Maintain clarity free of dullness, sharpness free of obscurity. Remain naked, free of covering. Without developing thoughts, remain clear. By remaining like that, you will experience freedom from craving for the meditation experiences of clarity, non-thought and happiness and you will have non-distraction without any object to maintain and the immediate presence of emptiness and clarity. This is called 'calm abiding' (<i>Zhi-gNas</i>).</p>	<p>Não vá atrás de ideias passadas. Não espere com expectativas por ideias futuras. Libere a sua consciência atual de esforço e artifício. Mantenha a mente livre de artifícios, inerentemente relaxada e fluindo em seu próprio modo. Deve ser relaxada sem afundar, calma sem estar fortemente focada. Sem se esforçar, fique tranquilo. Sem agarrar, fique relaxado. Sem afundar, fique cintilante e alerta. Mantenha a clareza livre de obtusidade, a nitidez livre de obscurecimento. Permaneça nu, livre de cobertas. Sem desenvolver pensamentos, permaneça claro. Permanecendo assim, você experimentará liberdade quanto ao desejo pelas experiências de meditação da clareza, não-pensamento e felicidade, e você terá a não-distração, sem nenhum objeto para manter, e a presença imediata da vacuidade e clareza. Isso é chamado de 'calmo repousar' (<i>Zhi-gNas</i>).</p>
<p>Emptiness does not become a mere vacuity. It is clear, shining, fresh, sharp, lucid. You'd like to say something, but speaking is not possible. You'd like to express it, but that is not possible. Clear, it is the sphere of awareness. In the actual simplicity of emptiness, clarity is present like a manifesting quality. Thus the actual</p>	<p>Vacuidade não se torna um mero vazio. É clara, brilhante, fresca, nítida, lúcida. Você gostaria de dizer algo, mas falar não é possível. Você gostaria de expressá-la, mas isso não é possível. Clara, é a esfera da lucidez. Na simplicidade real da vacuidade, clareza está presente como uma qualidade que se manifesta. Assim, a real simplicidade de sua</p>

<p>simplicity of your awareness is directly and completely seen. This is called 'seeing-fully' (<i>Lhag-mThong</i>) or 'insight'.</p>	<p>lucidez é vista direta e completamente. Isso é chamado de 'visão plena' (<i>Lhag-mThong</i>) ou 'insight'.</p>
<p>Regarding what is known as 'meditation' or 'staying in balance' (<i>mNyam-bZhag</i>), awareness, the inseparable merging of calm abiding and insight, is nakedly clear, original and untainted. Free of all obscuration, it is called 'the intrinsic mode' or 'buddha', or 'original knowing' (<i>Ye-Shes</i>). To remain unceasingly with this is known as 'meditation'.</p>	<p>Com relação ao que é conhecido como 'meditação' ou 'permanecer em equilíbrio' (<i>mNyam-bZhag</i>), lucidez, a fusão inseparável do calmo repousar e do insight, é abertamente clara, original e imaculada. Livre de qualquer obscurecimento, é chamado de 'modo intrínseco' ou 'buda', ou 'conhecimento original' (<i>Ye-Shes</i>). Permanecer incessantemente com isso é conhecido como 'meditação'.</p>
<p>With regard to what is known as 'subsequent achievement' (<i>rJes-Thob</i>) or 'integration', without discriminating or doing anything artificial, look clearly at how you actually are and remain relaxed in your own place. Maintain this with whatever thoughts arise, be they good or bad. Maintain this state no matter what thoughts arise in response to the objects of the six senses. In this way all thoughts are liberated in intrinsic freedom and thereby whatever arises becomes an aid to meditation. Staying present in the knowing that arises from this state is known as 'subsequent achievement'.</p>	<p>No que se refere ao que é conhecido como 'realização subsequente' (<i>rJes-Thob</i>) ou 'integração', sem discriminar ou fazer nada artificial, observe claramente como você realmente é e permaneça relaxado em seu próprio lugar. Mantenha isso com quaisquer pensamentos que surjam, sejam eles bons ou maus. Mantenha esse estado, não importando quais pensamentos surjam em resposta aos objetos dos seis sentidos. Desta forma, todos os pensamentos são liberados em intrínseca liberdade e, assim, o que surge se torna um auxílio para a meditação. Permanecer presente no conhecimento que surge desse estado é conhecido como 'realização subsequente'.</p>
<p>By practising in this way the result of the three modes effortlessly arises as buddhahood. Thus the vibrancy of emptiness and awareness is the intrinsic mode, its shining clarity is the enjoyment mode, and all the various arisings are the self-arising, self-liberating apparitional mode. Please bear this in mind.</p>	<p>Praticando desta forma, o resultado dos três modos surge sem esforço como a budeidade. Assim, a vibração da vacuidade e da lucidez é o modo intrínseco, sua clareza brilhante é o modo de fruição, e todas as várias manifestações são o modo autossurgido e autoliberado de aparições. Por favor, tenha isso em mente.</p>
