OBRAS REUNIDAS
DE
C.R. LAMA

OBRAS REUNIDAS
DE
C.R. LAMA

COMPILADAS E EDITADAS
POR
JAMES LOW

© **James Low,** 2013

A edição desta obra foi publicada em inglês por Simply Being www.simplybeing.co.uk

Tradução

Madalena Gomes Pedroza

Revisão

João Vale

Os direitos de JAMES LOW como autor desta obra foram reivindicados de acordo com a Lei de Direitos de Autoria, Desenhos e Patentes, de 1988.

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte deste livro pode ser impressa, reproduzida ou utilizada de qualquer forma ou por qualquer meio eletrônico, mecânico ou outro meio, agora reconhecido ou posteriormente inventado, incluindo fotocópias ou qualquer sistema de recuperação de informações, sem a permissão prévia por escrito do autor.

Que todos os seres despertem

para a profundidade e a luz infinitas

que é a base do nosso ser

Conteúdo

Prefácio

Introdução

1. Vajrayāna no Tibete

2. A Tradição Nyingma

3. Instruções do bardo que irradiam claridade como o sol.

4. Os versos raiz dos bardos

5. A meditação de Vajrasattva que purifica todos os erros e obscurecimentos.

6. Padmasambhava se apresenta

7. Padmasambhava: Digno de admiração

8. As previsões de Padmasambava

9. Extratos dos Prefácios

10. Ensinamentos Breves

11. O Mosteiro de Khordong

12. Educação no Mosteiro de Khordong

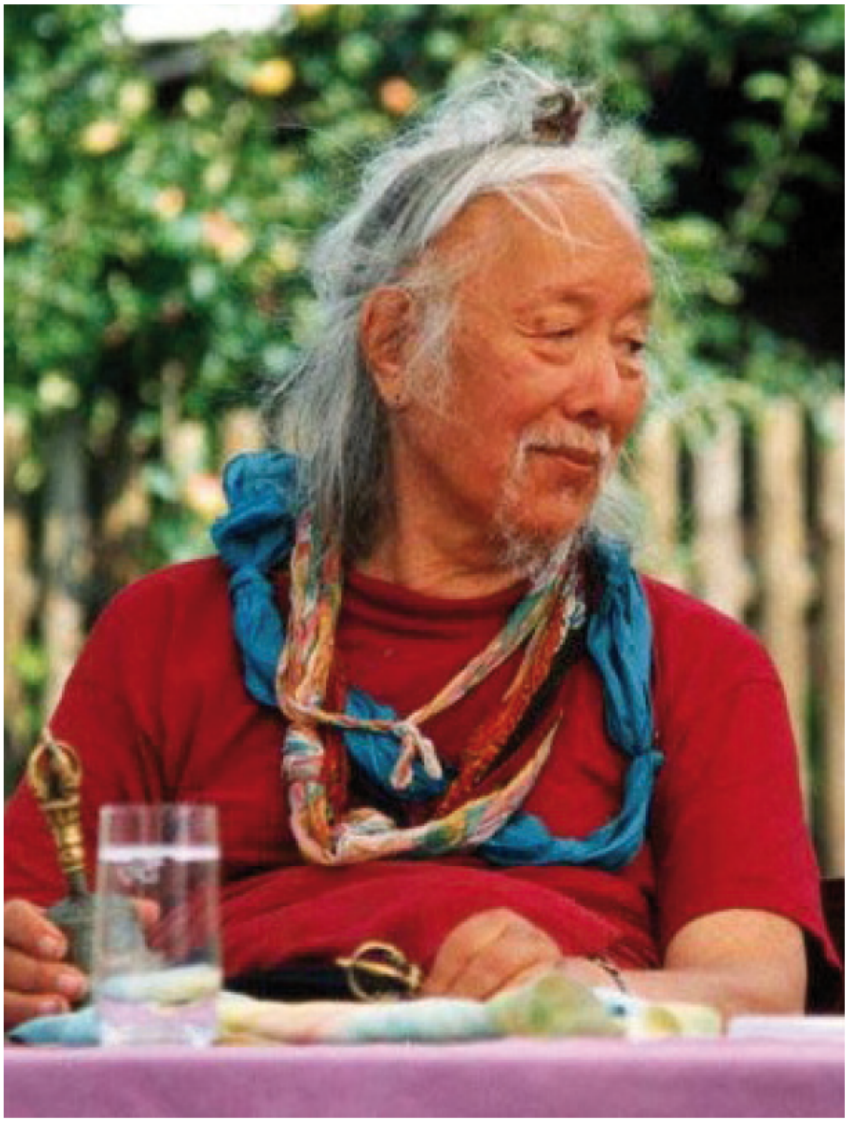
13. O Mosteiro de Khordong: Ciclo Anual de Rituais

14. Comemorações de Ano Novo

15. Comentários sobre a Cultura

16. Rigdzin Godem e Sikkim

Bibliografia



Que o sol do sorriso do professor e a chuva da instrução enriquecedora façam brotar todas as sementes da iluminação e que estas floresçam nas dez direções.

Prefácio

A produção deste livro tem sido uma obra de amor. Os textos originais que deram origem a ele muitas vezes encontravam-se em um estado bem pobre em termos de gramática, semântica e precisão de detalhes, e foi necessária uma grande quantidade de checagem e revisão. No entanto, não pareceu um fardo, pois o trabalho nos trouxe, minha colega Barbara Terris e eu, de volta à sensação vivida durante o trabalho que fizemos anteriormente junto ao Rinpoche, na Índia.

Conforme nos lembram os textos budistas repetidamente, nenhum progresso pode ser feito sem uma fé aberta. Encontrar um professor digno é uma oportunidade verdadeiramente rara e preciosa. A abertura do coração permite que o fluxo de bênçãos e as transmissões fluam para dentro dele, e essa é a base para a continuidade da tradição. A devoção também abre o coração para a beleza do momento, tal como ele é. A devoção nos liberta da reificação (*n.t coisificar, tornar sólido*) da objetificação e do julgamento, as três tendências que tornam nosso mundo e nossos corações tão densos e pesados.

Barbara Terris digitou e redigiu novamente os textos, e verificou a correção do sânscrito e do tibetano. Agradecemos a Gyurme Dorje por sua ajuda com isso. Sarah Allen preparou a versão final para publicação.

Esperamos que este livro seja de interesse para aqueles que têm uma conexão com o C.R. Lama e também para aqueles interessados nos diversos tópicos abordados neste pequeno volume.

James Low

Se houver algum mérito neste trabalho, que ele ajude todos os seres a despertar.
Se não houver mérito, que seu vazio proteja todos os seres de serem perturbados.

Introdução

Este livro apresenta um amplo espectro de obras curtas com as quais C.R. Lama esteve envolvido durante seus anos como Leitor nos Estudos Indo-tibetanos da Universidade Visva-Bharati em Santiniketan, na Bengala Ocidental. Algumas são traduções, outras são textos originais e outras são pequenos ensinamentos que ele deu enquanto trabalhava em outros textos. O objetivo deste volume é oferecer uma rápida visão do espectro de interesses e estilos de um dos primeiros lamas a se comunicar livremente com o mundo moderno.

C.R. Lama

Enquanto viveu na Índia, ele se apresentava como C.R. Lama, e era geralmente chamado pelos indianos como

Lamaji. Entre os tibetanos, era conhecido como Khordong Terchen Tulku Chimed Rigdzin (*'Dhor-gDong gTer-Chen sPrul-sKu 'Chi-Med Rig-'Dzin*) e era tratado como Rinpoche.

Nasceu em 1922, no dia de lua cheia do décimo mês. Foi reconhecido como a terceira encarnação do Khordong Terchen Drophan Lingpa Drolo Tsal (*'Khor-gDong gTer-Chen 'Gro-Phan gLing-Pa Gro-Log rTsal*) por Tulku Tshultrim Zangpo (*sPrul-sKu Tshul-Khrims bZang-Po*), a quem Rinpoche sempre chamou de Tulku Tsorlo (*sPrul-sKu Tshul-Lo*) e que mais tarde se tornaria seu principal professor. O reconheceram também como a encarnação do Corpo de Khyeu-Chung Lotsawa (*Khye'u-Chung Lo-Tsa-Ba*), a Fala de Nanam Dorje Dudjom (*sNa-Nam rDo-rJe bDud-'Joms*) e a Mente de Padmasambhava. Aos quatro anos de idade foi entronizado como chefe do Mosteiro de Khordong (*'Khor-gDong dGon-Pa*) e seus onze principais sub-monastérios. Como relatou frequentemente, empreendeu uma educação intensa, onde teve que demonstrar maior habilidade do que outros estudantes em todas as áreas. Como um exemplo de como motivos egoístas podem gerar um bom resultado, explicou que o status do mosteiro dependia das qualidades de seu líder. Se o lama chefe era famoso por seu poder e conhecimentos, então muitas oferendas eram recebidas; comparou então o interesse dos outros em sua educação à engorda de um bezerro para um banquete. "Embora eu tenha sido espancado e pressionado agora estou feliz, porque aprendi muitas coisas que me tornaram útil aos outros".

Aos dez anos de idade, viajou para o Tibete Central e estudou por dois anos com Nyamyi Dorje (*mNyam-Nyid rDo-rJe*), o chefe do Mosteiro Jangter (*Byang-g Ter*), e chefe do Dorje Drag (*rDo-rJe Brag*). Retornou ao Khordong como o

detentor oficial da linhagem Jangter para o Tibete oriental. Continuou seus estudos com Tulku Sorlo de Gonpa Shugchung (*Shug-Chung dGon-Pa*), um mosteiro famoso por seu desempenho cuidadoso e disciplinado dos rituais e danças religiosas. Dominou todos os aspectos dos rituais e das práticas, e aos 17 anos fez exames sobre suas habilidades, e recebeu o título de Dorje Lopon Chenpo (*rDo-rJe sLob-dPon Chen-Po*), significando que tinha domínio de todos os aspectos da prática tântrica.

Tulku Sorlo fez sete previsões orientando-o para o futuro. Ele disse ao C.R. Lama:

"Aos dezoito anos você deve deixar o mosteiro sem dizer a ninguém que está partindo e em seguida iniciar uma peregrinação extensa pelas áreas de fronteira do Butão, Sikkim e Nepal. Você deverá se casar com uma mulher do Sikkim, pois isso lhe garantirá uma vida longa. Deverá fazer um retiro de três anos em Tsho Pema e não se defender, quando for assaltado. Você irá voar no céu quando tiver trinta e sete anos de idade. Quando tiver cerca de sessenta anos, sua visão irá enfraquecer e você terá de agir para preservá-la para suas futuras atividades de Darma. Depois disso, você deverá retornar ao Khordong e dar todos os ensinamentos e iniciações necessários. Você irá viver até os oitenta e quatro ou cento e vinte anos, dependendo das circunstâncias."

C.R Lama deixou seu mosteiro às onze horas da noite de lua cheia do primeiro mês do ano do coelho terra, em 1939, com dois assistentes. Deixou uma mensagem dizendo que estava partindo e que não deveria ser seguido. Foi para Lasa e trabalhou por um tempo na administração do Dalai Lama, organizando documentos históricos e a biblioteca do lugar. Em seguida foi para a Índia via o Butão e o Sikkim. Isso foi antes da invasão chinesa e era fácil atravessar a fronteira. Viveu em Kalimpong por alguns anos, casou-se com uma

mulher sikkimense e, graças ao seu tio, trabalhou por um tempo na área de fronteira perto de Tawang, para o recém independente governo da Índia.

Dudjom Rinpoche o encorajou a tornar-se chefe do mosteiro Nyingma de Tsho Pema (*mTsho-Padma*), mas C.R. Lama declinou o convite, dizendo que mosteiros precisavam de patrocinadores e que isso significava problemas. Como queria começar uma família, ele se concentrou em conseguir um emprego seguro e, usando sua intuição, inteligência e conexões políticas, conseguiu o posto de professor e depois de conferencista em Estudos Indo-Tibetanos na Universidade Visva-Bharati, no Santiniketan. Ele já tinha um bom domínio do nepalês e do hindi, concentrando-se em seguida em aprender o bengali e o sânscrito. Seus primeiros anos de esforço disciplinado facilitaram essa tarefa, e logo estava trabalhando com acadêmicos indianos na reconstrução de textos antigos em bengali e hindi que haviam sido perdidos na Índia, mas preservados na língua tibetana através do trabalho feito durante o período da Segunda Tradução, por volta do século XI.

Tornou-se uma figura familiar no circuito de palestras da Universidade Indiana (Indian University), ilustrando repetidamente a importância do aprendizado do budismo como um meio de entender a cultura indiana. Além disso, também ensinou a língua tibetana na Universidade de Calcutá por muitos anos.

Aos trinta e sete anos, foi para a Itália trabalhar com Giuseppe Tucci em Roma e foi também para Munique, na Alemanha, para trabalhar com o professor Hoffmann. Esta exposição à cultura européia no final dos anos 50 lhe trouxe um senso da intensidade de energia que o povo ocidental dedicava à existência mundana. Ele disse que, vendo o

quanto eles se engajavam entusiasmadamente em perder-se a si mesmos, não via interesse na cultura ocidental.

C.R. Lama trabalhou na Universidade Visva-Bharati até se aposentar, e Tulku Thondup Rinpoche foi seu colega próximo durante parte desse período. Rinpoche vivia em uma casa na universidade com sua esposa, Sangye Dolma, chamada Amala por todos, e seus cinco filhos. A casa tinha um alpendre, um pátio fechado, um jardim e vários anexos. Nos anos 70 e início dos anos 80, ela se tornou uma colmeia de atividades, com alguns ocidentais se estabelecendo em torno dela. Às vezes era como a Torre de Babel, com o bengali, o nepalês, o hindi, o tibetano, o inglês, o francês, o alemão e o holandês sendo falado, numa tentativa de comunicação transcultural. C.R. Lama deu poucos ensinamentos formais de Darma. Ele não gostava de ensinar ou dar explicações. Ensinava gerando situações em que a experiência direta fazia com que as expectativas conceituais caíssem por terra. Raramente falava de sua própria vida e quando o fazia, os relatos que contava muitas vezes diferiam uns dos outros. Enfatizava que o acúmulo de "fatos" levava a uma falsa sensação de certeza inútil. *"São tudo histórias, é tudo ilusão. Somente a vacuidade é verdadeira."*

O número de estudantes ocidentais presentes a qualquer momento variava de um a dez, e todos foram encorajados a se envolverem de alguma forma na preparação de traduções de textos rituais. Estes textos eram apresentados no tibetano original com o significado das palavras e frases em inglês. [Veja *Os Versos Raiz dos Bardos* no capítulo 4, como um exemplo.] Milhares de páginas foram preparadas dessa forma, digitando ou escrevendo à mão, em papel encerado que era então impresso com a máquina Gestetner do Rinpoche, utilizando tambores de tinta. Havia uma

sensação de pressão o tempo todo, uma atmosfera de intensidade e urgência. O trabalho era realizado durante muitas horas por dia, e muitas vezes à noite por meio de uma lâmpada de carboneto ou à luz de velas. Era comum os textos serem impressos e as muitas páginas encomendadas ficarem prontas pouco antes do início da prática ou da iniciação começar. Havia a sensação de estar vivendo em um campo de energia incessantemente imprevisível, a mandala de Senge Dongma (*Seng-Ge gDong-Ma*), uma das principais práticas do Rinpoche.

Durante os 10 e 25 dias do mês lunar tibetano, todos nós participávamos dos rituais vestindo nossas vestes vermelhas de Darma. Essas pujas tinham grande poder e concentração, pois o Rinpoche se abria totalmente para os potenciais bastante nebulosos de seus alunos. O sol de sua presença era capaz de queimar alguns buracos nessas nuvens, e trazer o imediatismo da presença a partir das páginas dos textos rituais para dentro da vida das pessoas ao seu redor. Um desses rituais pode ser encontrado em *"Sendo Guru Rinpoche[1] "*.

A atmosfera da casa era frequentemente selvagem, como uma tempestade, como uma ameaça, como uma explosão. Não havia espaço para a complacência, pois a atenção aos detalhes e a precisão das intenções eram os únicos fatores que mantinham a intensidade centrada. Quando isso falhava, havia gritos, batidas no ar, peso, silêncio e em seguida terror, como uma tempestade da época das monções. Esses humores podiam durar dias oferecendo uma oportunidade, se bem que apenas uma oportunidade, de ver a natureza vazia do medo. Sem a prática, a situação era intolerável.

Quando conheci C.R. Lama, ele disse: "O Buda não é um homem agradável". A fantasia de gentileza, segurança e calma era algo que ele ficava feliz em dissolver. Seu objetivo era o desfazer da ilusão, oferecendo um colapso das suposições, esperanças e medos, intenções e planos. Quando os estudantes se agarraram a esses quadros de referência, a desilusão era dolorosa e uma fonte de grande consternação e desalento. De novo e de novo ele mostrava a especificidade do momento, a oportunidade de descobrir se a sorte de cada pessoa (*Rang-Chas*), a sua parte ou o que lhe cabia, iria ser encontrado em sua mandala ou não. Encaixe, conjunção, conexão, essa é a abertura para o que está aqui. Se não encaixa e ajusta, a transmissão não acontece. É algo direto e pessoal, sem nenhum lugar para se esconder e sem possibilidade de fingir.

Quando C.R. Lama deixou de trabalhar, seus filhos haviam saído de casa e ele e sua esposa deixaram o Santiniketan e se mudaram para Siliguri, ao norte de Bengala, onde as colinas e planícies se encontram. De lá, fez muitas visitas à Europa e gradualmente atraiu muitos seguidores, que participaram dos rituais e experimentaram a abertura da sua presença. Nesta fase da vida seu humor era mais tranqüilo, e, embora ainda fosse ocasionalmente direto e desafiador, sua presença benigna oferecia um senso de direção e reafirmação aos jovens principalmente, que vinham em busca de um sentido para suas vidas.

Em seus últimos anos construiu um mosteiro em Siliguri, oferecendo uma base para o lado monástico de sua linhagem, e assegurando que ela tivesse continuidade. Ela continua na Europa em vários locais e de forma discreta.

Vivi no quarto nos fundos de sua casa por oito anos, e minha própria experiência com o Rinpoche durante esse

tempo foi incrivelmente variada. É impossível resumi-lo ou mesmo dar um relato claro de como ele era, uma vez que ele era o que quer que ele era no momento, sem culpa ou medo. Ele não tentava emanar uma imagem ou se esforçar para fazer com que as pessoas gostassem dele, e isso oferecia a todos uma liberdade infinita. Você podia vê-lo da forma que quisesse, mas isso era de fato uma compreensão de como ele era, ou apenas uma projeção da sua própria matriz interpretativa?

A primeira vez que fui com minha amiga Barbara ao Santiniketan para estudar tibetano com o C.R. Lama, ele e seus amigos não estavam em casa e um monge Kagyu americano, Tsultrim, estava cuidando do serviço doméstico do lugar. Deixamos nossas malas sobre um colchão de madeira na varanda fechada e saímos para almoçar. Quando retornamos, nossas malas estavam no pátio sob um cano de água, ficando encharcadas. Desde o início, ele nos dava indícios de que: *"Você tem de confiar em mim, mas não confie em mim"*. Também dizia frequentemente sobre si mesmo: *"Eu sou o mentiroso número um, o trapaceiro número um"*, e *"Não confio em ninguém e, acima de tudo, não confio em mim mesmo"*. O único e verdadeiro refúgio é a própria mente e esse é um terreno traiçoeiro, cheio de certezas ilusórias.

Começando a trabalhar com textos tibetanos com o C.R. Lama, eu preparava o texto o melhor que podia e depois ele o verificava com o que chamava de seu "sistema de trabalho rápido", dizendo o significado das palavras e frases difíceis o mais rápido que podia. Ele dizia: *"Rápido é bom"* e descrevia como, quando criança, escrevia no quadro negro com o giz deslizando como um pássaro cruzando o céu. Então o máximo que ele dizia era: "Você sabe isso" e seguia em frente. Era doloroso e confuso ver que ele tinha mais fé

em mim do que eu nele. Toda vez que me perdia em relacionamentos, bebendo ou me rebelando, ele me dizia que era por causa da energia negativa de outras pessoas, e que eu não me preocupasse.

A amplitude da gama de conhecimentos e habilidades que ele tinha era surpreendente e ele podia se engajar em qualquer atividade. Quando me preparava para fazer um retiro viajando pelo Ladak e precisava de uma tenda, ele me disse para ir ao mercado e comprar tantos metros de algodão branco, de um tipo usado na Índia para embrulhar pacotes para o correio. Quando voltei, ele havia chamado um alfaiate local que já estava no alpendre com sua máquina de costura. Rinpoche mediu o pano com o comprimento do braço, rasgou-o em dez pedaços e foi dizendo ao alfaiate como costurá-lo. Em poucas horas minha barraca estava pronta e permeada com sua energia protetora.

Quando fomos em peregrinação a Tsho Pema, percebemos que as ilhas flutuantes no lago sagrado não estavam se movendo. Ele disse ao abade do mosteiro Nyingma que isso era um mau sinal e que elas deveriam ser cutucadas para que voltassem a andar. Ele me disse para nadar até elas e empurrá-las para que ficassem livres e pudessem se mover com a brisa, conforme descrito nos textos tradicionais. Os aldeões ficaram chateados, mas ele começou a cantar com sua voz poderosa e bonita e gradualmente todas as pequenas ilhas, que são acumulações de raízes, terra e juncos, começaram a se mover. Diversas vezes ele agiu diretamente sobre uma situação e lidou com as consequências, sem hesitação ou constrangimento. Era confiante e claro, manifestando enorme impacto, e depois, em um instante, tornava-se invisível.

Frequentemente, ia ao seu escritório na universidade usando uma camiseta e um lunghi, um pano enrolado na cintura, roupas usadas pelos homens que dirigem os riquixás (carrinhos puxados por bicicletas). Sua esposa reclamava e lhe perguntava: *"Você não tem dignidade? O que as pessoas irão dizer?* Ele respondia: *"Bem, quando me virem chegar, você acha que irão dizer: 'Esse é o C.R. Lama chegando'*, ou irão dizer: *'Essas são as roupas do C.R. Lama chegando?'*

Seu principal método de transmissão se dava através da intensidade das práticas rituais. Sua primeira encarnação havia viajado para Zangdokpalri (*A Montanha Cor de Cobre da Glória, a terra pura onde Guru Rimpoche agora reside*) montado em um ganso, e lá passou três dias com Padmasambava. Rinpoche nos disse que os assistentes de Nuden Dorje se perguntavam se ele havia morrido, porque seu corpo não se movia, mas então ele voltou com muitos ensinamentos. Rinpoche disse que o propósito dos nossos rituais consistia realmente em ver Padmasambhava e receber ensinamentos dele. Isso não era uma metáfora, ou uma simulação, era exatamente isso. E assim rezávamos com uma intensidade focada, pois Rinpoche usava todo seu poder de meditação, sua voz e suas habilidades nos timpani, ou tímpanos (*Instrumento musical de percussão. Sempre mencionados no plural por serem tradicionalmente tocados com um mínimo de dois tambores)* e no tambor a fim de trazer Padmasambhava para uma relação viva com seu pequeno grupo de devotos. O foco principal é a experiência direta, não a teoria, não o conhecimento, mas a experiência real da própria natureza de cada um enquanto abertura, clareza e participação incessante.

Rinpoche não tinha paciência para estruturas restritivas e pomposas, e era altamente antagônico quando via o

Dharma sendo usado para garantir fins mundanos. Quem pode dizer quem ele era? Certamente um trapaceiro, certamente um *terton*, certamente uma força brilhante para o bem, apontando para o coração da prática. Como ele me dizia com freqüência: "Outros lamas esperam morrer com mantras nos lábios, mas eu quero morrer com a boca cheia de deliciosos doces feitos de leite".

Os Textos

Os dois primeiros capítulos, o Vajrayana no Tibete e a Tradição Nyingma, são textos escritos em tibetano por C.R. Lama. Eles têm muitas semelhanças em conteúdo e essa repetição releva a importância tradicional que era atribuída à obtenção de uma clara visão geral sobre como os vários estilos e níveis de prática se encaixam. Infelizmente, os textos originais tibetanos foram perdidos, comidos por cupins. Os dois primeiros textos contêm muitos termos técnicos budistas e estes são fornecidos em inglês, sânscrito e tibetano. C.R. Lama insistiu que os termos sejam oferecidos em sua língua original, pois é aqui que o significado está claramente estabelecido, enquanto que em inglês e outros idiomas europeus o significado dos termos ainda não está bem definido, são aproximações somente, parte de um trabalho em andamento. Esses dois textos estabelecem o pano de fundo da prática, apontando para o desenvolvimento histórico da orientação específica Nyingma. A "escola" Nyingma abrange uma coleção diversa de grupos de pessoas que seguem os ensinamentos provindos de Padmasambhava, que estabeleceu o budismo tântrico no Tibete no século 8.

Existem muitos caminhos de Dharma, e no Ocidente pode-se agora facilmente visitar diferentes centros de Dharma que oferecem ensinamentos que não tiveram

contato direto uns com os outros por mil anos. Como escolher o que é certo para nós? Bem, talvez estejamos tanto sendo 'escolhidos' quanto 'escolhendo'; nossa vida se revela para nós à medida em que nos vemos atraídos por alguém ou algum caminho, por ele nos atrair por alguma razão. A manifestação de nossa conexão com o Darma raramente se baseia na razão, ao contrário, somos cativados por alguma imagem, voz ou idéia e descobrimos, talvez sem saber porquê, que estamos no caminho certo. Entretanto, isto não é um mero capricho, e algum conhecimento sobre a rica história da tradição pode fortalecer nosso sentimento de pertencimento, um sentimento vital se for para prosseguirmos por meses, anos e vidas.

O capítulo 1, o **Vajrayana no Tibete**, dá uma breve descrição de como o ensinamento tântrico veio a ser conhecido pelos seres humanos. Não foi o resultado de uma pessoa que teve uma ideia interessante e depois desenvolveu um sistema a partir daí. Ao contrário, é uma linhagem que está presente desde o início dos tempos e que foi transmitida por seres que existiram de várias formas, em vários reinos. A linhagem ininterrupta que procede dessa origem 'divina' ou natural expressa um paralelo dos seus ensinamentos sobre a continuidade ininterrupta entre todos os fenômenos e entre esses fenômenos e sua fonte ou base natural. Detalhes mais extensos podem ser encontrados em *A Escola Nyingma de Budismo Tibetano: Seus Fundamentos e História* [2]. Esse capítulo também estabelece a estrutura dos níveis de prática tântrica e aponta as importantes diferenças de visão e meditação que existe entre eles.

O Capítulo 2, ***A Tradição Nyingma***, expande o material apresentado no Capítulo 1, fornecendo um claro relato de como a maneira como vemos nossa situação gera padrões

de resposta corporificados. Enquanto vermos o sujeito e o objeto como de fato separados e intrinsecamente reais, cada um com sua própria essência ou natureza inerente, estaremos condenados a um longo, lento e duro caminho de purificação no qual encontraremos muitos obstáculos. O principal obstáculo é, na realidade, a própria crença que temos em nossa existência como uma entidade separada.

Este capítulo ressalta a importância vital de se abrir e repousar na visão não dual do Dzogchen, o auge dos ensinamentos de Buda. Essa visão nos introduz à perfeição natural da nossa própria situação atual de modo que, sem fazer qualquer mudança externa ou interna, despertamos para nosso budismo primordial, a não dualidade da pureza intrínseca da abertura não nascida e a clareza da manifestação espontânea. Esse é o ensinamento que C.R. Lama encarnou e expressou no imediatismo despreocupado de sua participação em tudo o que encontrou.

Os Capítulos 3, ***As instruções do bardo que irradia clareza como o sol***, e 4, **Os versos raiz dos bardos**, enfocam a experiência dos bardos, os estados intermediários. O capítulo 3 faz parte dos termas (*gTer-Ma, tesouro*) da primeira encarnação do C.R. Lama. O capítulo 4 faz parte do ciclo do *Karma Lingpa Zhitro*. Nossa vida não é nada além de experiências, experiências inapreensíveis, presentes apenas enquanto prestamos atenção a elas. Em vez de estabelecer etapas definidas na vida, os estágios que iremos ocupar e sobre os quais iremos ter domínio, os ensinamentos sobre o bardo apontam para a natureza transitória e contingente de cada momento do nosso desvelar. Estamos sempre entre o que já foi e o que ainda está por vir; a vida consiste de momentos, não de coisas. Esses ensinamentos nos encorajam a estarmos totalmente

abertos ao momento em que nos encontramos. Se estivermos totalmente abertos, recebendo a plenitude do momento, estaremos cheios e vazios ao mesmo tempo; esse é o encontro do céu com o céu.

O capítulo 5, ***Meditação sobre Vajrasattva que Purifica Todos os Erros e Obscuridades,*** foi escrito por C.R. Lama completando os ensinamentos de Chetsangpa, que compõem os capítulos 1, 3 e 5 do livro *Simples Ser*.[3] Ele insistia que o fator mais importante na prática do Dharma é a fé. Não a fé nas deidades das meditações apenas, mas a fé em nós mesmos, em nossa verdadeira natureza, em nossa natureza de Buda, nossa pureza primordial. Vajrasattva, Ser Indestrutível, é quem garante o nosso despertar. É a presença da nossa presença; nossa pureza revelada para nós através da pureza de uma forma que é o próprio vazio, a própria vacuidade. Este pequeno texto dá as principais instruções para a prática e foi escrito por Chimed Rigdzin Lama há cerca de quarenta anos atrás quando ele morava em Bengala, na Índia.

Este capítulo trata da relação entre fantasia e atualidade (*n.t: de acordo com o autor, atualidade neste sentido evoca 'o aparecer ou a aparência sempre agora', sem a concretude da palavra 'realidade', que evocaria uma solidez que esta 'atualidade' não tem)*. A atualidade, nesta definição, não é o mundo substancial que parece ser revelado aos nossos sentidos e compreendido por nossos pensamentos. A atualidade é aquilo que é dado e não dual, aquilo que perdura quando as construções mentais artificiais não são mais produzidas. O mundo da experiência comum com suas esperanças e medos, seu senso de certo e errado, e sua organização conceitual incessante, revela-se como uma fantasia, o produto de uma ilusão primordial.

É justamente porque nossos erros, falhas, confusões, etc. são, como tudo o que ocorre, desprovidos de natureza própria inerente, que podem ser rapidamente dissolvidos. A meditação de Vajrasattva - através da ligação que faz entre o comum, o simbólico e a abertura da presença direta - fornece um meio de dissolver nossas solidificações contaminadas, que geram tanta dor e culpa, em sua própria pureza intrínseca. A essência dessa prática está no contato e no reconhecimento da pureza inata de tudo o que ocorre. A impureza é um fantasma adventício que prospera com a identificação errônea que temos com um "eu". A prática proporciona um dos muitos caminhos para a experiência da presença e da vacuidade, que é o princípio do Dzogchen.

O Capítulo 6, **Padmasambhava se Apresenta**, o Capítulo 7, **Padmasambhava: Digno de Contemplação**, e o Capítulo 8, As **Previsões de Padmasambava**, referem-se a Padmasambhava e foram traduzidos por C.R. Lama a partir de partes de textos disponíveis na Índia nos anos 60. Quando os tibetanos tiveram de deixar o Tibete devido ao domínio chinês muitos textos foram perdidos. Gradualmente, mais textos têm reaparecido e estão sendo reimpressos, mas estes pequenos trechos apontam para uma época em que cada fragmento era cuidadosamente guardado e preservado.

Os capítulos 6 e 7 tratam do poder de cura de Padmasambhava e suas qualidades, fatores de cura e apoio especialmente importantes para os refugiados da época, que haviam perdido tanto. Seu poder de fazer o bem surge não tanto de um ponto de vista mundano, mas de sua base natural, o dharmadatu, a partir de onde ele convoca tudo o que é necessário para aqueles que têm fé .

O capítulo 8 lista algumas das muitas previsões que Padmasambhava fez sobre os tempos futuros. Na maioria das vezes, são previsões sobre problemas e desastres e, paradoxalmente, essas lembranças dos problemas do samsara são tranquilizadoras em tempos difíceis. Tendemos a enfatizar demais nossos próprios problemas, enquanto eles são meros exemplos da natureza da experiência dualista.

O capítulo 9, **Extratos de Prefácios**, oferece alguns extratos dos prefácios que C.R. Lama ditou para uma série de textos rituais publicados na Índia. Eles dão um pouco da qualidade do seu estilo de escrita e intenção.

O capítulo 10, **Ensinamentos breves**, abarca uma série de breves notas tomadas quando C.R. Lama explicava textos. Ele falava muito rapidamente e exigia total atenção. Essas notas dão uma ideia do estilo abreviado e direto que ele usava para explicar algo. Elas trazem significados que se revelam após uma reflexão calma sobre a própria existência.

Os capítulos 11 a 16 foram ditados por C.R. Lama. Eu os escrevi sob a forma de rascunho e checava os fatos com o Rinpoche. Algumas delas foram editadas para fins de apresentações e palestras, enquanto outras permaneceram sob a forma de notas, até recentemente. Todo um esforço foi feito para soletrar corretamente os nomes dos lugares, mas pode ter havido uma imprecisão ou outra.

O capítulo 11, **O Mosteiro de Khordong**, fornece um relato da história e do desenvolvimento do principal mosteiro do C.R Lama no Tibete oriental. Descreve o esforço de inúmeras pessoas para construir, ensinar e praticar lá - todos impermanentes e todos de grande valor. Esta breve

descrição aponta para a transmissão da linhagem como o fio central que liga e molda a atividade monástica.

O Capítulo 12, **Educação no Mosteiro de Khordong**, é um pequeno documento que C.R. Lama apresentou em uma conferência na Índia. Ele descreve o sistema de educação no Mosteiro de Khordong, delineando tanto o currículo quanto a forma de estudos lá.

O Capítulo 13, **O Mosteiro de Khordong: Ciclo Anual de Rituais**, descreve as práticas de meditação que foram ensinadas e empregadas no Mosteiro de Khordong. Muitas delas foram organizadas de acordo com o sistema Jangter do Mosteiro Dorje Drag. Este capítulo mostra o ciclo anual dos rituais de meditação. Foi apresentado em uma conferência em Varanasi, Índia, junto com o Capítulo 12.

O capítulo 14, **Celebrações de Ano Novo,** fornece um relato das celebrações de Ano Novo no distrito de Kham Trehor, conforme celebrado pelos monges e leigos.

O capítulo 15, **Comentários sobre a Cultura**, oferece as reflexões do C.R. Lama sobre a cultura local, e oferece um vislumbre do modo de vida dentro do qual seu sentido do mundo foi desenvolvido. Rinpoche não era sentimental e aceitava com equanimidade todas as muitas circunstâncias mutáveis de sua vida e a perda irrevogável da cultura tibetana tradicional.

O capítulo 16, **Rigdzin Godem e Sikkim**, fornece um breve relato do Rigdzin Godem, revelando a terra escondida dos Sikkim. Inclui uma breve oração. Rinpoche apresentou esse artigo em uma conferência no Sikkim em 1979 e é um exemplo da forma como ele subverte a estrutura acadêmica objetificadora direcionando o foco mais para a prática.

C.R. Lama também escreveu uma Oração de Lamparinas de Manteiga para o sustento da saúde e vida longa de seu guru. Ela foi editada separadamente como *"A aspiração radiante"* e não está, portanto, incluída aqui.

O Dharma mesmo não muda nunca, mas sua verdadeira expressão toma uma miríade de formas e surge devido à textura cármica das diferentes épocas. C.R. Lama era uma presença irrepetível, assim como todos nós somos quando nos libertamos da constrição de nossas suposições e hábitos. O estar sendo, a presença, é algo sempre fresco, sempre aberto, sempre pronto para revelar espontaneamente o que é útil e apropriado. Essa foi a base, o caminho e o resultado radiantemente presentes na pessoa do C.R. Lama.

Luz irradia incessantemente da mente iluminada:

Que possa brilhar do coração do Rinpoche onde quer que ele esteja residindo, orientando todos os seres na direção da própria natureza verdadeira de cada um.

James

Low

Notas

1 Low, J. *Being Guru Rimpoche: A Commentary on Nudem Dorje's Terma*, *Vidyadhara Guru Sadhana*. (Trafford, 2006) *"Sendo Guru Rimpoche"* MJ Editora, no prelo.

2 Dudjom Rinpoche. Jikdrel Yeshe Dorje. Dorje, G. (Tr and Ed). *The Nyingma School of Tibetan Buddhism: its fundamentals and history*, (Wisdom Publications, Boston, 1991).

3 Low, J. *Simply Being: Texts in the Dzogchen Tradition*, 3rd ed. (CPI Antony). *"Simplesmente Ser. Textos da tradição Dzogchen."* MJ Editora (no prelo)

4 Lama, C.R. e Low, J. *Radiant Aspiration: The Butterlamp Prayer Lamp of Aspiration*, (Simply Being, July 2011). *"Aspiração Radiante"*. MJ Editora (no prelo)

1

Vajrayana no Tibete

Este é um breve relato da prática tântrica Vajrayana[1] no Tibete de acordo com a escola Nyingma.

Segundo o *Mani bKa 'Bum*, a coleção de ensinamentos sobre o mantra de Avalokiteśvara, o rei Songtsen Gampo (*Srong-bTsan sGam-Po*) falou sobre as várias abordagens e meditações tântricas. Ele tinha muitas coisas a dizer sobre o estágio de desenvolvimento (*utpannakrama*), o estágio de completude (*sampannakrama*) e as instruções (*upadeśa*), da prática de Ārya Avalokiteśvara. Todo o Tibete se tornou devoto de Ārya Avalokiteśvara, Chenresi, e começou a meditar nas seis sílabas (**Om Mani Padme Hüm**) da época deste rei em diante (século VII). Alguns textos tântricos foram traduzidos quando os indianos Ācārya Kusara e Brahmāna Śaṅkara, e o nepalês Ācārya Śīlamañju foram para o Tibete. Uma pequena parte dos tantras de Ārya Avalokiteśvara foi traduzida. Após cinco gerações, o Rei Trisong Detsen (*Khri Srong lDeu bTsan*) convidou o grande estudioso Śāntarakṣita e o grande sábio Mahācārya Padmasambhava, assim como outros estudiosos indianos a virem ao Tibete e propagarem o budismo lá. Mahācārya Darmakīrti, o grande estudioso Vimalamitra, Ācārya Budaguhya e Ācārya Śāntigarba, foram todos para o Tibete. Mahācārya Darmakīrti transmitiu o método de consagração na Mandala do Tantra Yoga Vajradātu. Mahāpaṇḍita Vimalamitra e outros ensinaram aos tibetanos tudo o que era necessário. Os tradutores tibetanos Vairocana, Ma (*rMa*), Nyag (*gNyag*) e Nub (*gNub*), etc., traduziram uma grande quantidade de textos, incluindo o *Kun Byed rGyal Po, (o Rei*

que tudo Realiza), o mDo dGongs 'Dus, O Sutra que Unifica Intenções, um dos quatro tantras raiz de Anuyoga, e o *sGyu 'Phrul 'Grub sDe brGyad, As 8 Sessões de Prática das Formas Ilusórias*, e assim por diante. Os textos básicos (*āgamas*) e suas explicações (*upadeśas*) também foram traduzidos.

Mahācārya Padmasambhava, através de seu poder milagroso, trouxe para o Tibete muitas obras tântricas da Índia, de Uḍḍiyāna e assim por diante, e as traduziu. Outros tantras prevalentes na Índia naquela época vieram para o Tibete no decorrer do tempo.

O surgimento do Tantra

Vinte e oito anos após o seu nirvaṇa, o Buda encarnou na forma de Guhyapati, o Mestre dos Segredos, no Monte Malaia, no sul da Índia. Lá ele conheceu cinco seres sábios, conhecidos como "Os Cinco Excelentes de Nobreza Sublime", que explicaram três tantras externos e dezoito tantras internos. Esses cinco seres sábios pertenciam aos cinco grupos de seres:

1. Da família pura dos deuses, devasatküla, veio Yaśasvī Varapāla (*Grags-lDan mChog-mKyongs*).
2. Da família pura do yakṣas, yakṣasatkūla, veio Ulkāmuka (*sKar-mDa' gDong*).
3. Da família pura das Nagas, nāgasatkūla, veio o rei Takṣaka (*kLu-rGyal 'Jog-Po*).
4. Da família pura do rākṣasa, rākṣasasatkūla, veio Matyaupāyika (*bLo-Gros Thabs-lDan*).
5. Da família pura dos humanos, manuṣasatkūla, veio Vimalakīrti (*Li-Tsa-Bi Dri-Med Grags-Pa*).

Dos cinco seres sábios, foi rākṣasa, Lodrö Thabden (*bLo-Gros Thabs-lDan*), que escreveu os tantras em folhas douradas com tinta berilo azul celestial e os manteve escondidos no céu, de acordo com as sete instruções de Guhyapati. As sete instruções são as seguintes:

O tantra deve ser escrito em folhas de ouro.

A tinta utilizada deve ser de pedra berilo.

O tantra deve ser guardado em um recipiente feito de pedras preciosas.

O recipiente deve ser mantido em um local livre de destruição pelos elementos.

Devīs, deusas, devem ser mantidas no local para guardar o recipiente.

O rei Ja foi posto a cargo dos tantras.

Kukurāja, Uparāja e outros professores foram previstos, mesmo até os dias de hoje.

Quando chegou a hora, o rei Ja (*ou Dza*) teve um sonho no qual viu que os tantras escritos em folhas de ouro lhe estavam sendo oferecidos. Esse sonho se tornou realidade pela manhã, quando todos os tantras choveram descendo pelo telhado de sua casa. Depois disso, o rei Ja, Budaguhya, Budājñāna, Ānandavajra e outros explicaram esses tantras ao mundo.

Esses dezoito tantras e o *Mahāmāya Guhyasāra, A Essência Secreta da Grande Ilusão*, foram estudados em profundidade por Budaguhya, Mahāpaṇḍita Vimalamitra e pelos

tradutores Ma e Nya.Mahācārya. Mahāhuṅkāra ensinou a seus discípulos, incluindo Namkhai Nyingpo (*Nam-mKha'i sNying-Po*) de Nub, o Viśuda sādana e outros tantras. Padmasambhava ensinou a outros discípulos o Kilaya sādana e o Mahāṣṭa sādana. Budajñāna, um tibetano, Vyākaraṇavajra e outros ensinaram ao povo. Foi dessa forma que seus ensinamentos chegaram até os nossos dias.

Em relação ao āgama anuyoga, ao samājasūtra, ao vidyasūtra e assim por diante, instruções foram dadas ao tibetano Buddhajñāna por quatro indianos e nepaleses ācāryas, e seu trabalho chegou até os nossos dias. O ciclo de textos *bShad rGyud dGongs Pa 'Dus Pa, Tantra explicativo assembléia de clareza, (Saṃkṣipta Sandhisaṃgraha*) foi traduzido no mosteiro Samye, no Tibete central, durante os primórdios da época das traduções.

O Mahāsampanna atiyoga é dividido em três seções:

As dezoito instruções externas da Seção da Mente (*citavarga, Sems-sDe*) foram explicadas por Vairocana e Yudra Nyingpo (*gYu-sGra-sNying-Po*), e vêm sendo transmitidas até os dias de hoje.

As instruções da seção do espaço interno (*datuvarga, kLong sDe*) foram apresentadas por Śṛī Siṇgha e explicadas por Vairocana, e vêm sendo transmitidas até os dias de hoje.

As instruções essenciais contidas nos 17 tantras da Seção Oral Secreta (*upadesavarga, Man-Ngag-sDe*) foram explicadas por Ācārya Padmasambava, Vimalamitra e Vairocana, e vêm sendo transmitidas até os dias de hoje.

Um breve relato sobre o significado do Vajrayana

O *sNga-'Gyur Kun-Byed-rGyal-Po*, o rei que tudo realiza, do primeiro período das traduções, diz: *"Theg-Pa rNam-Pa gNyis-Yin-Te mTshan-Nyid rGyu-Yi-Theg-Pa 'Bras-Bu sNgags-Kyi-Theg-Pa"*. Isto é, *"Existem dois tipos de yanas ou veículos. O primeiro é o veículo que funciona como uma causa e depende de sinais e análises. O segundo é o veículo que funciona de acordo com o resultado e depende do tantra."* Yana indica ascensão, elevação à iluminação. O veículo da causa (*lakṣaṇa hetuyāna*) é estabelecido nos sutras. O veículo do resultado (*phala vajrayāna*) refere-se a mantrayāna, tantrayāna e sahajayāna. Devido a seu poder e eficácia, o phala vajrayāna é considerado superior ao lakṣaṇa hetuyāna, o caminho que funciona como uma causa para se alcançar a iluminação no futuro. Há muitos seguidores do vajrayana que atingiram a liberação, muitas vezes transformando seu corpo em um arco-íris.

O caminho do tantra é chamado 'vajrayana', o caminho do diamante, ou indestrutível. Diz-se que o diamante tem sete qualidades:

Nada consegue cortar um diamante

Um diamante não pode ser destruído

Um diamante é uma pedra real

Um diamante é muito forte

Um diamante mantém sua forma

Um diamante é impenetrável

Um diamante pode penetrar qualquer coisa

Os budistas acreditam que o tantra tem essas sete virtudes, cada uma das quais manifesta muitas qualidades. Destas, apenas uma qualidade de cada virtude da lista é dada aqui. O Vajrayana demonstra a natureza indestrutível do Buda, Vajradara, em todos os seres. Ele sustenta que Vajradara:

É imune a toda impureza

Não pode ser destruído

É o verdadeiro nirvana

É a força

É a firmeza

É imortal

É o único meio de libertação do mundo

Três veículos

Os ensinamentos têm sido organizados de acordo com vários esquemas. Um deles, encontrado nas primeiras traduções da tradição Nyingma, utiliza três veículos ou caminhos:

O caminho do veículo que leva à saída do sofrimento, sarvobavanayaka yāna (*Kun-Byung-'Dren*).

O caminho do veículo que se agrupa em torno da austeridade, tapasvinkūla yāna (*dKa'-Thub Rigs-Pa*)

O caminho do veículo dos métodos que sobrepujam, śaktiupāya yāna (*dBang-bsGyur Thabs-Kyi Theg-Pa*).

Estes são os nomes dados nas Antigas Traduções [Nyingma].

Nove Veículos

O esquema mais geralmente usado inclui nove veículos:

1. O veículo dos que ouvem, śrāvakayāna (*sNyan-Thos-Kyi Theg-Pa*).
2. O veículo dos budas solitários, pratyekabudayāna (*Rang-rGyal-Kyi Theg-Pa*)
3. O veículo dos bodhisattvas altruístas, bodisatvayāna (*Byang-Chub Sems-Pa'i Theg-Pa*)

Estes três citados acima constituem o sarvabavanayakayāna.

4. O veículo da atividade, kriyāyāna (*Bya-rGyud*)
5. O veículo da conduta, caryāyāna (*sPyod-rGyud*)
6. O veículo que é supremo, anutarayāna (*bLa-Na-Med-Pa'irGyud*), também conhecido como o veículo da meditação yoga, Yogayāna (*rNal-'Byor rGyud*).

Estes citados três acima constituem o tapasvinkūlayāna.

7. O veículo dos tantras pai, pitrāgayāna (*Pha-rGyud*), também conhecido como mahāyoga.
8. O veículo dos tantras mãe matṛyagayāna (*Ma-rGyud*), também conhecido como āgama anuyoga.
9. O veículo da ioga não dual, advayayogayāna (atiyogayāna) (*gNyis-Med-rGyud*), também conhecido como mahāsampanna atiyoga. O próprio Advayayogayāna tem três seções:

a. A seção da mente, cittavarga (*Sems-dDe*).

b. A seção do espaço, kavarga (*kLong-sDe*)
c. A seção oral secreta, upadeśavarga (Man-Ngag-sDe).

Estas três acima constituem o śaktiupāyayāna.

Os três primeiros veículos pertencem ao sistema do veículo da causa, que depende de sinais. Os seis restantes pertencem ao veículo do resultado, e empregam o ensino vajrayāna para obter conhecimento e poder. O tapasvinkūlayāna, que compreende os três primeiros caminhos tântricos, é restritivo em seu foco, enquanto os três segundos têm uma visão mais aberta.

De acordo com mahāyoga, não existe uma regra rigorosa para determinar o que é virtuoso e o que não é virtuoso, já que tudo é naturalmente puro desde o início, e imutável. É o conhecimento humano que vê diferenças e faz julgamentos. Despertar para nossa situação natural é o único meio de alcançar a iluminação (*abisambodh*).

De acordo com a āgama anuyoga, a presença (*vidyā*) é naturalmente cheia de claridade e contentamento (*mahānanda*).

De acordo com o mahāsampanna atiyoga, não há necessidade de se referir ao passado ou ao futuro, ou de observar causas e efeitos. No momento presente, a presença (*vidyā*) é por si só inerente aos três corpos ou modos de iluminação, o darmakāya, o sambogakāya e o nirmāṇakāya.

O darmakāya (*Chos-sKu*) ou modo de atualidade (*n.t: actuality, na tradução original*) é sem forma e sem substância, mas é a fonte da iluminação. É a verdade absoluta do saṃsāra, sendo auto-existente e eterna. É representada por Samantabadra ou Ādi-Buddha.

O sambogakāya (*kLong-sKu*), ou modo de deleite, é glorioso e belo. É tanto o esplendor natural do darmakāya quanto a culminação do mérito de Buda (*n.t, de acordo com o autor: Em alguns dos Sutras Mahayana, como o Lankavatara, o Dharmakaya foi descrito como a fruição da acumulação da sabedoria e o Sambhogakaya como a fruição da acumulação do mérito....portanto, eles foram considerados como sendo gerados pela prática ao longo do caminho. Enquanto no Dzogchen eles são vistos como sendo intrínsecos.*). É representado pelos Budas das cinco famílias, que são graciosos e cheios de contentamento.

O nirmāṇakāya (*sPrul-sKu*) ou modo de participação é a presença iluminada dos Budas, levando os seres das trevas à luz, do sono ao despertar, da ignorância à presença. É representado pelo Buda Śākyamuni, que mostrou a vacuidade e a ausência da natureza inerente de todos os fenômenos.

O Mahāsampanna atiyoga está dividido em três seções: citavarga, kavarga e upadeśavarga.

De acordo com a série da mente (*citavarga, Sems-dDe*), o que quer que você veja, sinta, toque e assim por diante, é tão somente reflexos da sua mente (*citta*). Esse conhecimento está naturalmente presente, pois a própria mente é lucidez, claridade e vacuidade - pura e sem manchas. Portanto, a mente não requer nada externo para sua purificação. Na série da mente, o foco é colocado no sujeito *(darmatā*), enquanto no mahāmudrā, o foco é colocado no objeto (*darma*).