<p><b>ADVICE ON PRACTICE FOR GREAT MEDITATORS</b>  <i>Om Mani Padme Hung Hri</i>          Again Rinpoche spoke:</p>	<p><b>CONSELHOS SOBRE A PRÁTICA PARA GRANDES MEDITANTES</b>  <i>Om Mani Padme Hung Hri</i>          Mais uma vez Rinpoche falou:</p>

<p>You male and female great meditators who stay in mountain retreats for fixed periods of years, listen for a moment to what I, a beggar, have to say.</p>	<p>Vocês, grandes meditantes homens e mulheres, que ficam em retiros nas montanhas por períodos fixos de anos, ouçam por um momento o que eu, um mendigo, tenho a dizer.</p>
<p>Up until now all of us have been revolving in the great ocean of suffering that is samsara. For a long time we have experienced very intense suffering and have wandered round through the six realms one by one. In this way we have had to undergo unimaginable sufferings of birth and death. And the reason for all this is that due to ignorance we have not understood the actuality of our own awareness.</p>	<p>Até agora, todos nós temos nos revolvido no grande oceano de sofrimento que é o samsara. Por muito tempo, temos experimentado um sofrimento muito intenso e temos vagado pelos seis reinos, um por um. Assim, tivemos que passar por sofrimentos inimagináveis de nascimento e morte. E a razão de tudo isso é que, devido à ignorância, não temos compreendido a realidade de nossa própria lucidez.</p>
<p>In order to now realise the actuality of awareness you must practise the holy dharma. It is said that there are an inconceivable number of sutras, tantras and commentaries in the holy dharma. The teachings of the Buddha are vast. There are many different sources and references, and the means of entry into the dharma through all the different texts is inexhaustible. But we who are called great meditators have no need of many different dharmas. What we need is the definite awakening to our own instant awareness which is the essence of all dharmas. If you have this definite awakening then the meaning of all dharmas is encompassed within it, for the roar of the buddha arises from the actualisation of your own awareness.</p>	<p>A fim de agora compreender a realidade da lucidez, você deve praticar o darma sagrado. Diz-se existir um número inconcebível de sutras, tantras e comentários no darma sagrado. Os ensinamentos do Buda são vastos. Existem muitas fontes e referências diferentes, e os meios de entrada no darma por meio de todos os diferentes textos são inesgotáveis. Mas nós, que somos chamados de grandes meditantes, não precisamos de muitos dharmas diferentes. Do que precisamos é o despertar definitivo para nossa própria lucidez instantânea, que é a essência de todos os dharmas. Se você tem este despertar definitivo, então, o significado de todos os dharmas está englobado nele, pois o rugido do buda surge da realização de sua própria lucidez.</p>
<p>This is how to go about getting that definite actualisation. Start by developing the bodhicitta of abiding in the truth of the view of Samantabhadra in order to benefit all sentient beings, as many as would equal the extent of the sky. Meditate clearly on the guru yoga, praying with deep inward devotion. Take the four initiations, then let the guru melt into you and remain in the state of the merging of his mind with yours. Don't recollect or follow the habits of past desires. Don't give rise to thoughts that explore the future. Here in the present moment, remain free of the notions of an active subject and of deeds to be done. You must directly see your own awareness to be the buddha's unimpeded clarity.</p>	<p>É assim que se consegue essa realização definitiva. Comece desenvolvendo a bodhicitta de permanecer na verdade da visão de Samantabhadra, a fim de beneficiar todos os seres sencientes, tantos quantos forem iguais à extensão do céu. Medite claramente na guru ioga, rezando com profunda devoção interior. Faça as quatro iniciações, então, deixe o guru se fundir em você e permaneça no estado de fusão da mente dele com a sua. Não lembre ou siga os hábitos de desejos passados. Não dê origem a pensamentos que explorem o futuro. Aqui, no momento presente, fique livre das noções de sujeito ativo e de ações a serem realizadas. Você deve ver diretamente sua própria lucidez para ser a clareza desimpedida do buda.</p>