De acordo com a série do espaço (*kavarga, ou dātuvarga, kLong-sDe*), a visão é de que todos os fenômenos (*darmas*) estão contidos na atualidade da lucidez (*darmatā, Samantabhadra*), por isso, rejeita a introdução de

interpretações oferecidas pelo conhecimento humano. Essa visão não precisa que nenhum pecado ou objeto seja eliminado, purificado ou transformado. Ela mesma é a profundidade e a luz do conhecimento ou da lucidez intrínsecos. Com a prática do modo indestrutível (*vajrakāya sādana*), o corpo do meditante (*sãdaka*) manifesta-se em arco-íris. Há muitos que realizaram ou seguiram essa prática, na qual o corpo em forma de arco-íris se funde no jñānakāya, o modo de integração dos três modos de iluminação. Eles incluem o Vimalamitra, o Jñānasūtra, e o Jñānagarba entre os séculos nove e onze, e também Pema Dudul (*Padma dDud-'Dul*) e Tsangkor Drubchen *(rTshang-sKor Grub-Chen*) no século vinte.

O dātuvarga destaca a não dualidade da abertura ou profundidade (*śūnyatā*), e da luz. Isso pode parecer semelhante à visão do Rim lNga (*panchkram*), realizada na tradição Gelugpa. No entanto, sua visão afirma que os cinco ventos (*pañcavāyu*) do corpo devem ser controlados e, portanto, que śūnyatā deveria ser atingido gradualmente. De acordo com essa visão, para alcançar śūnyatā e luz é preciso se esforçar, enquanto que no dātuvarga, não é necessário tal esforço para se atingir a luz.

Segundo a série oral secreta (*upadeśavarga, Man-Ngag-sDe*), a visão foca no despertar para a natureza da própria existência de cada um. A clareza não-dual (*advayajñāna*) é livre tanto de ganhos quanto de perdas, pois ela vê e mostra a vacuidade (*śūnyatā*) do objeto (*darma*) e do sujeito (*darmatā*), assim como do saṃsāra e do nirvāṇa. Portanto, a ênfase não é colocada na sādhana. À luz dessa presença (*jñānavidyā*), o darmatā ganha facilmente o autoconhecimento. Cessam então todos os tipos de raciocínios e não há mais nada a fazer.

O upadeśavarga concentra-se na experiência de um objeto direto e pode, portanto, se assemelhar às seis uniões (*ṣaḍaṅga-yoga, sByor-Drug*) praticadas na tradição Gelugpa, mas elas se diferem uma da outra. sByor-Drug encerra os cinco ventos no canal central (*avadūti*) e procura permanecer na vacuidade a fim de obter a felicidade suprema (*mahānanda*), enquanto o upadeśavarga põe de lado todos os pensamentos da mente e repousa na lucidez intrínseca, nossa presença natural.

A doutrina upadeśavarga revela o modo iluminado da lucidez primordial (*jñānakāya*), que assumirá a forma de arco-íris, e, por esse aspecto, é considerada superior à doutrina dātuvarga. No dātuvarga, há apenas três portões: corpo, fala e mente (*kāya, vāk e cita*), enquanto que na visão do upadeśavarga - o advayatatva ou darmatā samapta dṛṣṭi, - os três portões se fundem no jñānakāya.

Essas três séries juntas , o citavarga (*Sems-sDe*), o dātuvarga (*kLongs-Sde*) e o upadeśavarga (*Man-Ngag-sDe*), constituem a visão e a prática conhecida como a grande completude (*mahāsampanna, rDzogs-Chen*), e há uma razão para que tenha esse nome. Todos os darmas possíveis nos reinos do devir (*bavadṛṣṭi, saṃsāra*), e no nirvāṇa estão contidos na vacuidade (*śūnyatā*) e na lucidez intrínseca (*vidyājñāna*), e é por isso que é completa (*sampannatā*). Os pensamentos puros (*sūda*) e impuros (*aśūda*) que ocorrem na clareza e na vacuidade da lucidez (*vidyāprākaśaśūnyatā*) são chamados de 'a compaixão que tudo permeia' (*karuṇāsarvavibu*). Eles também são chamados de visão da vacuidade não-dual (*dṛṣṭiśūnyatā advaya*). Não há outra forma para a liberação (*mukti*) exceto pelas três séries mencionadas acima, por isso elas são chamadas de grandiosas (*mahā*).

O si mesmo (ou self, *atma*) é a auto-luminosidade da lucidez. Ele se origina da vacuidade (*śūnyatā*). É completamente puro (*viśuddha*). É por isso que a lucidez (*vidyā*) e a vacuidade (*śūnyatā*) são chamados de não-duais (*advaya*). A vacuidade é auto emergente e auto aperfeiçoadora (*svayamvibusidi*). A vacuidade e a radiância (*prakāśa*) são não-duais (*advaya*).

Devido à ignorância (*avidyā*), diferentes tipos de pensamentos emergem e isso é o que se chama de mente (*citta*). Devido à ausência de ignorância, o objeto (*grāhya*) e o sujeito (*grāhaka*), estão livres de elaborações conceituais (*prapañcarahita*) e são simplesmente claridade e vacuidade (*prakāśunyatarahita*).

A lucidez inseparável do conhecimento intrínseco (*vidyājñāna*) é tanto a fonte quanto o local da integração da lucidez com a atividade mental. O que quer que se perceba está dentro da mente (*citta*) e a mente é vazia. A vacuidade é a não-dualidade, a união da experiência com o vazio. Ao perceber essa lucidez-vacuidade que tudo abarca, todos os fenômenos (*darma*) tornam-se claros. Essa é a maneira de despertar para a presença da lucidez (*vidyā*).

Os objetos germinam na mente (*citta*), que é vacuidade (*śūnyatā*), que é presença e luz imutáveis. Quando se compreende isso - que é tudo- repousa-se no saber da grande completude (*mahāsampannatā*).

De acordo com essa visão, não é necessário seguir uma meditação estruturada uma vez que o ensinamento de um guru é o suficiente para se obter sabedoria. Se a oportunidade de realizar a sabedoria com os ensinamentos de um guru é perdida, ainda assim ela será realizada no bardo.

A sabedoria é a própria pureza. É, portanto, necessário que permaneçamos nela como ela é, e que não a contaminemos confiando desnecessariamente em nossos pensamentos. Por exemplo: o sol sempre brilha, embora possa estar obscurecido por nuvens e os vapores gerados pelo seu próprio calor. Da mesma forma, há elementos que obscurecem a sabedoria mas que são inseparáveis dela e, portanto, devemos nos residir na sabedoria em todos os momentos e em todas as situações.

Isso fica evidente no seguinte trecho do Capítulo 4 de *A Prece em Sete Capítulos* (*gSol 'Debs Le'u bDun Ma*)[2] de Padmasambhava.

"Com relação aos objetos do olhar que são as aparências de absolutamente todas as entidades externas e internas que constituem o universo e seus habitantes, mantenha a abertura de permitir que essas aparências surjam, mas sem apegar-se a elas como sendo inerentemente reais. Perceba que elas são as formas radiantes de claridade e da vacuidade, puras e naturalmente livres de objetos passíveis de apreensão e da mente que se apega.

Com respeito à audição dos objetos sonoros, sejam agradáveis ou desagradáveis, mantenha em relação a todos eles a abertura de som e vacuidade livre de todo pensamento discriminatório envolvido. Isto é som e vacuidade, a fala dos Budas não nascida e livre de obstruções.

Com relação aos objetos de nossa atividade mental, o movimento inquieto dos pensamentos dos cinco venenos aflitivos[3] *, não entre na atividade artificial do intelecto, de esperar por pensamentos futuros e perseguir pensamentos passados. Ao deixarmos o*

movimento inquieto do jeito que está, nos liberamos no Dharmakaya.

Externamente, perceba como todas as aparências dos objetos apreensíveis são puras. Internamente, experiencie a liberação da sua mente apegada. Com essa não-dualidade externa e interna, experimente a clareza de ver sua própria natureza".

Toda a visão se apóia em três pontos:

1. Não confiar nos objetos externos que constituem este mundo.
2. Manter a mente livre de envolvimento com os pensamentos internos que surgem.
3. Ao observar esses dois pontos, a luz ou claridade e a profundidade ou vacuidade são revelados como a realidade da própria natureza.

A grande conclusão (*mahāsampanna*) tem três aspectos: a fonte (*mūla*), o caminho (*mārga*) e o resultado (*phala*). A fonte, ou raiz, ou base (*mūla*) é a presença ou lucidez (*vidyā*), que tem sido livre e imaculada desde o início por todos os vários pensamentos, bons e ruins, que constituem o saṃsāra e o nirvāṇa. Ela não é estragada por ilusões mundanas. Esta pureza natural, que é intrinsecamente livre no passado, presente e futuro, é a fonte.

A rota ou caminho (*mārga*) é a presença (*vidyā*) livre do bem e do mal, e também da ausência de bem e de mal. É vacuidade (*śunyata*), e é como o centro do claro céu azul. Isto é o que se chama de o caminho.

O resultado (*phala*) é lucidez, (*vidyā*), que preenche todos os requisitos do caminho e atinge sem esforço a pureza, a profundidade e a luz naturais.

Há Dois Estilos de Prática para a Fonte, o Caminho, e o Resultado

A vasta e profunda pureza primordial de "cortar através" (*Yang-Zab Ka-Dag Khregs-Chod*), também descrita como "experiência indireta".

A infinita imediatez da "espontaneidade direta" (*rGya-Che-Ba Lhun-Grub Thod-rGal*) também descrita como "experiência direta".

Cortando através, ou Experiência Indireta

A sabedoria ou a lucidez natural não cometeu erro algum a partir do qual coisas novas foram criadas. Portanto, não houve realmente necessidade de um Buda, pois a sabedoria é a própria pureza. Assim, o conhecimento em si já está sempre dentro da sabedoria e é conhecido pelo nome Dharmakāya Samantabhadra ou Mahāmāta Prajñāpāramitā Dharmakāya. A ausência de sabedoria gera ignorância, desejo e raiva, que são a raiz de todas as aflições. As aflições têm seis formas principais: ignorância, entorpecimento mental, desejo, raiva, orgulho e ciúme ou inveja. Elas nos lançam na rede dos doze elos da cadeia de co-originação

interdependente (*pratītyasamutpāda).* Eles são os seguintes:

1. avidyā, ignorância
2. saṃskāra, associações e pressuposições
3. vijñāna, consciência
4. nāma-rūpa, nome e forma
5. satāyatana, os seis órgãos dos sentidos
6. sparśa, contato
7. vedanā, sentimentos
8. tṛṣṇā, desejo, fissura ou ânsia
9. upadāna, encantamento ou cativação sensual
10. bhava, procriação
11. jāti, nascimento
12. jara-maraṇa, velhice e morte

Por causa do erro e do pecado (*pāpa*) que nos prendem e nos puxam para baixo, a pessoa tem de passar pelos seis reinos da existência, a saber: inferno (*naraka*); fantasma faminto (*preta*); animal (*tiryagyoni*); humano (*manuṣya)*; semi-deus (*asūra*); e deus (*sūra ou deva*).

Todas as etapas interligadas desde a ignorância até a morte surgem devido à ignorância da sabedoria. São ilusões desprovidas de auto-natureza inerente. A sabedoria é intocada pelo saṃsāra ou pelo nirvāṇa. Ela é profunda, leve e brilhante como o sol, cheia de responsividade empática, bondade e clareza. O pensamento que surge do conhecimento adquirido dentro dos seis reinos não consegue afetar a sabedoria, que tem uma profundidade, uma luz e uma responsividade empática naturais. Não tendo forma alguma, a sabedoria é imparcial e onipresente,

como o óleo em uma semente de gergelim. A sabedoria natural é encoberta pela reificação e o apego embutidos na consciência base permeada pela ignorância (*ālayavijñanā avidyā*). Portanto, não devemos agir de acordo com os pensamentos que emergem do conhecimento humano.

Deve-se ter sempre em mente que a sabedoria natural está em toda parte, especialmente quando as tentações chegam com força, como a água do topo de uma montanha. Não pense em sujeito ou objeto, mas permaneça neutro, e assim você conhecerá e alcançará a sabedoria como sendo os três modos inseparáveis de iluminação (*dharmakāya, sambhogakāya, e nirmāṇakāya*). Nem mesmo atos sagrados, sejam eles teóricos ou práticos, precisam ser realizados, pois também estão inseridos na sabedoria. Não há necessidade de investigar atividades ou o seu resultado. Ao ganhar sabedoria, a felicidade (*ānanda*) e a luz (*jyoti*), aumentarão. Com isto, nenhuma atenção será dada aos pensamentos que brotam do conhecimento humano. Este é o destino final de tudo e de todos.

Espontaneidade Direta ou Experiência Direta

De acordo com o ponto de vista da espontaneidade direta estabelecido no 'O Tesouro das Pérolas Preciosas', *MU-TIG RIN-PO-CHE PHRENG-BA*:

Lus-Kyi-gNad-Ni-rNam-gSum-sTe Seng-Ge'i-Tshul
Dang gLang-Chen-Tshul Drang-Srong-lTa-Bur-Zhes-
Par-Bya.

"Deve-se adotar as posturas de meditação dos três modos de iluminação da seguinte forma: Para o dharmakāya, deve-se ficar de pé ou dormir como um leão. Para o sambhogakāya, deve-se ficar de pé ou dormir como um elefante. Para o nirmāṇakāya, deve-se sentar como um rishi ou sábio".

Praticando assim, deve-se permanecer em silêncio. Os dentes não devem se fechar na boca. Respire suavemente. Ao exalar, a inquietação interna será expelida. Assim, a mente permanece firme em sua sabedoria. Corpo e mente deverão ser mantidos como antes.

Profundidade (*śūnyatā*), luz (*jyoti*) e participação empática (*Thugs rJe*) têm seis lâmpadas que permitem ver quatro objetos.

Seis Lâmpadas, sGron-Ma Drug

1. Tsit-Ta Sha-Yi sGron-Ma

Esta lâmpada representa o coração do qual quatro qualidades de ouro emergem: sabedoria, profundidade, luz e naturalidade, ou participação empática. O núcleo desse coração é o Buda. Sabedoria, profundidade, luz e naturalidade, ou participação empática, estão centradas nele.

2. rTsa-Dar dKar-Lam-Gyi sGron-Ma

Os canais são como seda branca. Destes canais, dois brotaram como os chifres de um caracol e se estendem até as retinas. Esses canais são claros e puros e essa lâmpada é chamada "o caminho do canal branco",

através do qual fluem profundidade, luz, sabedoria e empatia.

3. rGyang-Zhag Chu'i sGron-Ma
É o canal conectando o olho e o coração a partir do qual a sabedoria traz a visão. Todas as coisas são assim vistas e chamadas Samantabhadra.

4. dByings rNam-Dag-Gi sGron-Ma
Se você se concentrar e olhar para o céu azul, a cor se ilumina e se torna clara por meio da sabedoria, e isso é chamado de "pura luz natural ".

5. Thig-Le sTong-Pa'i sGron-Ma
Esta é a visão da esfera da vacuidade. Vê-se raios de diferentes cores e neles se encontram muitas pequenas partículas que são todas esferas vazias.

6. Rig-Pa rDo-rDo-rJe Lug-Gu-rGyud Shes-Rab Rang-Byung-Gi sGron-Ma
Esta lâmpada é a auto-existente luz da sabedoria (*jñānapradīpa*). É como o céu azul (*dhātu*), uma esfera vazia (*bīndu*), e a cor da cauda de um pavão. A partir dela a chuva aparece, caindo como cabelos atados ou fios de pérolas, ou guirlandas de flores. Nelas a sabedoria é vista como o céu azul onde se avista a esfera vazia (*bīnduśūnyatā*) e onde encontramos a sabedoria suprema (*parāvidyā*) que não desaparece. O céu azul é o sinal da fonte (*mūla*); a esfera vazia (*bīndu, Thig-Le*) é o

sinal do caminho; e, com a sabedoria da total quiescência (*sarvashestajñāna*) - a sabedoria suprema (*parāvidyā*) - existem raios de luz, o sinal da empatia, o resultado.

A Sabedoria e os Três Modos de Iluminação (*Triparākāya, sKu-gSum*)

A sabedoria não é criada pelo pensamento ou pelo cérebro e nem é preparada por coisa alguma. Ela é primordial, auto originada, e não há razão para que seja. É a própria pureza desde o princípio, e é a verdade real. Ela é confiável, imutável e não decepciona. Sua característica é a profundidade (*śūnyatā*). Essas são as características do modo natural (*dharmakāya*).

Esta sabedoria não pode ser destruída pelos quatro elementos. Devido ao seu brilho, que dá luz a tudo, ela não pode ser coberta ou escondida pelas cinco aflições (*kleśas*) da raiva, do desejo, da estupidez, do ciúme/inveja e do orgulho, nem pelas três principais aflições da raiva, do desejo e da estupidez. Todas estas são as características do modo de deleite (*sambhogakāya*).

Após obter sabedoria, deve-se sentir satisfeito , pois nela não há nenhuma delusão. Para beneficiar o saṃsāra, a qualquer momento a sabedoria pode causar uma manifestação ilusória compassiva. Estas são as características do modo de participação (*nirmaṇakāya*).

Cinco Caminhos, Mārgas, em relação à Sabedoria

1. O caminho do acúmulo (*sambhāramārga, Tshogs-Lam*) é o caminho para alcançar a sabedoria.

Sambhāramārga significa acumular méritos a fim de alcançar sabedoria.

2. O caminho da adesão (*prayogamārga, sByor-Lam*) é praticar, ser ativo na obtenção da sabedoria.

3. O caminho de ver (*darśanamārga, mThong-Lam*) significa que, após a conclusão dos dois primeiros caminhos, a pessoa vê ou conhece a sabedoria.

4. O caminho da contemplação (*bhāvanāmārga, sGom-Lam*) ocorre quando a sabedoria é vista ou conhecida. Então não há motivo para a incerteza ou a dúvida, e, portanto, todas as incertezas desaparecem.

5. O caminho do não mais aprender (*aśaikṣamārga, Mi-sLob-Lam*) ou o caminho supremo (*anuttaramārga*) é empreendido completando os quatro caminhos anteriores, e assim a pessoa se estabelece na sabedoria.

Dez Etapas de Sabedoria

Estas etapas não têm conexão com os dois primeiros caminhos listados acima. As etapas de um a sete estão ligadas ao terceiro caminho, o caminho de ver. As etapas oito e nove estão ligadas ao quarto caminho, o caminho da contemplação. A etapa dez está ligada ao quinto caminho, o caminho da não-aprendizagem.

1. A etapa da suprema felicidade (*pramuditābhūmi*). Com o caminho de ver, darśanamārga, com a verdade da

atualidade (*n.t: enquanto realidade fresca*), dharmatãsatya, a sabedoria é vista ou conhecida e todos os pensamentos são inseparáveis da vacuidade, trazendo grande felicidade.

2. O estágio da pureza (*vimalābhūmi*). Ao ver ou conhecer a sabedoria, torna-se claro que ela é a fonte e é livre de toda limitação.

3. O estágio da luz (*prabhākarībhūmi*). Ao ver ou conhecer a sabedoria, há luz e clareza. Isto significa que todas as ações são completas.

4. O estágio da luz manifestando-se (*arciṣmatībhūmi*). Ao ver ou conhecer a sabedoria, há o conhecimento de que profundidade, luz e assim por diante são inseparáveis na não dualidade.

5. O estágio do inevitável (*sudurjayābhūmi*). Ao ver ou conhecer a sabedoria, mesmo o menor pensamento de sofrimento, ou de sujeito ou objeto, desaparece.

6. A etapa do enfrentamento (*abhimukhībhūmi*). Com a sabedoria, o seu poder deixa claro todos os modos divinos e de aprendizagem.

7. O estágio de liberar-se da contaminação (*duraṁgamābhūmi*). Após obter sabedoria, todos os pensamentos derivados do conhecimento humano são liberados.

Os sete bhūmis [estágios] listados acima são chamados de "os sete bhūmis impuros " (aśūddhasaptabhūmi).

8. O estágio do imutável (*acalābhūmi).* A esfera da consciência auto-existente (*vidyājñānabīndusvabhāva*) é a realização da não dualidade que tudo permeia (*advayavibhusiddhi*) e, portanto, é chamado de "o estágio imutável".

9. O estágio do bom intelecto (*sādhumatībhūmi*). Ao ganhar sabedoria, torna-se a luz auto-existente (*swayaṁprakāśa*).

10. O estágio da nuvem sagrada (*dharmameghābhūmi).* Espaço (*dhātu*), sabedoria (*vidyā*) e lucidez (*jñāna*) são inerentemente puros e claros, sendo inseparáveis da vacuidade.

Estes três estágios listados acima são chamados "os três estágios puros e claros" (viśuddhatribhūmi).

Seis outros estágios especificamente do Vajrayāna

1. O estágio da fonte de tudo (*sarvaprabhava bhūmi*). Isto significa que luz e poder (*śakti*) estão sempre disponíveis. Aquele que atinge essa etapa atinge plenamente o vibhusiddhibhūmi.

2. O estágio da liberdade dos desejos mundanos (*akāmāpadmavana bhūmi*). Este estágio é livre de desejo e avareza e, portanto, não pode ser tocado por dano algum.

3. O estágio que é indestrutível (*vajradhara bhūmi*). Com esta etapa nada pode destruir a clareza, e por isso é como o vajra.

4. O estágio da sabedoria do grande contentamento de toda

experiência (*jñānacakramahāsambara bhūmi*). Quem ganha esse estágio pode ver a divina maṇḍala e pode também fazer com que outros a vejam.

5. O estágio da absorção imperturbável (*mahāsamādhi bhūmi*). Após atingir esse estágio, vive-se em sabedoria e nada pode separar a pessoa dela.

6. O estágio da maestria da sabedoria (*jñānaguru bhūmi*). Após atingir esse estágio, a sabedoria se torna auto-emergente, por isso é chamada "o estágio da maestria livre de esforço".

As seis etapas acima pertencem à etapa do benefício universal (sarvaprabhāva bhūmi).

Com a realização desse estágio, a pessoa completa todas as etapas da sabedoria e assim se torna uma mestra da grande perfeição, mahāsampanna, e é dotada de poder para fazer o bem no mundo.

As Quatro Visões, ou Experiências Visionárias, suas Jurisdições e Resultados, mostrando as Seis Lâmpadas

1. A visão da revelação da atualidade (*n.t: o que é neste momento*) (*dharmatā abhimuktidṛṣṭi, Chos-Nyid mNgon-Sum-Gyi sNang-Ba*): a atualidade se torna clara ao soltarmos as interpretações. No céu, raios saem do sol, e do mesmo modo tudo sai da sabedoria. Esferas vazias (*śūnyatābīndu, Thig Le*) e luz são visíveis no chakra acima do nariz entre as sobrancelhas (*ajñācakra*). Com a revelação da atualidade, a geração de pensamentos na mente desaparece e dessa forma a pessoa manifesta todas as qualidades dos

Budas.

2. A visão de experiências meditativas sempre crescentes (*rNyams Gong-'Phel-Gyi sNang-Ba*): as experiências da prática se desenvolvem. Quando se obtém sabedoria direta há contentamento, imparcialidade, força e liberdade da ilusão. Visões como a de um arco-íris se tornam visíveis, aumentam e se tornam claras. Torna-se liberado entre a morte e o renascimento.

3. A visão da lucidez sem limites (*Rig-Pa Tshad-Phebs-Kyi sNang-Ba):* compreensão correta vindo como o sol nascente. A sabedoria não tem nascimento, ela é auto-existente. Desde o início, é pureza, verdade e retidão. Ela não experimenta nenhum apego. É brilhante. Não tem nascimento ou nada que a pare e nenhuma ilusão de tipo algum. Todos os corpos dos seres humanos se unirão nela como um arco-íris.

Quanto à jurisdição:
Jurisdição externa. Neste instante a pessoa irá se esquecer de todas as coisas, mas verá os reinos divinos (*devakṣetra*).
Jurisdição Interna. Aquele que adquiriu sabedoria tornar-se-á puro e alcançará o nível das deidades e da luz suprema e será confirmado em luz suprema (*mahāsandhi abhiṣeka*).
Jurisdição Central. A mente se torna pura e vê o vazio (*śūnyatā*) cara a cara, sem qualquer obscurecimento ou aflição (*kleśa*).

Em relação ao resultado:
Através desta visão, a pessoa é liberada no modo do desfrute
(*sambhogakāya*).

4. A visão da realização da própria atualidade (*dharmatā-samāptadṛṣṭi, Chos-Nyid Zad-Pa'sNang-Ba):* todas as limitações e obstáculos terminam na atualidade que se auto-dissolve (*dharmatā*). Com isso, há o fim dos objetos externos, e os pensamentos, hábitos e aflições internos, todos terminam. Na fonte, o poder de gerar tais experiências também termina. A sabedoria direta que é visível também termina. Quando isso acontece, a pessoa se funde para dentro da jóia da completude auto-decorrente (*svāyamsiddhiratna*). Esta etapa tem quatro qualidades:

i. O conhecimento da pessoa preenche o céu
ii. Os elementos não têm efeito, pois a pessoa se tornou imortal.
iii. A sabedoria da pessoa toma residência na inseparabilidade entre iluminação e espaço (*dhātubuddha*).
iv. A pessoa permanece na posição correta, que é imutável. Com este estágio, todas as obscuridades para o conhecimento e por conta dele (*jñeyāvaraṇa*) são purificadas e a pessoa funciona através do espaço todo abrangente (*dharmadhātu*), para o bem de todos.

A sabedoria está em toda parte no saṃsāra, mas quando a pessoa morre sem despertar as quatro visões, a sabedoria não será reconhecida.

Quatro Poderes surgem devido a essas Quatro Visões

1. Quando se ganha jurisdição externa, apenas os reinos divinos serão vistos.

2. Quando se ganha a jurisdição interna, o corpo é preenchido com arco-íris e esferas (*bīndu*).

3. Quando se ganha a jurisdição central, adquire-se clarividência.

4. Com o resultado, superam-se o nascimento e a morte e pode-se fazer o que desejar.

Isto se manifesta como Quatro Coragens

1. Não há medo de sofrer.

2. Sofrimento e felicidade são iguais (*sukhaduḥkhasamatā*).

3. Não há orgulho em ser um Buda.

4. Não há importância em não se ganhar a iluminação.

A sabedoria não emerge ou cessa. Ela não precisa se esforçar para nada. Ela sempre atua para o bem do universo.

NOTAS

[1] O tantra é a visão e a prática que revela a integração não-dual e a continuidade de toda a experiência. Ele dissolve a ilusão de se perceber entidades separadas como sendo reais.

[2] Lama, C.R. e Low, J. *The Seven Chapters of Prayer, as taught by Padmasambhava of Urgyen, conhecido em tibetano como Le'u bDun Ma*, (edição khordong, 2008)

[3] Raiva, desejo, estupidez, orgulho, ciúme/inveja.

2

A Tradição Nyingma

Para que as pessoas comuns e de mente pequena obtenham a felicidade dos reinos superiores dos homens e deuses, elas devem praticar a contemplação dos quatro pensamentos que mudam as atitudes (*bLo-lDog rNam-Pa bZhi*)[1], e tomar refúgio nas Três Jóias do Buda, Dharma e Sangha.

O Hinayana

Com os caminhos Hinayana (*Theg-dMan*) dos que Ouvem (*Śrāvaka, Nyan-Thos)* e dos Iluminados Autônomos (*Pratyekabuddha, Rang-rGyal*), os seres de capacidade média desenvolvem uma atitude de repulsa pelo samsara e, com base nisso, atingem os estágios de Śrāvaka ou do Derrotador de Limitações (*Arhat*), ou Pratyekabuddha Arhat. A fim de realizar isso, eles seguem o caminho das Quatro Nobres Verdades (*'Phags-Pa'i bDen-Pa bZhi*)[2] e o caminho dos três treinamentos supremos (*Lhag-Pa'i bsLab-Pa gSum*)[3] e assim atingem a etapa dos *arhats* santos (*'Phags dGra-bCom-Pa*).

O Mahayana

1. Sutra

Por meio do caminho do sutra, as características gerais (*mTshan-Nyid*) de todos os fenômenos (*Chos Thams-Cad*) e as características da própria pessoa são compreendidas. Com

base nisso, usando as seis paramitas4 e os quatro fatores de cooperação (*bsDu-Ba'i-dNgos-Po bZhi)*5 e os outros aspectos de conduta, visão e meditação do Bodisatva, após muito tempo ao final de muitos inumeráveis eons (*kalpas*) a pessoa irá ganhar o estágio de Buda (*Byang-Chub*). O método para alcançar isto é desenvolver perfeitamente uma aspiração altruísta em relação à iluminação.

2. Tantra

Por meio do caminho tântrico, que é para grandes seres, não se examina as características gerais de todos os fenômenos ou as próprias características, mas se compreende a verdadeira natureza da sua própria situação interna original (*Don-Dam,* absoluto) e assim se ganha a Budeidade (*'Tshang-rGya-Ba*) da sua verdadeira natureza intrínseca.

Sutra e Tantra

O Rei que Tudo Realiza (*Sarvakruta Rajasutra, Kun-Byed rGyal-Po*) pertencente ao primeiro período das traduções (*sNga-'Gyur, ou seja, rNying-Ma*) diz: "Existem dois veículos (*Theg-Pa*), o veículo causal que depende de características externas (*sutralakshanahetuyana, mTshan-Nyid rGyu-Yi Theg-pa*) e o veículo orientado para o resultado (*phalavajrayana, 'Bras-Bu sNgags-Kyi Theg-Pa).*" Assim, todos os sistemas do dharma estão abrangidos dentro destes dois, os sutras e os tantras. Devido a suas muitas características especiais, o *Vidyadharayana* tântrico, que usa o resultado (*'Bras-Bu*)6, é superior ao caminho do sutra que se concentra nas causas para a obtenção da iluminação.

As diferenças entre o Sutra e o Tantra

De acordo com o sistema sutra do veículo causal que depende de características externas (*rGyu'i mTshan-Nyid-Kyi Theg-Pa*), a natureza básica (*Khams,* componente raiz) do coração base primordial da Budeidade (*sugatasara, Ye-gZhi bDe-gShegs sNying-Po*) tem estado, desde o início, em forma de semente, em todos os seres sencientes. Então, devido ao fator causal (*rKyen*) do desenvolvimento gradual trazido tanto pelo acúmulo de méritos baseado nos objetos percebidos (*dMigs-bCas bSod-Nams-Kyi Tshogs)* quanto pelo acúmulo de saber intrínseco baseado na não percepção de objetos substanciais (*dMigs-Med Ye-Shes-Kyi Tshogs),* em algum momento no futuro, após um longo tempo ao final de três ou sete ou trinta e dois eons imensuráveis (*bsKal-Pa Grangs-Med*), a pessoa ganhará o estágio do resultado da Budeidade. Portanto, diz-se que, neste caso, a causa vem primeiro e o resultado vem em seguida, mais tarde.

De acordo com o sistema tântrico, o veículo do mantra secreto indestrutível (*guhyamantravajrayana, gSang-sNgags rDo-rJe Theg-Pa),* a base essencial da claridade natural7, tem todas as boas qualidades (*Yon-Tan*) emergindo sem esforço (*Lhun-Grub*), e está presente na própria mente. Como o céu, é a base sobre a qual a limpeza acontece8. Acima disso encontra-se aquilo que deve ser purificado (*sByang-Bya*), as aflições (*Nyon-Mongs*) das oito consciências (*Tshogs-brGyad*)9 e seus objetos, que são como nuvens que surgem no céu. Os agentes de purificação (*sByong-Bar-Byed-Pa)* são os métodos profundos das iniciações de amadurecimento e também os sistemas de desenvolvimento (*bsKyed-Rim*) e aperfeiçoamento (*rDzogs-Rim*) liberadores através dos quais as obscuridades são rapidamente retiradas, assim como o vento retira as nuvens no céu. O resultado dessa limpeza

(*sByang-'Bras*) é que a pessoa ganha o estágio do Buda da compreensão clara da natureza original da base de tudo (*alayavijñāna, Kun-gZhi*), e esse estágio é o coração base primordial da Budeidade (*bDe-gSheg-sNying-Po*). Isso se adquire rapidamente, seja nesta vida, no estágio intermediário do bardo após a morte, ou no máximo após sete vidas. Uma vez que essa doutrina tem o poder de realizar isto, diz-se que ela tem a natureza da nindiferenciação entre causa e efeito (*rGyu-'Bras dByer-Med*). Portanto, embora o sutra e o tantra tenham a mesma intenção, que é a obtenção do resultado da budeidade, seus métodos de prática são diferentes.

Aqueles que praticam o caminho do sutra ignoram sua própria natureza original, que é a grande abertura da natural não-dualidade das aparências do samsara e da natural e perfeitamente pura mandala das deidades meditativas10. Por isso, eles têm a visão de adotar [virtudes] e de abandonar [pecados] enquanto os tântricos têm o conhecimento inseparável da verdade da pura igualdade de todas as coisas, e assim - sendo capazes de praticar a não-dualidade entre causa e efeito e entre o ato de adotar e abandonar, não ignoram a visão correta.

No sistema sutra existe o conceito (*dMigs*) de adotar e de abandonar e, portanto, a pessoa não é capaz de usar toda e qualquer coisa como apoio no caminho. Mas no sistema tântrico há muitos métodos diferentes de prática de acordo com o resultado, o qual é obtido rapidamente, e, portanto, é mais profundo. Devido a isso, o tantra tem o caminho de prática que é livre de dificuldades (*dKa'-Tshegs-Med*), enquanto que o caminho do sutra carece dessa qualidade. Esse caminho profundo é apenas para aqueles com

intelectos muito afiados, pois só estes podem fazê-lo plenamente e, por isso, o caminho tântrico é muito especial.

Além disso, essa não diferenciação entre causa e resultado está clara no sistema *Anuttarayoga* e é supremamente presente na grande completude (*rDzogs-Pa Chen-Po*) livre de toda atividade e esforço mundanos. Ademais, em comparação com o sistema sutra, a kriyayoga e assim por diante também são mais livres de ignorância[11] e, portanto, especiais. E com as seis classes de tantra[12], se as primeiras forem comparadas com as posteriores, então estas últimas serão vistas como mais elevadas (*Ma-rMongs*, menos opacas) e, por isso, especiais.

Portanto, o caminho do sutra é conhecido como o veículo causal (*rGyu'i-Theg-Pa*). Praticando o seu caminho, que é a causa da Budeidade, o resultado é obtido mais tarde. No tantra, entretanto, através do método supremo, usando o caminho do resultado dos três modos de iluminação (*kāya, sKu*), o resultado é obtido muito rapidamente e, portanto, é chamado de veículo do resultado (*'Bras-Bu'i-Theg-Pa*).

Sistema Nyingma de Tantra

Embora existam inúmeros tantras no sistema tibetano, pode-se distingui-los entre os que são do antigo ou do novo período de traduções e assim temos estas duas classes de tantra, as novas traduções (*Phyi-'Gyur*) e as antigas traduções (*sNga-'Gyur, ou rNying-Ma*).

Em relação às doutrinas da antiga escola de tradução, *O Tantra Explicativo: Reunião da Claridade* (*bShad-rGyud dGongs-Pa 'Dus-Pa),* considerado autêntico por todos os

budistas tibetanos, relata: "Kun-'Byung-'Dren Dang dKa'-Thub Rigs dBang-bsGyur Thabs-Kyi Theg-Pao". Ou seja, "Existem os três veículos do Dharma, nomeadamente *Kun-'Byung-'Dren, dKa'-Thub Rigs e dBang-bsGyur-Thabs* "[13] Entre os caminhos do sutra e do tantra, os caminhos tântricos são mais poderosos. O *dBang-bsGyur Thabs-Kyi Theg-Pa (shaktiupayana,* o veículo dos meios poderosos) é particularmente especial porque os tantras das três classes inferiores14 empregam o encorajamento (*bLang*) das virtudes e a inibição (*Dor*) das máculas (*Dri-Ma*) da mente (*Khams*) e isso é muito difícil e cansativo.

A Visão do Mahayoga

No entanto, na verdade, este esforço não é necessário, pois o uttpanna mahayoga ensina que *a partir do* ou *no* ou dentro do (*Las*) espaço todo-abrangente (*dharmadhātu, dByings*) inseparável da lucidez primordial15 (*Rig-Pa*) livre de toda mudança, todos os fenômenos16 são o fluxo de energia da lucidez17 e, portanto, desde o início tem sempre havido a Budeidade (*mNgon-Par Byang-Chub-Pa*), e precisamente ela.

A Visão do Anuyoga

Esta é a visão de que todas as memórias e pensamentos, o que quer que emerja na mente (*Dran-Rig*), têm sido Buda (*Sang-rGyas* i.e. puro e perfeito) desde o início, dentro da grande extensão da claridade (*dharmadhātu, 'Od-gSal Yangs-Pa Chen-Po*).

A Visão do Atiyoga

A prática esforçada das causas e condições18 não é necessária, uma vez que simplesmente nesta presente lucidez (*vidya, Rig-pa*) os três modos ou kāyas19 estão naturalmente completos e conhecendo este ponto crucial tem-se a pureza que é totalmente livre do samsara. Esta é a visão do Mahasampanna ou Mahasandi, *rDzogs-Pa-Chen-Po*, Atiyoga.

O Mahasampanna atiyoga tem os três aspectos de *Sems-sDe (cittavarga), kLong-sDe (khavarga)* e *Man-Ngag-sDe (upadeshvarga).*

Com relação à visão de *Sems-sDe*, a seção da mente, o que quer que surja20 é visto como estando dentro da natureza da mente21, e essa própria mente22 emerge como auto existente ou como conhecimento intrínseco ocorrendo naturalmente (*Rang-Byung-Gi Ye-Shes*). Portanto, não há nada além desse saber intrínseco auto-existente e, portanto, deve-se adentrar a claridade (*gTan-La 'Bebs-Pa*) deste sujeito (*Yul-Can*23, aquele que 'tem' o objeto) na situação da pureza primordial (*Ka-Dag*) da lucidez aberta, vidya e śūnyatā (*Rig-sTong*).

O sistema de ensino neste caminho tem certa semelhança com o Mahamudra (*Phyag-Chen*). No entanto, a prática Mahamudra dedica-se a compreender a natureza do objeto (*Yul-La Phar-rGyas 'Debs-Pa)* enquanto esse sistema *Sems-sDe* foca na compreensão da natureza do sujeito (*Yul-Can*), e, portanto, eles não são o mesmo.

Em relação à seção da visão do espaço, *kLong-sDe*, nenhum fenômeno possível (*dharmas, Chos*) têm outro lugar ou destino que não o de estar inserido na natureza de dharmatā samantabhadra (*Chos-Nyid Kun-Tu-bZang-Po,* que é a atualidade da perfeição dentro do dharmadhātu). Portanto, como não há outra fonte (*gZhan-'Byung 'Gog-Pa*) além da natureza (*kLong-Las*, de dentro) de dharmatā [a atualidade da existência], relaxamos a fim de nos encontrar dentro da situação livre de esforço (*Bya-rTsol-Med-Pa*), que é o ponto muito importante e essencial da liberação de forçar o sujeito no objeto24. Por meio disso, obtém-se o conhecimento intrínseco da inseparabilidade (*Zung-'Jug*) entre a profundidade e a claridade (*śūnyatā prakash, Zab-gSal*). Este é o método profundo para se praticar o 'corpo arco-íris' (*indradhanurupa, 'Ja'-Lus*) e o modo indestrutível (*vajrakāya, rDo-rJe'i-sKu*). Todos os Vidyadharas (*Rig-'Dzin*) que entraram nesse caminho tântrico ganharam o corpo de arco-íris *(jñānakāya, Ye-Shes-Kyi sKu*).

Este caminho kLong-sDe do surgimento da claridade vital (*'Od-gSal rTsis-Po Cir-Byad-Pa*) parece semelhante aos cinco estágios (*pancakrama, Rim-lNga*) dos ensinamentos Guhyasamaja das Novas Escolas de Tradução. No entanto, com o *pancakrama*, as atividades dos cinco ventos (*vayu, rLung*) estão atadas e por meio deste importante passo, o corpo ilusório - a imagem refletida da forma - é firmemente mantido. Então, em seguida, ganha-se o brilho da claridade [ou seja, um corpo leve]. Portanto, esse método requer esforço. Mas *kLong-sDe* está livre de qualquer forçação do sujeito no objeto (*dMigs-gTad Bral-Ba*), e assim mantém a mente na situação livre de esforço e luta, e, portanto, esses dois métodos não são o mesmo.

Em relação à visão do Man-Ngag-Gi-sDe (*upadeshvarga*), pelo saber intrínseco não dual da união (*yuganadha, Zung-'Jug,* o total acoplamento entre aparências e śūnyatā, etc.) estando livre do ato de adotar e descartar (*sPang-bLang*), todos os fenômenos do samsara e do nirvana são praticados ou experienciados (*sKyel-Ba*) dentro da situação da atualidade-realidade, dharmatā, que não é apreendido como mero vazio25. Através desse ponto essencial (*gNad*, ideia vital ou compreensão) o samsara e o nirvana são vistos como não tendo diferença alguma, sendo unicamente a própria lucidez (*Rig-Pa*). O objeto do dharmatā surge claramente na mente e então a própria lucidez de cada um (*vidya, Rig-Pa*) amadurece com a contínua ligação da emergência do campo26. Todas as análises e discriminações (*Yid-dPyod*) cessam e a pessoa vem a experimentar nitidamente a clareza natural do modo original (*gNas-Lugs*)27

De acordo com esta percepção de *gMan-Ngag sDe,* a visão (*sNang-Ba*) do caminho direto (*Thod-rGal*) torna-se chave. Pode parecer semelhante à doutrina da Nova Tradução do *sByor-Drug,* mas com o *sByor-Drug* os cinco ventos (*rLung-lNga*) são forçados para dentro do canal central, *avadhuti*, e por causa desse importante ponto, por meio desse esforço, as aparições da forma de *śūnyatā* são incitadas a emergir, e assim a pessoa avança lentamente no caminho da grande felicidade (*mahasukha, bDe-Ba Chen-Po*). Enquanto que aqui, com *Man-Ngag-sDe*, o exame e a discriminação mental são abandonados e a pessoa então está claramente presente com a claridade natural do modo original – e, portanto, esses dois métodos não são semelhantes.

Este caminho do *Man-Ngag-sDe* é superior à prática da liberação no *jñānakāya indradhanurupa* (*Ye-Shes-Kyi-sKu-'Ja'-Lus*) do *kLong-sDe* e assim por diante, pois aqui não há nem mesmo os puros traços do corpo fino e puro, desenvolvido a partir das formas grosseiras do corpo, fala e mente28. Mas aqui, com o pleno desenvolvimento do surgimento não-dual (*sNang-Ba*, visão, experiência) da liberação completa, tanto do objeto quanto do sujeito (*Chos-Nyid Zad-Pa*), todos os aspectos grosseiros e finos do corpo, da fala e da mente se encontram dentro da situação dos modos de iluminação (*kāyas*) e do saber intrínseco (*jñāna*) (*sKu-Dang Ye-Shes*), e sem nenhuma base falsa (*gZhi-Med* i. e. sem ignorância, *avidya*, ou consciência base, *alayavijñāna*), a lucidez, vidya, torna-se completamente livre e pura.

Agora iremos considerar porque estes três, *Sems-sDe, kLong-sDe* e *Man-Ngag-sDe* são chamados de *rDzog-Pa-Chen-Po* (*Mahasampanna*, 'Grande Completude'). Isto se deve a que todos os fenômenos, as entidades (*Chos*) que compõem todas as possíveis existências e aparências (*sNang-Srid*) do samsara e do nirvana29, estão completa ou totalmente (*rDzog-Pa*)30 inseridas dentro desta lucidez-vacuidade (*vidya śūnyatā, Rig-sTong*), e então isto é *rDzog-Pa,* ou *sampanna,* ou completo. E não há outro método superior a este para trazer a liberação do samsara e por isso é grandioso, *Chen-Po* ou *maha*.

A situação original (*Thog-Ma'i gNas-Lugs*, o natural e não-artificial 'assim como é', o chão ou base (*gZhi*) do não-nascido śūnyatā, tem a natureza atual (*Ngo-Bo*, como o céu) da pureza primordial da inseparabilidade entre lucidez e śūnyatā (*Ka-Dag-Gi Rig-sTong dByer-Med).* A radiância de

Śūnyatā é incessante. A partir de *śūnyatā,* a qualidade natural (*Rang-bZhin*, a própria face) emerge sem esforço como sendo o que quer que possa possivelmente surgir (*Thams-Cad,* que aqui significa *Ci-Shar)* e esta é a inseparabilidade entre claridade e śūnyatā (*gSal-sTong dByer-Med*). O fluxo de energia ou onda (*rTsal*)32 dessa brilhante lucidez vazia manifesta-se como o que quer que emerja, puro ou impuro (*Dag Ma-Dag*)33 e isso é compaixão que tudo abarca (*Thug-rJe Kun-Khyab*) ou a inseparabilidade entre aparência e vacuidade (*sNang-sTong dByer-Med*).

A diferença entre a mente comum (*citta, Sems*) e a lucidez natural (*vidya, Rig-Pa*) será demonstrada agora. Devido ao poder da ignorância34, pensamentos repentinos ocorrem (*gLo-Bur-Gyi rNam-rTog*), vindos de muitas memórias e apreensões diferentes35, e isto é chamado de 'mente comum'36. Pelo poder de não entrar nesse engano da ignorância, a mente torna-se livre das noções relativas37 de objeto apreensível e de uma mente que apreende (*gZung-'Dzin*) e também da posição relativa do não-apego da claridade e de *śūnyatā*38 e assim reconhece que a natureza śūnyatā vazia contendo essa liberdade do ato de se apegar é a própria claridade e vacuidade. Isto é que é conhecido como lucidez (*vidya, Rig-Pa*).

Samsara (*'Khor-Ba)* é o aspecto da aparência (*sNang-Ba'i Cha*) das diversas formas do carma39 na mente. A verdadeira natureza da mente é śūnyatā, e isto é nirvana (*Myang-'Das*). Na situação natural (*Ngang*) da verdadeira natureza vazia da própria mente (*Sems-Nyid, i.e. Rig-Pa*) não há nenhum motivo para se fazer qualquer diferença (*dBye-rGyu-Med*) entre samsara e nirvana, e assim, nirvana e samsara são livres de diferença (*dByer-Med*).

Perceba claramente (*Thag-bCad*) que o que é visto (*sNang-Ba*) é mente. Veja claramente que a mente é śūnyatā. Veja claramente que śūnyatā está totalmente unido a tudo em completa não dualidade. Aí então você conhecerá claramente todos os fenômenos (*Chos*) como sendo lucidez e śūnyatā (*Rig-sTong*). Praticando desta forma, gradualmente se chega a reconhecer a lucidez e a meditar sobre ela em etapas progressivas.

O reconhecimento imediato da lucidez é ter a natureza da mente revelada pelo guru e em seguida ver claramente tudo o que surge como lucidez e śūnyatā (*Rig-Pa*). Se a pessoa ainda não entende claramente lucidez e śūnyatā nesta vida, pelo poder da sua meditação, este reconhecimento irá emergir enquanto ela estiver no bardo (*Bar-Do*, estado intermediário antes do próximo nascimento), e então isto é *Thod-rGal,* ou o reconhecimento direto da lucidez (*Thod-rGal-Ba'i Rig-Pa Rang-Ngo 'Phrod-Pa'i Tshad).*

Em resumo, a própria mente da pessoa é, neste exato momento, claridade sem máculas e *śūnyatā* livre de apegos, portanto, em relação a quaisquer pensamentos ou idéias que permanecem ou se movem devido à falta de controle adequado40, não reaja em termos de bom e ruim, de ser inibidor ou encorajador (*dGag-bsGrub*) e assim por diante, mas mantenha claramente a lucidez e a vacuidade. O método de meditação deste caminho é o ensinamento essencial supremo.

Assim, como diz Mahacharya Padmasambhava no quarto capítulo de

A Oração dos Sete Capítulos, tanto o título quanto a prece (gSol-'Debs Le'u bDun-Ma):

"Quanto aos objetos dos olhos que são as aparências de absolutamente todas as entidades externas e internas que constituem o universo e seus habitantes, mantenha a abertura de permitir que essas aparências emerjam, sem se apegar a elas como sendo algo inerentemente real. Perceba como elas são as formas radiantes da claridade e vacuidade, puras e naturalmente livres de objetos apreensíveis e da mente que apreende.

No que diz respeito aos objetos dos ouvidos, dos sons, apreendidos como sendo agradáveis ou desagradáveis, todos os sons mantêm a abertura de som e vacuidade, livre de todo o pensamento discriminatório que isso envolve. Isto é som e vacuidade, a fala não nascida e desobstruída dos Budas.

Com relação aos objetos da nossa atividade mental, o movimento inquieto dos pensamentos dos cinco venenos aflitivos41, não se envolva nas atividades artificiais do intelecto, de aguardar pensamentos futuros e seguir pensamentos passados. Deixando o movimento inquieto tal como ele é, somos liberados no Dharmakaya.

Externamente, veja como todas as aparências dos objetos apreensíveis são puras. Interiormente, experimente a liberação da sua mente que se apega. Com esta não-dualidade entre o externo e o interno, experiencie a clareza de ver a sua própria natureza".

A base (*gZhi*), o caminho (*Lam*), e o resultado (*'Bras-Bu*)

A base

O modo natural original [da lucidez, *Rig-Pa*] não é tocado por tudo que surge como samsara e nirvana e não é afetado pela ferrugem da confusão. O modo natural inalterado [*rJen-Pa*, cru ou desnudo] nunca experimenta confusão e nunca experimenta pensamentos dualistas. Não é construído pelo que quer que possa ocorrer (*Cir Yang Ma-Grub*)42, seja o que for, e não se torna uma causa para nada (*Cir-Yang Byung-Du Ma-bTub-Pa*)43. Isto é conhecido como a base (*gZhi*).

O Caminho

Quando esta mente presente (*Da-lTa'i Rig-Pa*) mantém-se relaxada, esta claridade vazia e aberta, livre de bons pensamentos, maus pensamentos e pensamentos neutros (*Lung Ma-bsTan*) é como o centro do céu claro, e esse é o caminho.

O Resultado

Todas as boas qualidades do caminho se manifestam e a ignorância e a confusão são purificadas em seu próprio lugar, e então o dharmadhātu (*Chos-Kyi dByings*) se torna claramente evidente. Isto é considerado o resultado.

Além do mais, esta é tanto a visão da profunda pureza primordial (*Ka-Dag)* do 'cortar através' (*Khregs-Chod*) quanto a visão do vasto emergir livre de esforço (*Lhun-Grub*) do caminho espontâneo (*Thod-rGal*).

Quanto à pureza primordial, a base original (*Thog-Ma'i-gZhi*) onde nenhum ser surgiu devido à confusão e nenhum Buda surgiu devido à ausência de confusão44, é a verdadeira natureza da própria lucidez, que

desde o início esteve livre da falha dos obscurecimentos e, portanto, é primordialmente pura. Portanto, a base de todos os seres sencientes repousa sendo a Budeidade primordial45 e isto é conhecido como o 'modo natural sempre bom', *Chos-sKu Kun-Tu bZang-Po* (*Dharmakāya Samantabhadra)* ou como o 'modo natural da Grande Mãe transcendente sabedoria', *Yum-Chen Phar-Phyin Chos-Kyi-sKu (Prajnaparamita Dharmakāya*).