<p>Moreover the presence of your own awareness is empty and without self-substance. It is free of all conceptual elaboration. It is innate clarity and illuminates itself by itself. It is clear and unpolluted. It is free of the intellect's focusing on objects and reliance on signs. Your true presence cannot be recognised as something. It is untouched and unsullied by any of the good or bad aspects of buddhas or sentient beings. It is not affected by any of the faults or good qualities of knowing virtue and error. It is free of all the dharma names and titles such as 'dzogchen' and 'mahamudra'. Good and bad, permanent and vanishing, birth and destruction, moving and changing, binding and liberating, gaining and losing, hopes and doubts, accepting and rejecting, inhibiting and practising – regarding these and all the others, in brief, it pays no regard to any of the attitudes and phenomena encompassed within samsara, nirvana, and their middle path. It depends on nothing whatsoever. It is not mixed with anything. It is not touched by anything. It is not contaminated by anything whatsoever. It has no preferences. It has no bias.</p>	<p>Além disso, a presença de sua própria consciência é vazia e sem substância própria. Está livre de qualquer elaboração conceitual. É clareza inata e se ilumina por si mesma. É clara e não poluída. É livre da concentração do intelecto em objetos e da dependência dos sinais. Sua verdadeira presença não pode ser reconhecida como algo. É intocada e imaculada por qualquer um dos aspectos bons ou ruins dos budas ou seres sencientes. Não é afetada por nenhuma das falhas ou boas qualidades do conhecer a virtude e o erro. É livre de todos os nomes e títulos do darma, como 'dzogchen' e 'mahamudra'. Bom e mau, permanente e transiente, nascimento e destruição, mover e mudar, prender e libertar, ganhar e perder, esperanças e dúvidas, aceitar e rejeitar, inibir e praticar – em relação a estes e todos os outros, em resumo, não importa a qualquer uma das atitudes e fenômenos englobados no samsara, nirvana e seu caminho do meio. Depende de absolutamente nada. Não está misturada com nada. Não é tocada por nada. Não está contaminada por absolutamente nada. Não tem preferências. Não tem preconceitos.</p>
<p>The actual presence of one's own awareness is very clear, sharp, shining, fresh and naked. This is the view of the buddhas. Its openness is empty, its immediateness is clear, and its apparition is all-pervading. So firstly one must awaken to one's own presence, then one must abide in one's own place, and finally one must become unchanging as this.</p>	<p>A real presença da própria lucidez é muito clara, nítida, brilhante, fresca e nua. Esta é a visão dos budas. Sua abertura é vazia, sua imediatez é clara e sua aparição é onipresente. Portanto, primeiro, deve-se despertar para a própria presença, depois, deve-se permanecer em seu próprio lugar e, finalmente, deve se tornar imutável desse modo.</p>
<p>Great meditators, male and female, this is how you should protect your reliable awakening to how awareness actually is. Without sinking or covering, and without disturbance or distraction, clearly and freshly maintain awareness free of intellectualisation. Comfortably and evenly maintain awareness free of thoughts. With empty clarity, maintain awareness free of entities. Directly maintain awareness free of grasping. Clearly maintain awareness without a root. Nakedly</p>	<p>Grandes meditantes, homens e mulheres, é assim que vocês devem proteger o seu confiável despertar de como a lucidez realmente é. Sem afundar ou cobrir, e sem perturbação ou distração, mantenha clara e fresca a lucidez livre de intelectualização. Confortável e uniformemente, mantenha a lucidez livre de entidades. Com clareza vazia, mantenha a consciência livre de entidades. Diretamente, mantenha a lucidez livre de apego. Claramente, mantenha a lucidez sem uma raiz. Despido, mantenha a lucidez livre de obscurecimento. Sem esforço, mantenha a lucidez livre de artifícios.</p>

<p>maintain awareness free of obscuration. Effortlessly maintain awareness free of artifice.</p>	
<p>Great meditators, do not patch this with any other dharma. Do not mix it with any other dharma, for this awareness stands alone. It has no friend, no companion. It is naked. So keep it steadily and peacefully by itself.</p>	<p>Grandes meditantes, não remendem isso com nenhum outro darma. Não a misturem com nenhum outro darma, pois esta lucidez se sustenta sozinha. Ela não tem amigo, não tem companheiro. Está nua. Portanto, mantenham-na firme e pacificamente por si só.</p>