Devido ao não reconhecimento dessa base original e por não compreendê-la, as três ignorâncias46 e as seis consciências [dos cinco sentidos e da atividade mental] se desenvolvem, e assim, por conta dos doze fatores da co-originação dependente47 (*pratityasamutpada, rTen-'Brel bCu-gNyis*) a futura atividade cármica impura emerge devido à qual os seres vagam por entre as aparências dos seis reinos do samsara.

Dessa forma, todas as emanações (*Chos-'Phrul*, formas mágicas ilusórias) da radiância ou visão da base (*gZhi-sNang*) surgem sem realmente divergir da natureza do próprio chão. Além disso, essas ideias ou imagens ou experiências (*sNang-Ba*) são meras aparências desprovidas de qualquer substância ou existência inerente (*Don-La Ma-Grub-Pa*) e são apenas as formas e situações da aparência e da vacuidade (*sNang-sTong*).

A verdadeira natureza (*Ngo-Bo*) da base não é tocada por nenhum aspecto do samsara ou do nirvana e por isso ela é vazia (*sTong-Pa*). Sua qualidade natural (*Rang-bZhin*) reside como perfeita clareza, enquanto o fluxo de energia (*Thug-rJe*) emerge como o que quer que possa surgir, e assim a mente se estabelece como claridade desobstruída. Desse

modo, a base tem a natureza destes três aspectos: a verdadeira natureza, a qualidade natural e o fluxo de energia, e quaisquer pensamentos repentinos, bons ou maus que surjam são liberados, e não causam o menor benefício ou dano para a lucidez (*Rig-Pa*). Portanto, sem preconceitos ou parcialidade, assim como uma semente de gergelim é cheia de óleo, a lucidez permeia todas as hostes de pensamentos que emergem da energia da mente (*rTsal*) e as capta imediatamente48.

No entanto, todos os aspectos artificiais da base de toda ignorância surgindo subitamente (*gLo-Bur Kun-gZhi Ma-Rig-Pa*) cobrem a face do Dharmakāya (*Ye-Babs*) primordialmente presente e sem constrições, e assim devaneamos pelo samsara. Portanto, não importando que aflições (*Nyon-Mongs*) ou pensamentos emergem, não acredite ou confie neles. Não é suficiente permanecer simplesmente com o reconhecimento do surgimento dos pensamentos. Não importa que pensamentos emerjam, deve-se manter o saber intrínseco original e imutável (*Ye-Shes*) livre de objetos e suportes, o muito direto conhecimento intrínseco (*Zang-Thal-Med49*) livre de todas as posições relativas (*sPros-Bral*). Se a pessoa permanecer assim, então, quando o movimento e a inquietação retornarem qual água descendo de uma montanha elevada, ela não irá procurar por objetos externos. Internamente a pessoa não entrará sob o poder do apego. Portanto, sem fazer nada artificial, de novo e de novo é preciso manter uma experiência muito clara da situação original, que não é adulterada ou tocada por quaisquer que sejam as discriminações mentais artificiais e não relaxadas que emergem (*sPro*) e cessam (*bsDu*). É necessário manter-se incessantemente nesta prática por um longo período.

Se a pessoa é capaz de manter esta prática, simplesmente por meio desta própria lucidez (*Rig-Pa*) existe a presença primordial dos três modos de iluminação, [os modos natural, de desfrute e manifesto; o Dharmakāya, o Sambhogakāya e o Nirmanakāya] e a completude primordial das duas acumulações [de méritos e sabedoria] existem como o seu próprio caráter ou aquilo que lhe é devido (*Rang-Chas*, 'a parte que lhe cabe'). Portanto, por este ponto essencial de não ser tocado pelas características adventícias de inibição e encorajamento, de aceitação e rejeição, e por todos os fenômenos (*Chos*) de causa e efeito, as boas qualidades do estudo e da prática - abrangendo todas as experiências meditativas que emergem enquanto saber intrínseco, tais como felicidade (*bDe*), clareza (*gSal*) e não-mentação (*Mi-rTog*) - irão surgir e crescer facilmente e sem esforço.

Portanto, o que quer que surja como experiência, seja ela boa ou ruim, doença ou saúde, alegria ou tristeza, esperança ou dúvida e assim por diante, não as siga , não se coloque sob o poder delas. Você deverá experimentar profunda e diretamente sua própria natureza original e imutável (*gNyug-Ma'i Rang-Zhal*). Então, simplesmente mantendo-se nisto sem se mover atrás de qualquer outra coisa, sabendo este único ponto, tudo será liberado. Conhecendo um e liberando tudo e todos é a doutrina profunda, toda inclusiva e toda suficiente, e ela é sumamente importante e maravilhosa.

Notas

1 Esta é uma reflexão sobre os dezoito fatores das liberdades e oportunidades (*Dal-'Byor*) de um precioso nascimento humano (*Mi-Lus-Rin-Po-Che*); morte e impermanência (*'Chi-Ba Mi-rTag-Pa*); causas e conseqüências cármicas (*Las-rGyu-'Bras*); os sofrimentos do samsara (*'Khor-Ba' Nyes-dMigs*). Ver Low, J. *Simply Being*, (CPI Antony Rowe, novembro de 2010), Capítulo 1.

2 O sofrimento, as causas do sofrimento, a cessação do sofrimento e o caminho em direção a isso, que é o caminho óctuplo (*'Phags-Pa'i-Lam Yan-Lag brGyad*) consistindo na visão correta, na compreensão correta, na fala correta, na atividade correta, no meio de vida correto, no esforço correto, na atenção correta e na meditação correta.

3 Isto consiste na moralidade, na contemplação focada, e sábio discernimento.

4 Generosidade, moralidade, paciência, diligência, estabilidade mental, sábio discernimento.

5 Dar o que é necessário, falar docemente, agir corretamente e sem hipocrisia, agir em benefício dos seres.

6 Ou seja, a situação natural.

7 gZhi Rang-bZhin 'Od-gSal-Ba'i sNying-Po, que é Ye-gZhi bDe-gShegs sNying-Po.

8 sByang gZhir-Byas, ou seja, este é o objeto puro sobre o qual o 'pó' parece se acumular.

9 Ou seja, as cinco consciências dos sentidos, a consciência mental (*Yid-Kyi rNam-Par-Shes-Pa*), a consciência mental das aflições (*Nyon-Mongs-Kyi Yid-Kyi rNam-Par-Shes-Pa*), e a consciência ' base de tudo' (*Kun-gZhi rNam-Par-Shes-Pa*).

10 Que é o entendimento que os praticantes do tantra possuem.

11 Ma-rMongs, ou seja, estão mais próximos da real verdade.

12 Bya-rGyud, sPyod-rGyud, rNal-'Byor-rGyud, Pha-rGyud, Ma-rGyud, gNyis-Med-rGyud.

13 Sarvabhavanayakayana ou Kun-'Byung-'Dren refere-se ao veículo dos ouvintes (Śrāvakayana,*Nyan-Thos Kyi Theg- Pa*) e o veículo dos que despertam isoladamente (pratyekabuddhayana, Rang-rGyal-Kyi Theg-Pa) e o veículo dos altruístas iluminados (bodhisattvayana, *Byang-Chub Sems-dPa'i Theg-Pa*). O tapasvinkulayana ou dKa'-Thub Rigs refere-se ao veículo da atividade (kriyayana, *Bya-rGyud*) e o veículo da conduta (caryayana, *sPyod-rGyud*) e o veículo dos iogues (anuttarayana, rNal-'Byor-rGyud). O shaktiupayana ou dBang-bsGyur Thabs-Kyi Theg-Pa refere-se aos tantras pai

32 (pitryogayana, *Pha-rGyud*) [mahayoga], e os tantras mãe (matrayo-gayana, *Ma-rGyud)* [anuyoga], e

aos tantras não duais (advayayogayana, *gNyis-Med rGyud)* [atiyoga].

14 *rGyud-sDe gSum*, isto é, *Bya-rGyud, sPyod-rGyud, rNal-'Byor -rGyud.*

15 *gZhi-rDzog*, a base natural em que tudo está contido; é o *vidya* puro ou a própria lucidez.

16 *Chos*, dharmas, o que quer que seja possível em qualquer lugar do samsara ou do nirvana.

17 *Rig-Pa'i-rTsal; gSal-sTong gNyis-Med.*

18 *rGyu-rKyen*, aqui isto implica *bsKyed-Rim* e *rDzog-Rim*.

19 Dharmakaya, Sambhogakaya, Nirmanakaya, estes três constituem o modo natural da Budeidade.

20 *Cir-sNang*, isto quer dizer todos os possíveis objetos dos seis sentidos.

21 *Sems-Kyi Ngo-Bor-sNang-Ba-Yin*, ou seja, o que quer que sejam para você isso é algo que sua própria mente identifica; tudo o que você tem é a sua própria experiência, as aparências tanto de si quanto dos outros, sujeito e objeto, que surgem da verdadeira natureza da sua mente.

22 Cittata, *Sems-nyid*, a mente 'básica' ela mesma, livre de obscurações e artifícios.

23 Aqui *Yul-Can* indica *Sems-Nyid*, pois ambos são inseparáveis da base.

24 *dMigs-gTad-Bral-Ba*, assim como quando reconhecemos passos familiares, não é preciso se perguntar ou se preocupar com quem está aí.

25 *sTong-'Dzin Dang Bral-Ba*, ou seja, não acreditar apenas no sunyata vazio, mas ver a dimensão de lucidez aberta dentro da qual tudo isso é possível.

26 *Lug-Gu rGyud-Kyi-sKu*, como uma fila de ovelhas uma após a outra, ou como contas que se movem no fio de um rosário, de modo que a lucidez não é afetada nem pelo samsara nem pelo nirvana.

27 O padrão imutável e natural da realidade.

28 Por meio de *kLong-sDe* a forma física bruta é transformada em um fino corpo leve, ainda que restem vestígios do *Shes-Bya sGrib-Pa*, os traços sutis que permanecem após a remoção do poder das aflições, kleshas.

29 *Nyon-Mongs.* Todas as possibilidades que desde sempre são passíveis de existir.

30 Geralmente falando todos os objetos são definidos e mantidos no lugar pela mente. A mente diz: "É uma mesa", mas a mesa nunca diz: "Eu sou uma mesa". A mente cria todas as aparências que podem ser conhecidas. Todas elas estão dentro dessa mente e o que quer que sejam quando essa mente não as considera, elas certamente não são 'coisas' - pois isso já é um conceito a partir da mente.

31 *mDangs*, brilho natural ou expressão, como o espraiar do amanhecer.

32 Como o calor e a luz dos raios do sol.

33 Puro e impuro, conforme discriminados pelos seres comuns, como sendo realmente existentes.

34 Avidya, *Ma-Rig-Pa*, nesciência, esquecendo a verdadeira natureza; estar intoxicado pelo que está ocorrendo de forma que o que está ocorrendo é tido como auto-existente, em conseqüência do esquecimento ou ignorando-se a real não dualidade entre o evento e a base.

35 *Dran-Pa*, ou seja, muitas ideias falsas surgem, como quando a pessoa confunde uma corda por uma cobra em uma noite escura.

36 *Sems* aqui significando *Yid* ou manas, consciência mental, mentação. Parece não haver nenhuma palavra em inglês que possa expressar com precisão os usos sutis desta palavra. Em outros momentos, *Sems* é usado como sendo *Sems-Nyid*, a própria mente, livre de artifícios.

37 Aparapanca, *sPros-Bral,* ausência de elaboração conceitual, ou seja, não confiando em conceitos dualistas, tais como início e fim, ir e vir, etc.

38 Ao não se apegar a esta claridade das aparências, mas vendo que elas são vazias, não há base a partir da qual falsas noções dualistas possam emergir, tais como acreditar que o nirvana é melhor que o samsara, e assim a pessoa não

está vinculada nem pela cadeia de ferro do apego nem pela cadeia dourada da clareza.

39 *Las-Kyi rNam-Pa*, o que quer que seja visto, todas as aparências do resultado do karma, ou seja, os seis reinos.

40 *Kha-Yan-Du kLod*, como uma mãe sem cuidados que permite que seus filhos façam o que quiserem, ou como continuar a usar uma máquina mesmo depois de ela estar quebrada.
Controle aqui não se refere a um controle dual de sujeito sobre objeto, mas ao 'controle' sem esforço de relaxar e integrar o que quer que emerja no espaço da lucidez.

41 Raiva, desejo, estupidez, orgulho, ciúme/inveja.

42 Ou seja, nunca tornando-se falso e artificial.

43 Não é uma matéria prima como o minério de ferro, que pode ser transformado em muitas coisas diferentes.

44 Ou seja, é como um pedaço de prata que não foi transformado em um pote ou algum outro objeto, mas que também não voltou a ser minério misturado na terra - é uma potencialidade aberta.

45 *Ye-Ne Sangs-rGyas*, ou seja, eles sempre e inalienavelmente tiveram a natureza búdica. *Sangs* significa puro e livre de todas as falhas, e *rGyas* significa ter todas as boas qualidades naturalmente presentes.

46 A ignorância co-emergente (Lhan-Cig-sKyes-Pa'i Ma-Rig-Pa), a ignorância discriminativa

(Kun-Tu-brTags-Pa'i Ma-Rig-Pa), e a ignorância de não ver o carma (Las-rGu-'Bras-La-Mongs-Pa'i Ma-Rig-Pa).

47 Ignorância (*Ma-Rig-Pa*); tendências habituais (*'Du-Byed*); consciência (*rNam-Shes*); nome e forma (*Ming Dang gZugs*); os seis campos de atividade do olho, ouvido, nariz, língua, corpo e intelecto (*sKye-mChed Drug*); contato (*Reg-Pa*); sentimento ou sensação (*Tshor-Ba*); desejo ou ânsia (*Sred-Pa*); apego (*Len-Pa*); renascimento (*Srid-Pa*); nascimento (*sKye-Ba*); velhice e morte (*rGa-Shi).*

48 Assim como o céu 'captura' ou contém todos os raios do sol, a lucidez 'captura' os pensamentos ao mostrar sua não dualidade - todas as aparências são inseparáveis da lucidez, que é inseparável da vacuidade fundamental.

49 Aqui *Med* não quer dizer um negativo.

Instruções do Bardo Irradiando Clareza Como o Sol

Do terma de Nuden Dorje Dropen Lingpa Drolo Tsal
chamado

O Profundo Significado da Essência Indestrutível,
um texto pertencente à série dzogchen:
A Visão da Sabedoria Infinita das Divindades
Pacíficas e Iradas.

Saudações à nossa própria lucidez, o Guru Kuntu Zangpo.
A respeito destas instruções que introduzem diretamente os iogues aos bardos, bardo indica um interlúdio, um intervalo, um momento ou período que ocorre entre outros, diferentes, momentos ou períodos.

Aqueles que procuram se reconhecer e trabalhar em benefício dos outros mas que estão sem estes ensinamentos estão empobrecidos, assim como seus alunos.

Seis bardos são descritos neste texto: os bardos da natureza do nascimento; do sonho; da meditação; da morte; da realidade e do vir a ser. Este texto é a real essência de todas as instruções sobre o bardo.

O Rei do Darma Trisong Detsen (*Khri Srong lDeu bTsan*) pediu ao grande mestre Padmasambhava, "Por favor, me dê uma instrução clara sobre o significado dos bardos".

O Guru respondeu a partir de seu coração: "Ouça, rei do Darma. Há seis bardos.

O primeiro é o bardo do nascimento, que vai desde o momento em que você entra no ventre da sua mãe, passando pelo nascimento, até chegar à morte. No início tudo é confuso, e depois felicidade e tristeza começam a ser diferenciadas. O corpo é como uma casa, e a mente é como o dono de uma casa. Se isto for percebido, então a mente é vista muito claramente. Se isto não é realizado, a pessoa fica então perplexa, e todas as causas do samsara são acumuladas.

No meio do nosso coração está a nossa preciosa mente (*citta*), no centro dos oito cantos do canal do coração. Aqui a lucidez surge claramente, e sem apegos. Por exemplo, ela é como uma lâmpada que brilha em um pote. Esta é chamada a lâmpada do coração de carne (*Tsit-Ta Sha-Yi sGron-Ma*). Auto-manifestada e não-elaborada, ela reside no canal do coração.

Sua expressão consiste nas esferas de luz que emergem dentro desta expansão de sabedoria na qual os quarenta e dois deuses e deusas pacíficos residem no coração. Devido a isso, os deuses irados em chamas surgem no topo da cabeça. Estas formas pacíficas e iradas são a manifestação da energia da consciência. Por exemplo, é como uma lâmpada em um pote que tem uma tampa levantada, deixando a luz irradiar para fora. Ah! A forma como essa claridade se apresenta é a sua própria experiência.

Com base nisso, luz irradia como grandes e pequenas esferas (*Thig-Le*) e como luz de arco-íris, fazendo surgir muitas mandalas divinas. A condição que dá origem a isso é o canal que conecta o olho ao coração. Ela é estreita na parte inferior e larga na parte superior, na forma de um chifre de vaca. Está isenta de sangue e linfa e, portanto, é vazia e

clara. Estando conectada ao globo ocular, ela é a base que possibilita ver tanto as qualidades quanto as falhas das aparências. Isto é chamado de lâmpada do canal de seda branca macia (*rTsa Dar-dKar Lam-Kyi sGron-Ma*).

Quando isso se conecta ao globo ocular, há o caminho da lucidez onde a sabedoria separa incessantemente o samsara do nirvana. Isto é chamado de lâmpada da água que vê ou enlaça à distância (*rGyang-Zhag Chu'i sGron-Ma)*. Seu objeto externo é o céu, a expansividade infinita livre de qualquer artifício. Encontra-se dentro dela imutável sabedoria, a pureza da lucidez e da vacuidade.

Com a não dualidade da vacuidade e da sabedoria dentro da infinitude do espaço, a sabedoria se manifesta incessantemente como esferas de luz. Esta é a lâmpada das esferas de luz da vacuidade (*Thig-Le sTong-Pa'i sGron-Ma*). É como uma pena de pavão, um arco-íris, ou a luz de um cristal.

A luz colorida do arco-íris emerge em forma parecida com o sinal da vogal naro ◌ॅ . Isto é chamado de lâmpada pura da vacuidade e da sabedoria, na qual a vacuidade e a sabedoria não são duais e emergem sem esforço. Isto é chamado de a lâmpada da sabedoria auto-emergente (*Shes-Rab Rang-Byung-Gi sGron-Ma*).

No início não havia diferença entre Budas e seres sencientes. Kuntuzangpo ganhou a budeidade sem ter realizado nenhuma ação virtuosa. Os seres sencientes tornaram-se desorientados devido à sua própria natureza, sem terem realizado nenhuma ação não-virtuosa. A lucidez dos Budas naturalmente vê com a visão que compreende a produção dos pensamentos. Eles não usam os ventos do carma e, portanto, não coletam as causas do samsara. Sendo livres de

objetos de apego e mentes que se apegam operativamente dentro ou fora, eles atualizam a sua própria lucidez. Eles vêem essa lucidez, essa sabedoria que é sem raiz ou base. A mente dos seres sencientes fica desorientada com a dualidade tanto dos objetos externos quanto da mente interna que se apega. Perplexos com os hábitos imprevisíveis da base de tudo, os seres sencientes confusos não percebem a sua própria atualidade.

Se a compreensão natural é verdadeiramente atualizada (*n.t: no sentido de realizada na atualidade de maneira fresca*), então a claridade é incessante como o sol nascente. A lucidez, livre de pensamentos, é auto-manifesta e os objetos de apego e a mente que se apega são purificados. Esta é a compreensão do bardo do nascimento.

O segundo bardo é o bardo dos sonhos, que ocorre quando as aparências do dia enquanto estamos acordados cessam. Então, enquanto se dorme à noite, traços cármicos provocam a perplexidade dos sonhos. Se você reconhece isso, o fluxo incessante das aparências surgindo da consciência que é a base de tudo se funde com a lucidez no centro do coração e se funde completamente com o sono, livre de todas as lembranças e traços. Isto é como o céu, uma claridade livre de apegos. Isto é chamado de claridade base. É também conhecido como o encontro das realidades-atualidades mãe e filha. Por causa disso, a sabedoria emerge para si mesma.

Se no início as pessoas não reconhecerem a natureza de seus sonhos, então nos canais ocos nas quatro direções no coração e nos seus interstícios, e acima e abaixo, a energia eólica e a mente vão para os vários canais nos pulmões e no coração. Devido a isso, muitas diferentes formas mágicas de

deuses e demônios emergem. Se a mente-vento desce pelos canais ocos, há uma sensação de que tudo está caindo, como em um deslizamento de terra, é escuro e se experimenta o sofrimento dos reinos do inferno, fantasmas famintos e animal, e assim por diante.

Nos canais separados dos seis sentidos, surgem imagens dos objetos pertencentes a cada um deles. Aparências confusas emergem em sonhos a partir da ação de demônios tsan no canal pulmonar, demônios *gyalpo* no canal do coração, demônios *mamo* nos canais do fígado e dos rins, demônios *dud* e os *'u-rang* no canal do estômago e demônios *sadag* no canal do intestino. Se a mente-vento entrar em qualquer um dos canais, pelo entendimento ou não da natureza deles, o corpo do iogue se torna cheio ou não de aparências mundanas e dos sofrimentos do samsara - e é com isso que ela ou ele sonha. É muito importante praticar estar ciente dos sonhos, purificá-los e repousar na claridade natural.

Em terceiro lugar, compreendendo **o bardo da meditação**. Ao praticar a meditação focada na forma das divindades, é necessária uma claridade livre de apegos e de julgamentos conceituais em relação a essas aparências. Permaneça na instância de lucidez que nem muda nem permanece. Livre de limitações, a experiência do modo natural dharmakāya torna-se clara, e com a não-dualidade da felicidade e da vacuidade no campo das quatro alegrias, a pessoa permanece inalterada por pensamentos ou expressões. Aqueles que despertam para essa situação não deveriam ir atrás de pensamentos anteriores, ou esperar por eventos futuros. Lucidez presente agora, fresca, sem artifícios, naturalmente sem esforço, completamente livre de encorajamento ou inibição, essa é a situação natural vazia.

Ela é livre da posição da aniquilação que anseia pelo vazio. Livre de todo encorajamento e inibição, esta é a situação natural vazia. Não há outro Buda. A própria lucidez de cada um é o Buda. Ela está livre das limitações das ações e tentativas forçadas de abandonar o samsara. A sensação de afundamento surge como a meditação inabalável da amplitude infinita dharmadhātu. A excitação é a claridade da atualidade/realidade, a visão mais elevada. A estupidez embotada é a autopercepção da sabedoria emergindo para si mesma. A lucidez é direta, imparcial e livre de pensamentos reificadores (solidificadores). Essa sabedoria livre de pensamentos é mahamudra, a grandiosa doação em si mesma, isto que é.

Em quarto lugar, em relação à condição natural do **bardo da morte**, o bardo que dura da doença fatal até o ponto do morrer. Mesmo que a pessoa se veja livre de apegos e anseio por todas as coisas que lhe são queridas, da ilusão da riqueza e posses, do seu país, amigos e assim por diante, existe a tristeza pela própria morte e o medo de estar sozinho. Sentimo-nos tristes ao recordar os erros e danos que já cometemos. Ficamos atormentados ao pensar em todo o dharma que não praticamos e que agora devemos deixar este mundo de mãos vazias. A sua casa pode ruir ou ser queimada pelo fogo. A pessoa pode ser levada pela água, ou cair de um lugar alto. Tristeza, medo e angústia sem limites são as marcas da morte. Nesta ocasião, os iogues meditantes irão manter desobstruído o brilho da lucidez, da claridade e da vacuidade. Com essa compreensão, o significado da atualidade-realidade será experimentado. Se não conseguir essa compreensão, isso mostrará que você não foi diligente e cuidadosa em sua prática. Portanto, seja cuidadosa e inabalável na sua atenção.

Em quinto lugar, quanto à condição natural do **bardo da atualidade**, as aparências externas são como o pôr-do-sol, a aparência interna é escura e sombria e então aparências claras ocorrem, como um amanhecer ainda cedo de madrugada. Neste momento, o iogue experimenta a confusão do bardo. Estando livre de um corpo carnal, a pessoa se move sem obstrução por colinas e rochas, as divindades pacíficas e iradas aparecem e a luz, raios e cores da sabedoria surgem de muitas formas diferentes. Sons, luzes e raios emergem junto com esferas grandes e pequenas (*Thig-Le*). Neste momento as suas próprias deidades de meditação lhe darão as boas-vindas. Você irá experimentar uma lucidez livre de estímulos e inibições e estará naturalmente livre de benefícios e danos, de esperanças e medos.

Em sexto lugar, quanto à condição natural do **bardo do vir a ser**, quando não se reconhece os deuses pacíficos e irados do bardo da atual realidade, a pessoa fica perdida, sem lugar ou direção. Quando chega a hora de experimentar a felicidade dos três reinos superiores [deuses, semi-deuses e humanos] ou o sofrimento dos três reinos inferiores [animais, fantasmas famintos e os habitantes dos infernos] de acordo com as virtudes ou pecados que a pessoa adquiriu, a mente atravessa o universo em um instante, movendo-se rapidamente aqui e ali sem intenção ou propósito. Neste momento é vital lembrar-se da situação natural da mente e impor fortemente uma conexão com as suas boas ações prévias.

Votos Vajra, Selo Selo Selo[1]

Do momento do nascimento até ser atormentado por uma doença fatal e a sua consciência entrar na inconsciência, se

perder e ficar vagueando pelos seis reinos, você erra aqui e ali sem servir ao seu guru. Abandonando a si mesmo, você não atende aos ensinamentos dos preciosos métodos de iluminação. A fim de evitar isso, é necessário a assistência da visualização dos três lugares de refúgio com a devoção da compreensão. Então, devido a uma mudança gerada por si mesmo ou pelo poder de outro, entre a inspiração e a expiração não se deve duvidar da claridade natural da sabedoria que surge para você. Então, no bardo da atualidade-realidade, você pode ver sua própria natureza, o encontro dos aspectos mãe e filho da vacuidade e da lucidez. Portanto, é muito importante praticar a claridade. Se você vê as divindades meditativas enquanto vagueia no bardo do vir a ser, elas irão lhe acolher e lhe guiar de forma que as aparências desconcertantes são purificadas na vacuidade.

Com relação ao bardo do nascimento, você precisa de um ensinamento que acabe com todas as dúvidas e incertezas em relação aos ensinamentos internos e externos do Darma, uma instrução que ache o seu próprio caminho, como uma ave que nunca esquece o seu ninho.

Com relação ao bardo dos sonhos, você precisa de um ensinamento que mostre como inibir o aparecimento de hábitos mentais e seus remanescentes e como praticar claridade e a união da vacuidade com a lucidez, uma instrução que seja como uma lâmpada acesa em uma sala escura.

Com relação ao bardo da meditação, você precisa ver a atualidade da sua situação natural, a inseparabilidade entre vacuidade e lucidez. Você precisa de uma instrução que seja como uma bela garota segurando um espelho para que você possa ver o seu próprio reflexo.

Com relação ao bardo da morte, você precisa ter certeza da sua própria natureza, sem dispersar lembranças ou lucidez, mas clareando tudo o que não está claro. Para isso você precisa de uma instrução que seja como a carta de um rei.

Com relação ao bardo da atualidade-realidade, no que se refere às aparências seja de que tipo forem, você precisa da fé e de um conhecimento certeiro da união entre lucidez e aparências. Para isso, você precisa de uma instrução que seja como o encontro de uma mãe com seu filho

Com relação ao bardo do vir a ser, quando há o amadurecimento das ações anteriores, é necessário ser capaz de convocar poderosamente o resultado das boas ações anteriores. Para isso você precisa de uma instrução que seja como um tubo que repara um canal quebrado.

Aqui está uma explicação das **dezoito maneiras de considerar as propriedades dos seis bardos**. Elas são as seguintes: natureza, nome, diferenciação, qualidades, corpo [características], duração, modo de aparecimento [exemplos], ensinamento [sinais], prática, instruções, falhas, benefícios e estabelecimento de limites e votos[2].

Primeiramente, a natureza de todos os bardos

A lucidez presente é em si mesma não artificial e livre de atividades por esforço. Fluindo espontaneamente, a claridade e a vacuidade surgem, brilhantes e frescas. Se você não realizar isso, você irá vaguear por dentro dos bardos. Mas se você praticar esta realização , você estará livre dos bardos. Portanto, mantenha sua lucidez atual, relaxada e sem artifícios. Não se envolva em artifícios, mas

permaneça fresco em seu próprio lugar. Este é o caminho para praticar a natureza de todos os bardos.

Em segundo lugar, a razão porque usamos o nome ou a palavra 'bardo'

Quando todas as aparências que surgiram como a experiência habitual anterior tiverem cessado e as aparências que serão a experiência habitual futura ainda não tiverem surgido existe o entremeio, aquilo que está entre o anterior e o futuro, e isso é o que é geralmente expresso pelo termo "bardo". Podemos também indicar o significado específico de cada um dos seis tipos de 'bardos'.

Assim, ***o bardo do nascimento*** ocorre quando o corpo da vida anterior é deixado para trás, e se estende desde o momento em que se está no útero até a hora da morte. Ele inclui todas as aparências e idéias sutis e confusas que ocorrem nesse período.

O bardo dos sonhos ocorre quando as experiências de ontem terminam e as aparências do dia seguinte ainda vão ocorrer. Entre o dia que acaba de passar e o dia que virá em seguida, em profundo sono inconsciente, os hábitos que se manifestam como um falso corpo ocorrem. Esta é a confusão que emerge das diferentes percepções e associações.

O bardo da meditação ocorre quando idéias e eventos anteriores não perturbam e a confusão sem relação ao futuro não emerge, de modo que a pessoa está totalmente presente na situação natural e permanece estável em natural claridade, livre de artifícios.

O bardo da morte ocorre quando as experiências desta vida terminam e surge o medo que emerge quando se está a ponto de morrer A pessoa deve ir ao local da sua próxima vida e encontra-se no final do que agora é a sua vida anterior. Aí, entre estes dois, a pessoa não se vê capaz de se livrar do sofrimento.

O bardo da atualidade/verdadeira realidade emerge e as aparências de sons, luzes e raios acontecem e, através dos frutos de sua própria prática, a pessoa experimenta a felicidade da atualidade.

O bardo do vir a ser ocorre quando as experiências da atualidade/verdadeira realidade cessaram e o corpo da próxima vida ainda não surgiu. Esse lugar de entremeio é chamado de 'vir a ser', porque é possível ou entrar nos reinos superiores da felicidade ou nos reinos inferiores da desgraça. A gama completa entre felicidade e sofrimento está disponível, e por isso essa etapa é chamada de "bardo do vir a ser".

Assim, temos os nomes dos seis bardos. ***Votos Vajra***

Terceiro, a diferenciação do bardo em seis

Primeiramente, ***o bardo do nascimento*** permanece desde o nascimento até enquanto não se tiver morrido.

Em segundo lugar, ***o bardo dos sonhos*** situa-se entre o fim das experiências de um dia e o surgimento das experiências do dia seguinte.

Em terceiro lugar, **o *bardo da meditação*** ocorre entre a eliminação da confusão anterior e o surgimento da confusão futura.

Em quarto lugar, ***o bardo do sofrimento da morte*** ocorre a partir da chegada da doença fatal até a saída do último suspiro.

Em quinto lugar, ***o bardo da atualidade/realidade,*** com as deidades pacíficas e iradas, ocorre enquanto durarem as aparências das formas pacíficas e iradas e seus sons e luzes.

Em sexto lugar, o bardo do vir a ser ocorre durante a confusão do amadurecimento dos efeitos das ações que a pessoa realizou.

Votos
Vajra

Quarto, as qualidades dos seis bardos

Falar dos bardos como se eles realmente existissem é enganoso, porque a qualidade deles é a vacuidade. Entretanto, o modo como eles emergem pode ser chamado de "bardo", de acordo com as convenções da verdade relativa. Mas na natureza verdadeira, de acordo com a verdade absoluta, o que é chamado de 'bardo' não existe. As aparências externas das formas, sons, cheiros, sabores, sensações e fenômenos não perduram, pois elas cessam e desaparecem. De acordo com a verdade absoluta, elas não têm nem mesmo a mais ínfima existência verdadeira. Despertar para essa ausência de verdadeira existência inerentes a elas é referido como a "vacuidade externa".

Interiormente, os olhos, ouvidos, nariz, língua, corpo e atividade mental estão todos em relativa verdade; eles não perduram, pois sempre cessam e desaparecem. De acordo com a verdade absoluta, falta-lhes até mesmo uma partícula de pó de existência verdadeira. Despertar para a ausência de verdadeira existência inerente a eles é referido como a "vacuidade interior".

Os dezoito dhātus[3], os doze parceiros4 e todas as várias ideias internas que uma pessoa tem são todas vazias em sua real natureza . Todas as dualidades dos objetos externos e os sujeitos que os conhecem são apenas a forma ilusória da verdade relativa. Na verdade absoluta, falta-lhes qualquer existência real. Conhecendo a vacuidade das experiências internas e externas a pessoa sabe que, em resumo, todos os fenômenos do samsara e do nirvana são vazios. A qualidade dos bardos é vazia.

Quinto, as características dos bardos serão mostradas indicando as suas particularidades

A característica do bardo do nascimento é que o próprio corpo é formado através das interações particulares entre os cinco skandhas5, os dezoito dhātus, os seis órgãos dos sentidos e consciências, os cinco órgãos dos sentidos, sujeito e objeto, e entre as aflições, e assim por diante. O iogue que percebe a natureza ilusória desses fenômenos próprios da verdade relativa ganha poder sobre tudo o que se manifesta.

A característica do bardo dos sonhos é que durante o sono profundo estão presentes tanto o aspecto da estupidez quanto o aspecto da qualidade evanescente da manifestação da clareza da sabedoria. Enquanto se sonha, as aparências

vêm e vão e nada é permanente. Essa natureza ilusória é a característica do bardo dos sonhos.

A característica do bardo da meditação é que todos os fenômenos externos e internos têm a natureza da clareza e da vacuidade. Esta é a base para o surgimento da união entre o calmo repousar e o discernimento, assim como para o surgimento do estágio em desenvolvimento da visualização das deidades e do estágio de completude da pureza primordial da condição natural. Esta é a característica do bardo da meditação.

A característica do bardo da morte é que uma doença fatal ocorre devido a um desequilíbrio entre os elementos. O corpo e a mente se separam e a morte começa. A pessoa não tem o poder de não ir, e então ela deve seguir adiante. A pessoa não tem o poder de ficar com os amigos, parentes, posses e compatriotas e assim ela deve seguir sozinha. Mas apego, desejo e saudades perduram, e ela é absorvida em atividades mundanas. Devido ao poder dos seus envolvimentos anteriores, ela acabou não acreditando nos ensinamentos do Dharma sobre a morte, a impermanência, etc., e por isso ela se vê envolvida e cheia de anseios. Ela sofre por apego aos pais, filhos, parentes e amigos. A compreensão se torna obscura e sua memória e conhecimento tornam se não confiáveis. Estas são as características do bardo da morte.

A característica do bardo da atualidade/o que é real é que a forma ilusória dos cinco skandhas se dissolve e carne, sangue, força vital, respiração, corpo e mente, todos se separam. A pessoa manifesta apenas o corpo puro da experiência mental. As divindades pacíficas, as divindades iradas, luzes, cores, esferas de luz, pequenas esferas, elos de esferas, sons, luzes, raios - tudo o que ocorre é a

manifestação da própria experiência da pessoa. O aspecto-claridade da sabedoria é incessante e todas as manifestações têm a qualidade de uma grande felicidade. Nesta pura infinitude de grande felicidade, o que quer que se experiencia é o emergir do reino da atualidade/realidade verdadeira. Esta é a característica do bardo da atualidade.

A característica do bardo do vir a ser é que a pessoa se separou do corpo anterior de carne e sangue e agora tem uma forma ilusória gerada pela atividade mental. Quando as formas pacíficas e iradas emergem a partir da atualidade, ela não reconhece a verdade dessa realidade. Essas deidades, raios e luzes de cinco cores geram medo e tremor e são percebidas como inimigos. Incapaz de compreender a natureza desta revelação da atualidade, a pessoa fica viajando por todos os lados, como uma pluma ao vento. Incapaz de se estabelecer em qualquer lugar, a sua atividade carece de propósito e direção. Como imagens em um sonho, o corpo é incapaz de se estabilizar por muito tempo e a raiva surge. As cores dos seis reinos, branco, azul, e assim por diante, surgem em sequência. Essa é a experiência característica do bardo do vir a ser.

Votos
Vajra

Sexto, a duração dos bardos

O bardo de nascimento dura desde o momento em que se entra no ventre da mãe até ao início de uma doença mortal.

O bardo dos sonhos continua desde o momento em que se entra no sono profundo até ao momento em que se desperta.

O bardo da meditação perdura enquanto a lucidez é mantida durante a abertura equânime, entre o cessar do pensamento anterior e o surgimento do próximo.

O bardo da morte dura desde o momento em que se é tomado por uma doença mortal até ao momento em que se exala a última expiração.

O bardo da atualidade dura desde o último suspiro até aparições espontâneas começarem a surgir.

O bardo do vir a ser dura desde a surgimento das deidades pacíficas e iradas até a entrada no útero.

Estas são as durações dos seis bardos.

Votos
Vajra

Sétimo, ilustrando os bardos pelo uso de exemplos

No bardo de nascimento o corpo e a mente são como um moledro (*n.t. montículo de pedras sobrepostas em algum lugar na paisagem, geralmente em memória a algo*) e um pássaro. O corpo constrói-se gradualmente como um moledro. Não se

sabe quanto tempo irá durar antes da sua destruição, mas já tem certamente a natureza de algo que será destruído. A mente é como um pássaro em cima desse moledro. Só repousa ali durante algum tempo antes de voar para longe, e não é certo para onde irá quando partir. Da mesma forma, a mente não permanece no cadáver. O corpo morto é colocado em algum lugar, mas a mente vagueia sem direção fixa. A voz, tal como o rugido do dragão, não dura por muito tempo. Os parentes vêm e tomam conta do ninho do pássaro, sentindo-se cômodos. Mas não permanecem juntos por muito tempo, se separando e dispersando. Em seguida morrem, um por um, passando adiante. Parentes são impermanentes como o ninho do pássaro, e parceiros certamente também demonstram impermanência. Assim como um lavrador coloca o gado em um jugo conjunto, amigos só ficam juntos durante algum tempo antes de seguirem seu próprio caminho. A vida é como uma pedra rolando por uma montanha sem o poder de deter a si mesma. Da mesma forma, dia após dia, noite após noite, caminhamos em direção à morte. As posses são como o mel da abelha, nós mesmos o coletamos, mas ele acaba sendo usado por outros.

O bardo dos sonhos é como uma forma ilusória criada por um mágico. Nada está realmente ali, mas vemos muitas coisas. Sonhos parecem ser reais, embora sejam meras aparências desprovidas de substância.

O bardo da meditação é como olhar suavemente para um pasto aberto. Com relaxamento e descontração, todas as dificuldades e tristezas são acalmadas. Respirando gentilmente, o corpo e a mente ficam felizes. Devido às ondas de confusão samsáricas, o corpo, a fala e a mente ficam imersos em tristeza, sem oportunidade de

contentamento. Com as instruções do seu professor, o corpo, a voz e a mente relaxam e fluem facilmente. Através da abertura equânime da meditação, todas as atividades do próprio corpo, como o movimento fácil de uma roda, fluem pacificamente e sem perturbações, contrações ou irritação. A própria fala torna-se como as cordas de um alaúde. O alaúde é capaz de exprimir muitos sons diferentes, mas se a corda for cortada, o fluxo de sons cessa. Da mesma forma, com a meditação, fala-se pouca besteira. Repousando em seu próprio lugar, a voz da pessoa encontra-se à vontade. A mente é como uma roda d'água; quando a água pára, a roda pára de girar. Do mesmo modo, com a meditação, os pensamentos e as memórias param, pois, sem artifícios, a mente fica à vontade com o que quer que ocorra. Esta é uma explicação do estar à vontade no corpo, na fala e na mente.

O bardo da morte é como uma pessoa que cometeu um crime e sabe que irá sofrer uma pena de prisão. Embora saiba disso, ela não tem nenhum poder para fugir. Ela gostaria que as coisas permanecessem como estão, mas não é capaz de manter a sua situação, e será levada para fora dali. Do mesmo modo, quando a doença mortal chega, embora saibamos que estamos a ponto de morrer, não temos poder para resistir a isso. Lembramos de todos os pecados que acumulamos mais cedo na vida e sentimos medo e pavor, mas nos falta um método qualquer para mudar as coisas. A casa, as propriedades, as riquezas e os bens que adquirimos permanecem onde estão e, separamo-nos dos nossos amigos; precisamos ir sozinhos vaguear por uma terra onde tudo é desconhecido. Assim, a mente tem de suportar um grande sofrimento no bardo da morte.

O bardo da atualidade é como ser uma única pessoa rodeada por um exército de mil soldados. Onde quer que se olhe, há deidades pacíficas e iradas, luzes, sons e raios em um movimento turbulento por todos os lados. Mesmo que a pessoa fique com medo e comece a correr, não é capaz de se libertar daquilo ou de escapar. Assim, temos o sofrimento do medo e do pavor sem limites.

O bardo do vir a ser é como ser uma pena transportada pelo vento sem nenhum poder sobre onde é levada. A pessoa veio de algum lugar, mas não faz ideia do que vem a seguir. Não conhece o seu destino final. Não pode permanecer no ponto onde esse bardo começou, mas tem de ir chorando para onde quer que seja levada. Com um coração infeliz, chora de dor. Não é possível distinguir o dia da noite, e ela não encontra nem lugares e nem pessoas familiares. É como se estivesse sendo atraída para uma terra desconhecida.

No bardo do vir a ser, mente e corpo iniciam uma nova experiência, uma vez que não é possível recuar, pois lhe falta poder para reingressar nos elementos e skandhas da sua vida anterior. Talvez seu cadáver tenha sido queimado sem deixar rastros, ou enterrado ou comido pelos pássaros; de qualquer forma é impossível encontrá-lo. Não importa onde ela vá, não consegue encontrá-lo. Nem consegue repousar em algum lugar. Abjecto e soluçante, estremece em terror desolado. A respiração, que já foi cavalgada como a um belo cavalo, perdeu o seu antigo corpo e ela vagueia aqui e ali sem qualquer sentido de direção, como se estivesse sendo perseguida por animais selvagens. Há montanhas com avalanches, oceanos inundando, grandes infernos, chuvas negras impenetráveis e ela é conduzida por ventos ferozes. Caçada por soldados, há o som de uivos e o barulho de espancamentos e matanças. Aterrorizada

com tudo isso, foge para onde quer que seja possível. No entanto, embora fuja, não encontra alívio, pois não existe proteção. Sem poder de escolha, é preciso renascer em um dos seis reinos. A pessoa procura e corre, mas devido ao carma previamente gerado, precisa vaguear no limbo antes da próxima vida.

Um exemplo para demonstrar a base de todos os bardos: uma pessoa responsável por cuidar de sua habitação, desviou-se do caminho. Quer regressar à própria casa, mas não sabe onde está e deve continuar a viajar sem saber onde está.

Estes são os exemplos para os bardos.

Votos Vajra

Oitavo, os sinais dos bardos

No bardo do nascimento a pessoa tem um corpo ilusório. Ali a forma material de carne, sangue, skandhas e dhātus tem uma existência precisa que parece substancial, mas é como um reflexo visto na água ou em um espelho. Não projeta sombra alguma à luz do sol ou da lua. Isso forma a base para o desenvolvimento do corpo de carne e sangue.

O sinal do bardo dos sonhos é que aparências confusas e insubstanciais emergem de muitas formas diferentes.

Os sinais do bardo da morte consistem nos seis tipos de indicações:
externa, interna, secreta, distante, próxima e parcial.

Em primeiro lugar, faça ofertas de alimentos ao Guru, Deva e Dakini e com o apoio do bolo simbólico da torma

(*gTor-Ma*), dedicado aos protetores, convide-os para a oferenda do serkyem6 e, em seguida, ofereça os benefícios decorrentes disso a todos os seres.

Primeira indicação, os sinais externos através dos quais é possível ver se estamos prestes a morrer ou não

Sente-se o corpo pesado, perde-se o apetite e os sentidos se tornam opacos. A pessoa fica brava e a mente fica gradualmente permeada de tristeza. A pessoa tem sonhos turbulentos e a cor do corpo muda com frequência. A cor se esvai de suas unhas. Quando essas coisas acontecem, a pessoa tem nove meses ou meio dia de vida. Quando pus chega aos olhos, a pessoa morrerá em cinco meses. Quando o cabelo na parte de trás da cabeça aponta para cima, ela morrerá em três meses. Quando se urina ao espirrar, quando a urina, os excrementos e o sêmen saem ao mesmo tempo, quando a cor do rosto muda em diferentes atividades, quando os sentidos ficam às vezes claros e às vezes não claros, quando as sobrancelhas se afastam ainda mais uma da outra, quando a transpiração se evapora a partir da cabeça, esses são todos sinais de que a pessoa chegou nas mãos de Yama, o senhor da morte.

Quando ela fecha os dois olhos com os dedos indicadores e vê uma luz rodopiante, mas não no olho esquerdo, então ela morrerá em seis meses. Se não houver movimento no olho direito, em dez dias estará morta. Se os dedos indicadores são colocados no buraco dos ouvidos e nenhum som entra, então a pessoa foi atada às cordas de Yama.

Se a pessoa era raivosa no passado, mas está muito mais raivosa agora, se não cumpre suas promessas e tem medo de onde está, se tem pouca fé no coração para o Darma, se

está zangada com pessoas santas e sente tristeza onde quer que esteja, essas indicações de morte são os sinais exteriores.

Segunda indicação, os sinais internos são relativos aos sonhos e à respiração.

No alvorecer do primeiro dia do primeiro mês do calendário tibetano, sente-se ereto. Se o ar vier da narina esquerda por três dias, seguido de três dias vindo da narina direita, então esse equilíbrio significa que não é hora de morrer. Se a ordem for invertida, certamente a pessoa morrerá em breve. Se a respiração vier de ambas as narinas ao mesmo tempo, então ela morrerá em três dias. Se ambas as narinas estiverem bloqueadas e a respiração entrar pela boca, então a pessoa morrerá imediatamente.

Se os seguintes sonhos ocorrerem antes ou logo após a meia-noite, então eles não têm um significado fixo. Se ocorrerem nas duas horas antes do amanhecer, então sua consequência é certa.

Sonhar com um gato montado em um macaco branco e vindo do leste, ou com tigres, raposas, cadáveres, búfalos, porcos, macacos, insetos vindo em uma multidão do sul. Estes são sinais de morte e, portanto, é preciso fazer práticas para repelir a morte.

Terceira indicação, os sinais secretos da morte

Se na manhã do primeiro dia do ano surgir sêmen preto e suor branco, diz-se que este é um sinal de que a pessoa morrerá em dois meses. Se o sêmen for vermelho, morrerá

em seis meses. Se o sêmen for branco e quente, ela não irá declinar imediatamente. Se a pessoa respira pelas narinas ela não morrerá, pois a vida está protegida. Se o sêmen for descarregado com frequência, ela morrerá em quatro meses. Se uma verruga nova e negra se desenvolver perto da uretra e muitos desejos emergem, estes são sinais de morte e é preciso praticar uma meditação ritual de resgate.

Quarta indicação, os sinais distantes da morte

Em um lugar isolado olhe para o céu no primeiro dia do primeiro mês do ano, de manhã ou à tarde, ou à noite do décimo quinto dia, ou ao entardecer e no período logo antes do amanhecer. Nestes períodos de calma quando o céu está limpo, sente-se nua e reze com muita força. Recite cem vezes este rei dos mantras: "Om Ae Ye Ye She Pa Ra Ha Ka Ra Te Sha Re Hung Phat!" Recite os nomes dos Budas das dez direções. Peça-lhes que retenham o sol e a lua e escreva uma letra A na sua própria sombra, no local do coração. Mantenha os olhos focados nela, muito retos e firmes, e estabilize a mente. Se os olhos começarem a se mover, olhe para o céu. O seu próprio reflexo surgirá no céu como um sinal. Se estiver quebrado ou não estiver claro, isto é um sinal de morte certa iminente. Se a cor do céu não estiver clara, faça a prática do mantra uma e outra vez. Se o céu for de uma cor branca pura, isso é sinal de uma longa vida.

Quinta Indicação, os sinais de morte próxima

Os dentes ficam cobertos com uma forte sujeira preta. Isto se chama a chegada da forma demoníaca dos elementos da pessoa, e ela morrerá dentro de nove dias. Quando as narinas colapsam bloqueando o fluxo de ar, se os braços começam a acenar para longe e para perto, isto se chama o

demônio Rila Nyagpa e indica a morte em cinco dias. Se os olhos desenvolverem um olhar fixo, então a morte virá dentro de três dias. Se a pessoa puder ver o próprio nariz diretamente, então estará morta em sete dias. Se as lágrimas cessarem nos olhos, a pessoa morrerá em cinco dias. Se sêmen preto chegar na língua, desenvolvendo-se gradualmente, então estará morta dentro de dois dias. Se o diafragma colapsar e as narinas também, isto é um sinal de morte iminente.

Mais particularmente, este é o método para compreender os sinais da morte. Ao meio-dia, vire-se para o sul, sente-se e coloque seu cotovelo direito sobre o joelho direito levantado. Coloque a palma da mão na testa para que o pulso esteja na frente dos olhos. Olhe para ele e ele irá se tornar mais estreito. Se encolher de modo que pareça estar dividido por uma sombra, você morrerá em dezenove dias. Estas são as formas de identificar os sinais imediatos de morte.

Sexta indicação, os sinais parciais de morte

Se os olhos não conseguem ver o nariz, a morte chegará em cinco meses. Se não é possível ver a ponta da língua, então morre-se em três dias. Se não puder ver o lado esquerdo refletido em um espelho, isso é um sinal de que morrerá em sete meses. Se sente calor quando respira na palma da mão, isso é um sinal de morte. Se o seu reflexo na água aparecer apenas pela metade, isso é um sinal de morte. Se o suor não permanecer no peito e se ele não secar, e se a pessoa tiver lêndea - estes são sinais de morte.

Sinais de que a morte está próxima

Os sinais externos são que os alimentos e bebidas são vomitados e o corpo tem pouco calor. A cabeça abaixa, a tez fica sem vida e os sentidos ficam entorpecidos. Os cinco elementos internos afundam na carne e nos ossos. Este é um sinal de que os elementos externos estão afundando na terra. O corpo torna-se pesado, fica sem calor e parece cair abaixo da terra. A terra se funde com a água e há uma perda de forma. O corpo perde seu poder e a mente se torna embotada.