<p>The appearance of the objects of the six senses will arise from this openness but no matter what appearances arise remain free of grasping towards their appearance, their emptiness, and their clarity. Don't put appearance outside. Don't keep awareness inside. Appearance and awareness are inseparable, so maintain the direct clarity that is free of inside and outside.</p>	<p>A aparência dos objetos dos seis sentidos surgirá dessa abertura, mas não importa quais aparências surjam, permaneça livre de apego à sua aparência, seu vazio e sua clareza. Não coloque a aparência de fora. Não mantenha a lucidez por dentro. Aparência e lucidez são inseparáveis, logo, mantenha a clareza direta que é livre de dentro e de fora.</p>
<p>All the thoughts that arise within, however they arise, whether good or bad, subtle or gross, are the unimpeded intrinsic potential of awareness. So don't look for faults. Don't accept or reject. Maintain this self-arising, self-liberating directness free of grasping. Maintain the simultaneity of arising and liberating.</p>	<p>Todos os pensamentos que surgem no interior, independentemente de como surjam, sejam bons ou maus, sutis ou grosseiros, são o potencial intrínseco desimpedido da lucidez. Portanto, não procure por falhas. Não aceite ou rejeite. Mantenha essa precisão autossurgida, autoliberada, livre de apego. Mantenha a simultaneidade do manifestar e liberar.</p>
<p>No matter what kind of activity you are doing, act without thinking, easily and spontaneously. Without grasping, stay loose and free. Without fixing on any object keep flowing. Unborn, flowing, flowing. Unceasingly, flowing, flowing. Stay relaxed with the understanding of the lack of inherent existence in all things.</p>	<p>Não importa que tipo de atividade você esteja fazendo, aja sem pensar, relaxado e espontaneamente. Sem agarrar, permaneça relaxado e livre. Sem se fixar em nenhum objeto, continue fluindo. Não-nascido, fluindo, fluindo. Incessantemente, fluindo, fluindo. Permaneça relaxado com a compreensão da falta de existência inerente a todas as coisas.</p>
<p>Yogis who practise this instant awareness have few needs. Although there is much dharma that can be studied, it does not bring one to the presence of awareness. So stop dharma activities for then instant awareness becomes very easy. This is very dangerous for samsara. This is the greatest destroyer of confusion. This quickly arrives at buddhahood and speedily accomplishes the benefit of oneself and all others.</p>	<p>Iogues que praticam essa lucidez instantânea têm poucas necessidades. Embora haja muito darma que possa ser estudado, eles não levam à presença da lucidez. Portanto, pare as atividades do darma para que a lucidez instantânea se torne muito fácil. Isso é muito perigoso para o samsara. Este é o maior destruidor de confusão. Isso chega rapidamente à budeidade e velozmente realiza o benefício de si mesmo e de todos os outros.</p>

<p>When you die let your breath stop in the state of the intrinsic clarity of awareness and merge your awareness inseparably with intrinsic mode Samantabhadra. In this life you will gain buddhahood in the intrinsic mode. For the sake of others manifest the activity of helping beings in the manner of Bodhisattva Samantabhadra. Knowing this essential point, you must be diligent solely in the practice of awareness. Life is easily spent in distraction so it is vital to remain free of distraction. That is what I have to say.</p>	<p>Quando você morrer, deixe sua respiração parar no estado de clareza intrínseca de lucidez e funda sua consciência inseparavelmente com o modo intrínseco de Samantabhadra. Nesta vida, você ganhará a budeidade no modo intrínseco. Para o benefício dos outros, manifeste a atividade de ajudar os seres da maneira do Bodhisattva Samantabhadra. Sabendo desse ponto essencial, você deve ser unicamente diligente na prática da lucidez. A vida é facilmente gasta em distração e, por isso, é vital permanecer livre de distração. Isso é o que tenho a dizer.</p>
<p>This instruction, if practised by fortunate people, will certainly bring enlightenment in one lifetime.</p>	<p>Esta instrução, se praticada por pessoas afortunadas, certamente trará iluminação em uma vida.</p>
<p>This preliminary practice called <i>THE QUICK PATH TO ENLIGHTENMENT</i>, by which all beings can gain buddhahood in one lifetime, was presented by Buddha Sri. It was printed by gZung-Br'u'i-Phyin.</p> <p>By its virtue may all beings gain buddhahood!</p>	<p>Esta prática preliminar chamada O CAMINHO RÁPIDO PARA A ILUMINAÇÃO, pela qual todos os seres podem ganhar a budeidade em uma vida, foi apresentada por Buda Sri. Foi impressa por gZung-Br'u'i-Phyin.</p> <p>Por sua virtude, possam todos os seres alcançar a budeidade!</p>