Os sinais de que o sangue e a linfa se fundem na água são que fluidos aparecem na boca e no nariz, a língua fica seca, e o diafragma colapsa. À medida que a água se afunda no fogo, o corpo perde o seu calor. A mente flutua entre a clareza e a perda de clareza.

Os sinais de que o calor interno se fundiu com o elemento fogo são que o corpo perde todo o seu calor, os olhos viram para cima e os outros não são mais reconhecidos.

Quando o fogo se funde com o vento, toda a sensação de haver luz desaparece. A respiração no corpo se funde com o elemento ar e o sinal disso é um estado ofegante. A consciência se afunda como se uma miragem estivesse ocorrendo. Os piolhos e seus ovos, todos deixam o corpo.

O sangue recebido da mãe e que permaneceu abaixo do umbigo sobe e imagens vermelhas são experimentadas. Nessa ocasião, as aparências que provêm do desejo e os quarenta tipos de pensamentos que o desejo gera, todos cessam.

O sêmen branco que foi recebido do pai e que permaneceu no topo da cabeça desce, e devido a isso imagens brancas e amarelas ocorrem. Todos os trinta e três tipos de pensamentos que surgem da raiva cessam.

A respiração chega em tragadas, cada uma tornando-se mais e mais longa.

Todo o sangue entra no canal da vida e em seguida se reúne no coração como uma bola de sangue que dá origem à experiência da escuridão negra. É tão escuro quanto se estivéssemos em uma casa que acabou de desabar.

Nesse momento todas as experiências que a pessoa tem são fruto da estupidez e em seguida os setenta tipos de pensamentos emergindo da estupidez cessam todos.

A boca está aberta, os olhos olham para cima e estão vazios. As aparências externas são como o sol poente. As portas dos sentidos se fecham e todas as aparências se tornam escuras e então todas as imagens e memórias cessam. A respiração não se prolonga mais do que a extensão de um cotovelo. A experiência interna é a de uma noite escura.

Então, no centro do coração, sangue e sêmen se unem.

A cabeça recai e a respiração se prolonga pela extensão inteira de um braço.

Em seguida, no coração, as três bolas de sangue e sêmen se encontram, fazendo com que a respiração fique ofegante e se prolongue pela extensão duas vezes maior da de um braço. É muito escuro, não há memória e a respiração externa cessa.

O sangue ascendente e o sêmen descendente se encontram no coração. Na consequente situação de felicidade, a consciência desaparece. Ela se funde com a claridade natural e devido a isso emerge uma experiência de união, de bem-aventurança co-emergente e de saber original.

No coração, a lucidez experimenta o encontro das atualidades mãe e filho. A respiração interior está encerrada e vento e mente entram no canal central. Então a claridade natural da base emerge para todos os seres sencientes.

Para um iogue com experiência em meditação e com a claridade decorrente do caminho, a mãe e o filho instantaneamente se encontram. A pessoa ascende diretamente para o Dharmakāya não nascido com o Sambhogakāya e o Nirmanakāya manifestando-se sem esforço, para benefício dos seres. Com esses três modos de iluminação emergindo sem esforço, a budeidade se manifesta.

Os seres ignorantes que não meditaram experimentam o surgimento da claridade da atualidade, mas não a reconhecem. Devido a isso, renascem repetidas vezes, inúmeras vezes.

Embora o primeiro emergir da claridade natural da base seja inexprimível, o seu reconhecimento liberta a pessoa dos obscurecimentos do torpor da ignorância co-emergente. Se não a reconhece ela vagueia sem fim no samsara sem limites.

Por esta razão, agora que ela obteve um corpo humano, é muito importante praticar as profundas instruções de meditação. Obter instruções de um bom professor ou de

amigos que mantêm os votos e praticar a meditação phowa para transferir a sua consciência para fora do próprio corpo.

Os sinais do bardo da atualidade são que o surgimento de sons, luzes e raios irá acontecer. O sinal de sons é que se a pessoa coloca o dedo indicador nos ouvidos, ela irá ouvir o som de um rugido7. Quando se está no bardo da realidade, ouve-se um som como o rugido de mil dragões. O sinal de luz é que, se ela coloca o dedo indicador nos olhos, ela vê luzes. Quando ela está neste bardo ele está cheio de cores e dos corpos das deidades pacíficas e iradas. O sinal de raios é que quando ela olha para a luz do sol e da lua, os raios de luz emergem como uma sequência de esferas de luz. Este é o sinal do que realmente surge como raios de luz no bardo.

Os sinais do bardo do vir a ser são que quando se emerge de um profundo sono inconsciente8, muitos sonhos diferentes aparecem. Neste bardo, o seu corpo mental pode passar desobstruído por montanhas e rochas. Este corpo não projeta nenhuma sombra nem deixa nenhuma pegada ou faz reflexo algum. Isto é um sinal de que ele está livre dos elementos e dos skandhas.

Assim é a explicação dos sinais dos seis bardos.

Votos
Vajra

Traduzido por C.R. Lama e James Low em
1979 - Revisado por James Low em 2013

Notas

[1] Os Votos Vajra lembram aos Guardiões deste texto, e que ele é cuidadosamente protegido e selado para que seu significado autêntico não seja adulterado.

[2] Embora o texto diga 'dezoito', apenas treze são listados e esta tradução cobre apenas oito.

[3] Os dezoito elementos da experiência: os seis órgãos dos sentidos (com o coração como mente); os seis sentidos (incluindo a mente); os seis objetos dos sentidos (incluindo pensamentos e sentimentos).

4 Os objetos e as consciências dos sentidos.

5 Os cinco amontoados que constituem uma pessoa: forma, sentimento, organização perceptiva, associação, consciência.

6 A oferenda *gSer-sKyems* de chá ou álcool é feita para propiciar e encorajar os protetores do Darma.

7 Considera-se este som como um indicador do som auto-existente intrínseco ao espaço aberto do ser.

8 Este sono não é o sono comum da noite, mas é a profunda inconsciência em branco que pode ocorrer ao final do bardo da atualidade quando, por não reconhecer a natureza das formas iradas que aparecem, a pessoa fica inconsciente por conta do terror.

ཚིག་བདུན་ཁ་སྐོར་ཐམས་བཅད།

Os Versos Raiz

dos Bardos

རྒྱལ་བ་ཐུགས་རྩེ་ལྡན་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། ། ཐམས་ཅད་
རྣམ་པར་རྒྱུག་གི་རྣམ་ཚེ་ཀུན།

Saudações aos jinas pacíficos e irados. Este é um resumo dos seis bardos.

ཀཱུ་མ་བདག་ལ་ས་ཀཱུ་གནས་བར་ཏེ་འཆར་ཏུ་འདིར།

KYE MA	DAG	LA	KYE NAE	BAR DO	CHAR	DU	DIR
Infelizmente! (quão triste é estar preso na ignorância)	*eu*	*à, para*	*local do nascimento*	*intermediário (i.e. tempo de vida a partir do nascimento ou o momento da concepção até a morte)*	*momento de surgir*		*aqui**

** i.e. o que acontece comigo*

Infelizmente! Agora quando o bardo da vida está emergindo para mim,

ཚེ་ཐལ་ལྔ་མེད་དེ་ལ་ཐལ་ལྔ་ཕངས་ནས།

TSHELA	**LONG**	**ME**	**LE LO**	**PANG**	**JAE NE**
vida	*em faze*	*lazer então*	*sem*	*preguiça*	*abandono, parar*

(i.e. a vida é muito curta, e não sabemos quando irá terminar)

Preciso abandonar toda preguiça durante o meu tempo que é curto demais para o lazer.

ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་མཡངས་ལམ་དུ་འཇུག།

			S U M	**MA YENG**			
THO	**SAM**	**GOM**			**LAM**	**DU**	**JUG**
ouvindo,	*refletindo*	*meditando*	*três*	*inabalável*	*caminho*	*dentro, no*	*entra se*
estudando				*sem distração*			*mantém com*

Mantendo-me no caminho da escuta, reflexão e meditação sem distrações,

ནང་སེམ་ལམ་ལྷུང་གསུམ་མངོ་གྱུར་བྱང་ཆུབ་ཏུ།

nang	**sem**	**lam**	**long**	**ku**	**sum**	**ngon gyur**	**jang**
aparências,	*mente,*	*caminho*	*ir bem*	*modos*	*três*	*torna-se manifesto,*	*pratica*

				desenvolve
*ideias **	*citta*			*claramente*
** vendo ambas em sunyata*		*# Dharmakaya, Sambhogakaya, Nirmanakaya*		

Tenho de progredir no caminho da compreensão da natureza das aparências e da mente, e praticar fazendo com que os três modos de iluminação se manifestem.

མི་ལུས་ལན་གཅིག་ཐོབ་པའི་ཚོད་འདིར།

			chig thob	
mi	**lu**	**Lan**	**pai du**	**dir**
humano	*corpo*	*tempo*	**tshod** *um tomo tempo*	*aqui*

(Para obter um nascimento humano, especialmente um com as 18 liberdades e oportunidades, gastamos tanto do nosso bom. carma que é muito difícil conseguir reunir tal quantidade novamente.)

Agora nesse momento em que eu ganhei minha única chance de um nascimento humano

ཡ་ངན་པ་ལམ་ལ་སྟོང་པའི་དུས་མ་ཡིན།

yeng pa	**lam**	**la tong**	**du**	**ma**	**yin**
vacilante, incerto, nublado	*caminho*	**pai** *para, no lazer*	*tempo*	*não*	*ter*

Não tenho tempo a perder no caminho da vacilação.

Infelizmente! Agora, quando o bardo da vida está surgindo para mim, devo abandonar toda a preguiça durante meu tempo de vida, que é muito curta para o lazer. Seguindo o caminho da escuta, reflexão e meditação não distraída, devo progredir no caminho da compreensão da natureza das aparências e da mente, e praticar fazendo com que os três modos de iluminação se manifestem. Agora, neste momento em que ganhei minha única chance de um nascimento humano, não tenho tempo a perder no caminho da vacilação.

(Leitura alternativa)

[Nota: Existe também uma tradição das seis linhas desses versos lidas na ordem 1, 5, 6, 2, 3 e 4, como abaixo.]

Infelizmente! Agora que o bardo da vida está surgindo para mim, agora que ganhei minha única chance de um nascimento humano, não tenho tempo a perder no caminho da vacilação. Devo abandonar toda a preguiça durante meu período de tempo, que é muito curto para o lazer, e me manter no caminho da escuta, da reflexão e da meditação sem distrações, devo progredir no caminho da compreensão da natureza das aparências e da mente, e praticar fazendo com que os três modos de iluminação se manifestem.

ཀཻ་མ་བདག་ལ་རྨི་ལམ་བར་དུ་འཆར་དུ་ཞེ།

	d						
	A		**MI**				
kye ma	**G**	**LA**	**LAM**	**BAR DO**	**CHAR**	**DU**	**DIR**
				período			
Infelizmente!	*eu*	*para*	*sonhar*	*intermediário*	*surgindo*	*tempo*	*aqui, agora*

(i.e. quando acontece comigo)

Infelizmente! Agora quando o bardo dos sonhos está surgindo para mim,

གཏི་མུག་རོ་ཉལ་བག་མེ་དང་བཅས་བྱས་ནས།

ti mug	**ro nyal**	**bag me**	**pang**	**jae**	**ne**
stupidez, torpor mental	*dormindo como um cadáver*	*descuidado, desatento*	*abandona*	*faz*	*o*

Devo abandonar o sono descuidado e desatento da estupidez e

དཀྲན་པ་ཡེ་མེད་མེ་ནས་ལུགས་ངང་ལ་འཇུག།

dran pa	**yeng me**	**nae lug**	**ngang**	**la**	**jog**
atenção, recordação da lucidez	*inabalável*	*modo natural, condição original*	*abertura*	*na*	*entra e mantém*

Me manter na abertura da minha situação original em recordação inabalável.

རྨི་ལམ་བཟུང་ལ་སྤྲུལ་པར་ཝོད་སལ་ཅང།

mi lam	**zung**	**la**	**trul gyur**	**od sal**	**jang**

sonho (estar ciente dele e sua natureza e não esquecê-lo ao acordar)	*sustentar*	*com, assim*	*transformá-lo com a compreensão de seu estado ilusório*	*clara iluminação, claridade natural, qualidade auto luminosa*	*prática*

Estando ciente dos meus sonhos conforme aparecem, preciso transformá-los na prática da radiância natural.

དཎ་དྲོ་འདྲ་ཞིན་ཏུ་ཉལ་བར་མི་བྱ་བར།

duD dro	**zhin du**	**nyal war**	**mi**	**ja war**
animal	*como*	*sono*	*não*	*fazendo*

(i.e. com uma mente torpe)

Não dormindo como um animal

གཉི་དང་དངོས་ཀྱི་བསྒོམ་འདྲ་ཁ་ཡང་ཁ་ཉམས་ལེ་ཁ་གཅོ་ས།

nyi	**dang**	**ngon**	**sum**	**dre pai**	**nyam len che**
sono	*e*	*conhecimento direto*			*se mistura, fundir*
prática		*muito importante,*			

precioso

Irei seguir esta prática muito importante de fundir o sono com a experiência direta da minha própria natureza

Infelizmente! Agora, quando o bardo dos sonhos está surgindo para mim, tenho de abandonar o sono desatento da estupidez como se fosse um cadáver e manter-me na abertura da minha situação

original com uma lembrança inabalável. Estando ciente dos meus sonhos à medida que eles surgem, devo transformá-los na prática da clara radiância. Não dormindo como um animal, irei seguir esta prática muito importante de fundir o sono com a experiência direta da minha verdadeira natureza.

(Leitura alternativa)

Infelizmente! Agora, quando o bardo dos sonhos estiver surgindo para mim, sem dormir como um animal, irei seguir esta prática muito importante de fundir o sono com a experiência direta da minha verdadeira natureza. Devo abandonar o sono desatento e que nem um cadáver da estupidez e manter a abertura da minha situação original com inabalável recordação. Estando ciente dos meus sonhos conforme vão aparecendo, devo transformá-los na prática da clara radiância.

གཡ་མ་བདག་ལ་བསམ་གཏན་བར་དོ་འཆར་དུ་འདི།

kye ma	**dag la**	**sam tan**	**bar do**	**char**	**du**	**dir**
Infelizmente!	*eu para*	*estabilidade mental, meditação*	*período intermediário*	*surgindo*	*tempo*	*aqui, agora (i.e. quando acontece para mim)*

Infelizmente! Agora quando o bardo da estabilidade mental está surgindo para mim,

རང་ཡ་ངམ་འཁར་ལ་བའི་ཚོ་གསར་རང་མམ་ཡང་བ་ནས།

nam yeng	**trul wai**	**tshog nam**	**pang jae**	**ne**
muito abalado	*abandono*	*confusão então*	*muitos tipos diferentes*	

(i.e. todos os pensamentos que surgem da incerteza sobre a verdadeira natureza)

Devo abandonar todas as diferentes formas de confusão vacilante e

ཡ་ངམ་མ་དཀའ་ཞི་ནམ་དམིགས་བཅད་བ།ལ་ངང་དུ་འཇུག།

yeng me	**dzin me**	**tha dral**	**nga ng**	**du**	**jug**
inabalável	*sem apego*	*livre de todos os limites, sem conceitualizações solidicadoras*	*abertura*	*em*	*mantém, entra e permanece*
(sempre em mNyam-bZhag, pós-meditação) meditação)	*(sempre em rJe-Thob,*				

Me manter na abertura inabalável e desapegada livre de todos os limites.

བསྐྱེད་དང་རྫོགས་གཉིས་ལ་བཏན་པ་ཐོབ་པར་བྱ།

kyed	**dzog**	**nyi**	**la**	**tan pa**	**tob pa**	**ja**
sistema de desenvolvimento	*a, em*	*sistema de aperfeiçoamento*	*estabilidade*	*conseguir, manter*		*dois*
fazer						

Preciso ganhar estabilidade nos dois sistemas, do desenvolvimento e do aperfeiçoamento

བཅ་བ་མ། ངེས་ནས་རྩེ་གཅིག་མ། གར་བ་དུ་འདིར།

ja wa pang ne tse chig Drub du dir
atividade (abandono dualista e depois prática uni-focada aqui, agora mundanas)

Abandonando todas as atividades mundanas, irei praticar com um único foco, aqui e agora.

ཉོན་མོ་ངེས་འཁྲུལ་ལར་ཁབ་དང་ཁ་མ་ཏང་ཞིག།

nyon mong trul pai wang du ma tang zhig
aflições (raiva, confusão, poder, desejo, etc.) *sob* *não* *vai, envia eu mesmo* *precis o*

Preciso não me deixar cair sob o poder atordoante das aflições.

Infelizmente! Agora, quando o bardo da estabilidade mental está surgindo para mim, devo abandonar todas as diferentes formas de confusão vacilante e manter a abertura inabalável e desapegada, livre de todos os limites. Devo ganhar estabilidade tanto nos sistemas de desenvolvimento quanto no de aperfeiçoamento. Abandonando todas as atividades mundanas, irei praticar com um único foco, aqui e agora. Não devo cair sob o poder atordoante das aflições.

(Leitura alternativa)

Infelizmente! Agora quando o bardo da estabilidade mental estiver surgindo para mim, abandonarei toda atividade mundana e praticarei num único ponto aqui e agora. Não devo ficar sob o poder desconcertante das aflições. Devo abandonar todas as diferentes formas de confusão vacilante e me ater à abertura inabalável e sem limites. Devo ganhar estabilidade tanto nos sistemas de desenvolvimento quanto nos de aperfeiçoamento.

གཡ་མ་བདག་ལ་འཆི་ཁ་བར་དོ་འཆར་དུ་འདིར།

kye ma	**dag**	**la**	**chi kha**	**bar do**	**char**	**du**	**dir**
Infeliz mente!	*eu*	*à*	*morte tempo*	*período*	*surgindo*	*tempo*	*aqui, agora (i.e. quando acontece para mim*

Infelizmente! Agora quando o bardo da morte surge para mim,

ཀུན་ལ་ཆགས་སེམ་ཞེན་འཛིན་སྤང་རྗེ་ལ།

kun	**la**	**chag sem**	**zhen**	**dzin**	**pang**	**jae**	**la**
todas (coisas mundanas)	*à*	*desejosa mente*	*esperanças expectativas*	*apego*	*abandono*	*faço*	*o*

Preciso abandonar todas as esperanças, desejos e apegos.

གདམས་ངག་གསལ་བའི་ལམ་ལ་མ་ཡེངས་འཇུག།

dam	**sAL**		**L**	**MA**	
ngag	**WAI**	**LAM**	**A**	**YENG**	**JUG**
instruções, doutrinas	*clara (i.e. mantendo-as claras na mente)*	*caminho*	*no*	*inabaláve l*	*entro mantenho*

Mantendo-me inabalavelmente no claro caminho das instruções do dharma,

རང་རིག་ནམ་ཀཡི་མཁའ་དང་མཉམ་ཝའི་ངམ་འཕོ།

	kye	**nam**			
rang rig	**me**	**khai**	**ying**	**su**	**pho**
própria lucidez, mente	*não nascido*	*do céu (sunyata)*	*prof undi dade em água)*	*em*	*envia, funde-se (como uma bolha emergindo de uma panela de*

Preciso integrar minha lucidez com o espaço não nascido semelhante ao céu.

འདུ་མཇའ་ཤ་ཁ་གླ་ལུ་དང་གྲལ་ལ་ཁད།

du jae	**sha**	**trag**	**lu**	**dang**	**dral**	**la khad**
composto	*carne*	*sangue*	*corpo*		*livre de quase, no ponto de*	

Agora, conforme me torno livre deste corpo composto de carne e sangue,

མི་རྟག་པ་གཡུ་མ་ཡིན་པར་ཤེ་པར་བྱ།

mi tag	**gyu ma**	**yin par**	**she par**	**Ja**	
impermanente		*ilusório*	*é*	*como*	*sabe*	*faz*

Preciso reconhecer que ele é impermanente e ilusório.

Infelizmente! Agora, quando o bardo da morte está surgindo para mim, tenho de abandonar todas as esperanças, desejos e apegos. Mantendo-me inabalável no claro caminho das instruções do Darma devo integrar minha lucidez no espaço não nascido, que é como um céu. Agora, conforme me torno livre deste corpo composto de carne e osso, devo reconhecer que ele é impermanente e ilusório.

(Leitura alternativa)

Infelizmente! Agora quando o bardo da morte está surgindo para mim, agora que estou me liberando deste corpo composto de carne e sangue, devo reconhecer que ele é impermanente e ilusório. Devo abandonar todas as esperanças, desejos, e apegos e me manter inabalável no claro caminho das instruções do Darma. Devo integrar minha lucidez no espaço não nascido que é como um céu.

གཡ་མ་བདག་ལ་ཆོས་ཉིད་བར་དོ་འཆར་དུ་འདི།

	da						
kye ma	**g**	**la**	**cho nyid**	**bar do**	**char**	**du**	**dir**
Infelizmente!	*eu*	*ao*	*dharmata, atualidade situação original*	*período*	*surgindo (começa a aparecer após a morte)*	*tempo*	*aqui*

Infelizmente! Agora quando o bardo da atualidade está surgindo para mim,

ཀུན་ལ་དངང་མ་མཁྲག་འཇིགས་མ་ཆད་པ་ཡས་ནས།

kun	**la**	**ngang**	**trag**	**jig**	**nang**	**pang jae**	**ne**
tudo	*ao*	*temer*	*medo*	*terror*	*ideias*	*abandono*	*então*

(que surge)

Preciso abandonar todas as noções temerosas e aterrorizantes sobre tudo o que está ocorrendo, e
གང་ཤར་རང་སྣང་རིག་པར་ངོ་ཤེ་བྱ།

gang	**shar**	**rang nang**	**rig**	**par**	**ja**
o que quer que	*surge*	*própria ideia*	**ngo** *lucidez, como reconhece*	**she**	*faz*

Reconhecer que o que quer que surja é a natural radiância da minha própria lucidez.

བར་དོ་འི་སྣང་ཚུལ་ལྟ་པར་ཤེ་པར་བྱ།

	do *bardo*	**nang**	*tipo de*
bar doi		**tshul**	*surgir*

yin par	**she par**	**ja**
como é	*sabe*	*faz*

Preciso saber que este é o modo de aparência deste bardo.

དཀོན་ཆེ་རྒན་འགགས་ལ་ཐུགས་པའི་དུས་གཅིག་འོང་།

don chen	**gag**	**la**	**thug pai**	**du**	**chig**	**ong**
	para		*impacien*	*tem*		
	r	*a*	*te*	*po*	*um*	*vem*

grande significado, o ponto importante

(i.e. muito urgente e precisando ser usado)

Agora quando esse momento muito importante e crucial está chegando

རང་སྣང་ཞི་ཁྲོ་འི་ཚོགས་ལ་མ་འཇིགས་ཞིག།

rang	**zhi**	**troi**	**tshog**	**la**	**ma jig**	**zhig**
nang	*pacífico*	*irado*	*hostes*	*ao*	*sem*	*precisa*
própria					*medo*	*ser*
s ideias,						

minhas própria s noções

Não devo ter medo das hostes de formas pacíficas e iradas que são minha própria luminosidade.

Infelizmente! Agora quando o bardo da atualidade está surgindo para mim, devo abandonar todas as noções temerosas e aterrorizadoras sobre o que quer que aconteça, e reconhecer que o que quer que surja é o brilho natural de minha própria lucidez. Devo saber que este é o modo de aparência deste bardo. Agora, quando este momento tão importante e crucial está chegando, não devo ter medo das hostes de formas pacíficas e iradas que são minha própria luminosidade.

(Leitura alternativa)

Infelizmente! Agora que o bardo da atualidade está surgindo para mim, agora que este momento tão importante e crucial está chegando, não devo ter medo das hostes de formas pacíficas e iradas que são minha própria luminosidade. Devo abandonar todas as noções temerosas e aterrorizadoras sobre tudo o que está ocorrendo e reconhecer que o que quer que surja é o brilho natural de minha própria lucidez. Devo saber que este é o modo de aparência deste bardo

གཡ་ཁམས་བདག་ལ་ས་རྒྱན་པར་བ་ཞུགས་འདིར།

kye ma	**dag**	**la**	**sid pa**	**bar do**	**char**	**Du**	**dir**
infelizmente!	*eu*	*ao*	*possível existência mundana, renascimento*	*período*	*surge*	*tempo*	*agora (i.e. quando isto está acontecendo comigo)*

Infelizmente! Agora quando o bardo do renascimento está surgindo para mim,

འདུན་པ་རྩེ་གཅིག་མ་མཉམ་ལ་བཟུང་བཟུས་ནས།

dun pa	**tse chig**	**sem**	**la**	**zung jae**	**ne**
devoção, anseio		*uni-focada*	*mente*	*em,*	
sustenta	*então*				

(mantendo-se uni-focado em puros pensamentos de dharma e a compreensão da não dualidade)

Preciso manter minha mente focada unicamente na devoção e

བཟང་པོ་ལས་ཀྱི་འཕྲོ་ལ་ནན་གྱིས་འཐུད།

zang po	**lae**	**kyi**	**tro**	**la**	**nan gyi**	**thud**
bom	*carma de*		*surge*	*ao*	*urgente, estende , assiste*	
						encoraja

(Este é o momento de se esforçar por um bom renascimento e para isso, muito carma bom é necessário, então fazer com que somente bons pensamentos emerjam.)

Encorajar fortemente a maturação do meu bom carma.

ངའི་ལས་ཀྱི་དགེགས་ནས་རྒྱ་ལོ་གཏན་ཕར་བ།

ngal	**go**	**gag**	**ne**	**ru log**	**dran par**	**ja**
ventr	*port*	*pára*	*entã*			
e	*a*	*fecha*	*o*	*reverte*	*lembra*	*faz*

(a entrada para os seis reinos)

(volta através dos estágios da originação dependente até a ignorância, e aí transcende-a)

Fechando a porta do ventre eu preciso me lembrar de reverter o processo que leva à existência.

ཉིང་རུ་དག་ནང་དགོ་པའི་དུས་གཅིག་ཡིན།

nying ru	**dag nang**	**go pai**	**du**	**chig**	**yin**
forte, genuíno	*fé, pura visão*	*preciso*	*tempo*	*um*	*é*

Este é um momento em que a autêntica pura visão é requerida, então

མིག་སེར་བ་ཟངས་ནས་བླ་མ་ཡབ་ཡུམ་སྒོམ།

mig ser	**pang**	**ne**	**la ma**	**yab yum**	**gom**
ciúmes/inveja	*abandona*	*então*	*guru*	*com*
sua consorte	*medite nisso*			

(Quando a pessoa se aproxima do ventre de uma mulher que faz amor e está prestes a nascer, ela medita muito fortemente para que o casal seja de fato o seu/sua guru com seu ou sua consorte e desta forma todos os apegos dos desejos são destruídos e o impulso para entrar será superado. Se mesmo assim entrarmos, será por fusão com o seu néctar).

Abandonando todo ciúme e inveja, irei meditar sobre meu guru com sua consorte.

Infelizmente! Agora quando o bardo do renascimento está surgindo para mim, devo manter minha mente em devoção unívoca e encorajar fortemente o amadurecimento do meu bom carma. Fechando a porta do útero, devo lembrar-me de reverter o processo que leva à existência. Esta é a única vez em que uma visão autêntica e pura é necessária, portanto, abandonando todo ciúme, irei meditar sobre meu guru com sua consorte.

(Leitura alternativa)

Infelizmente! Agora que o bardo do renascimento está surgindo para mim, esta é a única vez em que é necessária uma autêntica visão pura, portanto, abandonando todo ciúme e inveja, irei meditar sobre minha guru e sua ou sua consorte. Devo manter minha mente em devoção focada e encorajar fortemente o amadurecimento do meu bom carma. Fechando a porta do útero, devo lembrar-me de reverter o processo que leva à existência.

འཆི་བ་འོང་ཉམ་མེད་པའི་བླ་རིང་པ།

chi wa ong nyam med pai lo ring po
morte vindo impensado, de descrente

Impensadamente, jamais acreditando que a morte irá chegar

དཾ་ནི་མ་དཀཱ་ཚེ་འདི་འཕྲལ་བ་བགྲོད་བས་ནས།

				dru		
don me	**tshe**	**di**	**ja wa**	**b**	**drub**	**ne**
sem sentido, sem valor	*vida*	*isto*	*feitos, atividades*	*feito*	*feito*	*o*
(i.e. ações que não levam ao despertar)				*(i.e. muito, o tempo todo)*		

Passei esta vida constantemente praticando atividades sem sentido,

དཀར་ཕ་ཐུང་ངལ་གྱི་ཕྱིན་འདི་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱི་ལས།

da re	**tong log**	**ja**	**Na**	**dun ma trul**	
agora	*de mãos vazias, sem fracasso e perda*		*agir como isto*		*se*
	qualquer coisa útil				

E agora se eu saio dela de mãos vazias, isto será uma grande perda e fracasso.

དགེ་ཏ་ན་ཤ་ཤ་པ་དམ་པའི་ཆོ་ཡིན་པས།

goe	**nge**	**she pa**	**dam pai**	**cho**	**yin pae**
necessário	*certo*		*compreensão dharma é, portanto*	*santo*	*excelente*

(pois somente ele pode ajudar no momento da morte)

Devo me lembrar de que a necessidade primordial é o santo dharma.
དཏ་ལ་ཏ་ཉིད་དུ་ལ་ཆོ་མ་མི་བསྒོ་དཏ་དམ།

dan ta nyid du lha cho mi jed dam
now, immediately or meditation on the gods not do

Portanto, se agora, neste momento, eu não meditar nas formas divinas ou

དཀྲིན་ཆེན་བླ་མའི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་གསུངས།

drin chen la mai zhal ne di kad sung
bondosa do *guru boca de estas palavras faladas*

Manter em mente as instruções que recebi

བླ་མའི་གདམས་ངག་སེམ་ལ་མ་བཞག་ན།

la mai dam ngag sem la ma zhag na
do guru instruções mente em não ponha se

Da boca do meu muito bondoso guru,

རང་གི་རང་ཉིད་བློ་བར་མི་འགྱུར་རམ།

rang gi rang nyid lu par mi gyur Ram

self por self ludibriado, enganado não tornar ou

Não serei eu o meu próprio enganador?

Impensadamente sem nunca acreditar que a morte virá, passei esta vida na prática constante de atividades sem sentido e agora, se eu sair dela de mãos vazias, isto será uma grande perda e um fracasso. Devo lembrar que a única necessidade é com certeza o santo dharma. Portanto, se agora, neste momento, eu não meditar nas formas divinas ou não tiver em mente as instruções que recebi da boca do meu muito bondoso guru , não serei eu o meu próprio enganador?

བར་དོ་རྩ་མ་པ་དང་ཁ་གཏོ་ཐུ་ཚོ་གར་རྫོགས་ས།

Isto conclui *Os Versos Raiz dos Seis Bardos*, da terma do Karma Lingpa.

Traduzido por C.R. Lama e James Low em Santiniketan, Bengal, India 1978 Revisado por James Low em Junho de 2013

Notas

[1] Refira-se à página 11 do Capítulo 1, da seção intitulada 'Cortando Através, ou Experiência Indireta'.

5

Meditação Vajrasattva
Purificando Todos os Erros e Obscuridades

O Texto

Há seis aspectos neste assunto:

1. A *base* sobre a qual os erros são purificados.

2. Os *erros* a serem purificados.

3. O *método* pelo qual os erros são purificados.

4. Os *resultados* obtidos com a purificação dos erros.

5. As *dificuldades* experimentadas quando os erros não são purificados.

6. Os *benefícios* de se redimir dos erros.

1. A Base sobre a qual os Erros são Purificados

A natureza base original da iluminação (*gZhi*), a budeidade primordial, sempre esteve presente dentro da mente de todos os seres sencientes, assim como o céu claro pode ser coberto por nuvens que aparecem repentinamente, fazendo com que a natureza original pareça contaminada por

diversas noções dualistas e falhas. Mas assim como a natureza original do próprio céu é livre até mesmo da menor falha ou boa qualidade [tais como nuvens ou sol], da mesma forma a presença natural da mente é pura em si mesma, pois as obscurações, idéias falsas e aflições são meramente adventícias.
Portanto, se perguntarmos qual é o modo de existência da base, sua natureza é absolutamente pura, similar a um pedaço de carvão que por ser naturalmente negro, nunca se torna branco.

2. Os erros a serem Purificados

Todos os seres sencientes, todos os que existem nos seis reinos de desejos, nas dimensões com e sem forma, são apanhados na rede de pensamentos ou profanações, decorrentes da crença na dualidade que ocorre repentinamente. Em todas as suas vidas por tempo sem início até agora, desenvolveram as obscurações do carma decorrentes das dez ações não virtuosas, dos cinco erros ilimitados, dos cinco erros similares, dos quatro erros pesados, das oito práticas erradas1 e de tudo o que é naturalmente errado.
Por exemplo, assim como o verdete (n. t. *Camada de cor esverdeada que se forma nas superfícies de cobre ou de latão*) pode surgir na superfície de um espelho de cobre, assim também os traços sutis do obscurecimento daquilo que pode ser sabido se instala sobre a natureza real da base de tudo.

"Tempo, envolvimento, pensamento, objeto, natureza e meios de surgimento são as seis maneiras pelas quais o carma é acumulado".

i. *Tempo*: durante toda nossa vida no samsara sem início até agora, muitos erros foram acumulados.

ii. *Envolvimento*: erros e atividades não-virtuosas foram cometidos por cada um, ecada um encorajou outros a fazer tais coisas e ficou satisfeito com essas más ações cometidas pelos outros.

iii. *Pensamento*: a variedade de pensamentos decorrentes das cinco aflições venenosas da suposição, atração, aversão, orgulho e ciúmes/inveja desenvolvem os muitos erros, que são acumulados.

iv. *Objeto:* erros são acumulados com base na conexão que se tem com esses excelentes objetos, com o guru e com as três jóias - buda, dharma e sangha - e com os pais.

v. *Natureza:* existem lapsos definidos doutrinariamente, lapsos definidos naturalmente e lapsos convencionais.

vi. *Meios de emergência:* os erros e obscurecimentos surgem através do corpo, da voz e da mente da pessoa.

MEDITAÇÃO DE VAJRASATTVA

3. O Método pelo qual os Erros são Purificados

Há quatro aspectos para isso:

a. A potência do campo de atividade.

b. A potência da aplicação efetiva dos antídotos.

c. A potência da renúncia total.

d. A potência de abandonar a volta ao erro.

a. ***A potência do campo de atividade***

Imagino que à minha frente estão todos os meus inimigos e aqueles que estão com raiva de mim. No meu lado direito está meu pai e no meu lado esquerdo está minha mãe. Nas minhas costas encontram-se demônios que trazem problemas. Estamos cercados por todos os seres sencientes, tantos quanto encheria o céu.

No céu, diante da coroa da minha cabeça, repousando sob almofadas de lótus, sol e lua, está o glorioso senhor Vajrasattva que abarca a natureza de todos os budas dos três tempos. Ele é de cor branca, flamejando com infinita luz e esplendor, como uma montanha de neve na luz de um milhão de sóis. Tem um rosto e duas mãos. A mão direita segura um vajra, que simboliza a natureza imutável da lucidez e da vacuidade. A mão esquerda segura sobre a coxa um sino de prata que simboliza a união da aparência e da vacuidade. Está sentado com o pé esquerdo para dentro e o direito ligeiramente estendido, na postura de um Bodissatva e exibe os nove aspectos pacíficos. São eles: é suave, maleável, capaz de todos os movimentos possíveis, fluido, de aparência jovem, transparente, brilhante, relaxado e impressionante. Seu corpo é belamente adornado com os treze ornamentos do sambhogakaya. Estes são a coroa das cinco famílias de budas, brincos, um colar pequeno, um colar médio até o nível do coração, um colar longo até o

umbigo, pulseiras, tornozeleiras, cinta de jóias, corpete superior de seda branca, dhoti de seda multicolorido, faixa amarela, fita multicolorida sob a coroa e lenço longo drapeado sobre os ombros.

No centro do seu coração sobre um disco lunar está a letra semente branca Hung (ཧཱུྃ) que é a essência do seu ser. Ao redor dela, como um colar de pérolas, o mantra de cem sílabas gira. Girando para a direita, o mantra emite inúmeros raios de luz que se elevam como oferendas aos reinos puros e também descem para remover todo o sofrimento nos seis reinos. Desta forma, a própria pessoa é beneficiada e também os outros.

Os raios de luz se reúnem novamente dentro de Vajrasattva e então um fluxo de elixir liberador descende e emerge do dedo grande de seu pé direito. Entrando através da coroa da minha cabeça e a de todos os seres sencientes, ele gradualmente preenche nossos corpos. Todos os atos errados, os obscurecimentos e traços cármicos sutis que temos acumulado desde o tempo sem início emergem como pó de carvão líquido e água fuliginosa, e todas as doenças surgem como sangue e pus. Todos os demônios e forças impuras aparecem na forma de cobras e insetos, escorpiões, girinos e assim por diante.

Todos os nossos obscurecimentos e impurezas aparecem como fumaça e vapor, saem do nosso ânus e descem sem repousar em nenhum dos nove reinos abaixo da superfície da terra. Então eles entram na boca aberta do senhor da morte, *Las-Kyi gShin-rJe*, que foi apontado para esta tarefa por todos os budas dos três tempos. Eles entram também na boca de todos os demônios e criadores de problemas e com

isso eles ficam felizes e satisfeitos. Todas as nossas dívidas pendentes são pagas e todos os causadores de problemas reclamantes ficam satisfeitos. Morte prematura, dificuldades e obstáculos - tudo isso é removido para mim e para todos os seres sencientes. Todas as nossas esperanças e desejos são realizados. Devemos acreditar que todo carma e obscurecimentos dos senhores da morte, todas as doenças e enfermidades, e todos os causadores de problemas são purificados.

Desta forma, somos limpos e purificados pelo fluxo do elixir liberador. Permanecendo nesta situação, deve-se evitar a socialização frívola e as distrações, cessar as conversas mundanas e concentrar-se, como único foco, na recitação do mantra de cem sílabas:

Om Vajrasattva Samayam Anupalaya Vajrasattva Tvenopatistha Dridho Me Bhava Sutosyo Me Bhava Suposyo Me Bhava Anurakto Me Bhava Sarva Siddhim Me Prayaccha Sarva Karma Suca Me Cittam Sreyam Kuru Hum Ha Ha Ha Ha Ho Bhagavan Sarva Tathagata Vajra Ma Me Munca Vajri Bhava Mahasamayasattva Aa

Também podemos usar as letras do mantra como uma forma de expressar brevemente como a base surge na própriabase; ou seja, a compreensão do saber original da expansão da base original:

OM indica a situação-base original da inseparabilidade da modalidade (*sKu*) e do saber original (*Ye-Shes*).

VAJRASATTVA SAMAYAM indica que a situação original de inseparabilidade é o compromisso primordial de Vajrasattva com a natureza de todo samsara e nirvana.

ANUPALAYA indica que eu irei realmente me comprometer em despertar na grande iluminação natural da atualidade primordial que é a verdadeira natureza de Vajrasattva, que permanece como a natureza atual original.

VAJRASATTVA TVENOPATISTHA indica que com esta autêntica experiência a pessoa não deve procurar muito por Vajrasattva, pois desde o início ela sempre permaneceu com ele, sem nenhuma separação real.

DRIDHO ME BHAVA O que é chamado de "eu" ou "self" é a auto confusão da mente, pois a mente não é um objeto passível de ser examinado. Entretanto, quando observado com inteligência autêntica, que é a auto manifestação da sabedoria, a posição original primordial da base fundamental, o coração da iluminação, é autenticamente experienciado, ou é claramente visto, ou é assim que a mente da pessoa se estabelece.

SUTOSYO ME BHAVA O estado de espírito impuro e confuso conhecido como "eu" ata junto [ou seja, reifica] todos os elementos básicos da existência (*skandhas, dhātus, ayutana*). Quando o carma e os obscurecimentos são purificados, assim como o ferro é gradualmente transformado em ouro na alquimia, Vajrasattva fica muito feliz.

SUPOSYO ME BHAVA Com essa pureza, gradualmente todos os muitos objetos percebidos pela mente a partir da

situação "eu" são selados como a auto-expressão do saber original. E assim todas as aparências possíveis são vivenciadas como a infinitude pura dos modos e dimensões dos budas e a face própria da pessoa é alegremente exibida para si mesma.

ANURAKTO ME BHAVA Todos os seres sencientes, aqueles que se identificam como "eu", passaram pelo poder da confusão da reificação. Que possamos realmente nos conectar e receber a sua bênção de poder efetivo e capacidade de acabar com nossas falhas auto-reveladoras e em seguida esvaziar todos os três mundos do samsara.

SARVA SIDDHIM ME PRAYACCHA Por favor, conceda-me as realizações gerais da pacificação dos oito e dos dezesseis medos dentro da situação da lucidez. E também, por favor, conceda-me a suprema realização de obter o nível dos quatro vidyadharas [*vipak, ayush, mahamudra, sahaja*, os mais altos níveis de realização tântrica].

SARVA KARMA SUCA ME CITTAM SREYAM KURU Obtendo tanto essas conquistas quanto o poder sobre o nascimento e a morte, através de uma grande onda de atividade, que eu possa ser capaz de trazer virtude e felicidade aos corações e mentes de todos os seres sencientes.

HUM indica o vajra, a natureza real/atual e imutável da mente de todos os budas.

HA HA HA HA HO indica que o vajra desta mente imutável tem a natureza dos cinco modos [natural, de exibição, manifesto, definitivo e integrado] e os cinco

saberes originais [infinito, como um espelho, da igualdade, da percepção precisa e que tudo realiza.]

BHAGAVAN SARVA TATHAGATA Em relação a essa natureza imutável da mente atual: ela é a presença da verdadeira natureza de todos os budas das várias famílias e, portanto, é o símbolo do modo natural (*dharmakāya*) dos budas.

VAJRA MA ME MUNCA Isto simboliza a qualidade do modo de exibição (*sambhogakāya*) de todos os budas.

VAJRI BHAVA MAHA indica o fluxo incessante de benefícios para os outros que é o modo da manifestação compassiva (*nirmanakāya*) de todos os budas.

SAMAYASATTVA Desta forma, com uma clara compreensão do significado último dos pontos-chave secretos do caminho da perfeição natural, bem neste momento eu me torno um grande ser (*mahasattva*) possuindo a confiança adamantina da liberação do medo.

Aa indica a natureza original que é a base de tudo o que aparece, a natureza não nascida, livre de ir e vir, sair ou entrar.

Estas cem letras representam as quarenta e duas deidades pacíficas e as cinqüenta e oito deidades iradas, e são a essência das cem famílias de deidades pacíficas e iradas. Em essência elas pertencem à família única de Vajrasattva, cujo mantra do coração é composto por estas cem letras.

Assim, tanto a visualização da deidade quanto a recitação do mantra formam o antídoto real que purifica o carma, as aflições e os obscurecimentos de todos os seres sencientes. O som do mantra surge como a manifestação espontânea da compaixão de todos os budas dos três tempos. Ele lava, qual água purificante. Queima como fogo ardente que limpa e purifica. Ele expulsa a sujeira como o vento e tem as qualidades de tudo o que é purificador. Além disso, imaginando que seu corpo inteiro, dentro e fora, é como um recipiente de cristal sendo lavado com água para que toda a sujeira e poeira seja removida, recite este mantra de cem sílabas e o mantra curto (*Om Vajra Sattva Hung*) durante o máximo de tempo que você puder. Em seguida imagine que tudo se dissolve em luz e em seguida se dissolve em você. Você se dissolve em luz e em seguida em Vajrasattva, na coroa da sua cabeça. Ele então se dissolve em sua própria essência do coração (ཧཱུྃ). Os diferentes elementos da letra tibetana Hung vão se dissolvendo até desaparecerem em um arco íris insubstancial. Permaneça na forma da mente natural, a situação de vacuidade livre de conceitualizações.

Finalmente, recite a dedicação ao mérito e as orações de aspiração de acordo com a sua forma de praticar.

Em relação aos sinais de que os erros e obscurecimentos foram purificados: experimentar de fato ou ter a sensação como que em um sonho, seja do jeito que for, de que seu corpo está sendo lavado ou que uma chuva está caindo, purificando as manchas do próprio corpo. Experimentando insetos, vermes, pus, sangue podre saindo do próprio corpo, ou água fuliginosa, óleo brilhante ou vapor emergindo. Experimentando a própria carne se despregando e em

seguida sendo restaurada, ou emergindo de um pântano ou lago. Experimentando luz irradiando do próprio corpo, ou um elixir perfumado exalando do próprio corpo ou do ambiente. Experimentando a si mesma voando no céu ou usando roupas brancas. Se a pessoa tem essas experiências, isso é um sinal de que seus erros e obscurecimentos foram purificados. Portanto, é preciso praticar intensamente até que se obtenha estes sinais.

b. ***A potência da aplicação efetiva dos antídotos***

É importante ser diligente na prática da expiação e purificação, seja de acordo com o *Tantra da Expiação Livre de Manchas,* que ocorre no *Tantra do Elefante Descarregado,* encontrado na tradição aberta (*bKa'-Ma*) do vitorioso perfeitamente iluminado, ou de acordo com o *Modo Supremo do Saber Original* ou outros textos do gênero, que constam nos tesouros profundos de Guru Padmasambhava.

Em geral, é importante praticar a virtude com o próprio corpo, fala e mente, encorajar os outros a praticarem a virtude e serem diligentes no abandono da não-virtude.

Deve-se ser especialmente diligente na prática dos sistemas de desenvolvimento e aperfeiçoamento. Também, permanecendo uniformemente na forma natural da grande perfeição, esta prática final tem o poder de erradicar completamente a ignorância causal da crença em um eu reificado, que é a raiz de tudo o que ocorre nos três mundos do samsara. Isto é como elevar uma lâmpada em uma sala escura e, portanto, os ensinamentos supremos devem ser praticados com diligência.

Além disso, deve-se ser enérgico nos métodos de expiação dos erros, encontrados em diversas práticas como na feição de estátuas sagradas, livros e stupas, na demonstração de respeito à sangha e sendo generoso com os pobres.

c. A potência da renúncia total

Se comesse comida misturada com veneno e depois percebesse isso, você experimentaria um grande medo de morrer devido ao veneno. De modo semelhante, lembrando-se das ações causais errôneas e não virtuosas que já fez, deveria surgir na sua mente um grande receio das consequências. Você deveria pensar da seguinte forma:

"Em todas as minhas vidas durante este samsara sem início, tenho sido um malfeitor que acumulou muitos, muitos erros. Isto é realmente verdade e definitivo. Diante dos que são virtuosos e estão sem erros sinto vergonha, e estes virtuosos também me vêem como uma pessoa vergonhosa. Por isso, com grande culpa e remorso, confesso plenamente e expio os meus erros. O resultado dos erros que cometi no passado é com certeza o de estar sofrendo - e eu terei de passar por isso. Sabendo isto, devo rapidamente confessar e fazer votos para ser puro.

Não tentando esconder estes erros ou mantê-los em segredo dentro da minha mente, confessarei perante o refúgio do meu guru e do buda, dharma e sangha, sem esconder ou manter em segredo nenhum dos erros que cometi no passado, aqueles que cometo agora, e quaisquer outros que eu possa pensar em fazer no futuro. Eu e todos os seres sencientes somos ignorantes e confusos e é certo que iremos experimentar dificuldades devido às ações que empreendemos na nossa confusão. Pelos erros que acumulamos,

pedimos-lhes que concedam o perdão. Todos esses erros acumulados são na verdade ilusórios, por isso, aceite a nossa confissão expiatória e purifique rapidamente os nossos erros e obscurecimentos".

Reze assim repetidamente a partir do coração e faça orações de aspiração.

d. A potência de abandonar a volta ao erro

"A partir deste momento, mesmo que minha vida esteja em jogo, não farei nada de errado ou não virtuoso". É muito importante assumir um forte compromisso para manter firme esta decisão.

Devemos rezar uma e outra vez ao nosso guru e à tríplice jóia até que tenhamos uma clara aspiração de não fazer os atos não-virtuosos que costumávamos fazer, até que o hábito de querer realizá-los não ocorra mais, mesmo em sonho.

Se alguém confessar verdadeiramente usando o poder expiatório desses quatro antídotos potentes, então seus erros e lapsos, grandes e pequenos, serão purificados e não serão repetidos - todos os textos concordam com isso. Mas se não se decidir claramente não fazer essas coisas no futuro, então mesmo que se aplique completamente os três primeiros antídotos listados acima, os erros serão difíceis de serem esclarecidos. Se cometermos agora um único erro, e, sabendo ter os meios para expiar o erro por confissão, dependermos do poder da confissão para apoiar a repetição desse erro, então nunca seremos capazes de limpá-los.

Portanto, pessoas sábias e inteligentes fazem uso dos quatro antídotos expiatórios para limpar todos os erros que cometeram e não cometem mais erros no futuro, e assim evitam problemas. Se fizerem algo muito ruim, o poder da expiação através dos quatro antídotos potentes terá seu efeito diminuído . Se pessoas tolas cometerem até mesmo pequenos erros, então por não saberem como expiá-los, eles sempre os acompanharão e terão de lidar com uma montanha acumulada de erros.

3. **Os resultados obtidos com a purificação dos erros**

Escondida na lama no fundo do oceano está uma jóia, e se essa jóia for recuperada, lavada, seca e em seguida polida, ela emerge como a jóia que cumpre os desejos. Da mesma forma, escondida dentro das obscuridades adventícias das aflições 2 e dos cognoscíveis3 está a terra primordial, a atualidade do coração da iluminação. O método pelo qual ela é liberada4 em seu próprio lugar é através dos quatro antídotos potentes. Se você fizer esta prática essencial com determinação, então, por conta do seu poder, você irá entender o processo da sua mente, que é a base para o reconhecimento do saber original. Então a compreensão irá continuar a se desenvolver e até mesmo as mais sutis obscurações serão purificadas. Suas boas qualidades aumentarão e todos os obstáculos no caminho para o budismo serão pacificados. Percorrendo as dez etapas e os cinco modos, você alcançará a segurança primordial.

5. As dificuldades experimentadas quando os erros não são purificados

De modo geral, o comportamento dos seres comuns contém tantas ações causais não virtuosas que parece que os erros são insignificantes demais para se acumularem. No entanto, eles se acumulam gradualmente, assim como os grandes oceanos são formados pelo acúmulo de pequenas gotas de água. Assim, vamos acumulando uma massa de erros fazendo com que giremos em volta do samsara de novo e de novo, descendo cada vez mais até nos movermos apenas nos três reinos mais baixos dos animais, fantasmas famintos e infernos. A partir daí é muito difícil subir até os três reinos superiores, quanto mais obter a libertação.

6. Os benefícios de se expiar os erros

No momento, vivemos sob o poder do nosso descuido anterior, devido ao qual acumulamos erros e falhas. No entanto, agora e no futuro, pelo poder de sermos cuidadosos, podemos fazer confissões completamente expiatórias, de forma que mesmo que tenhamos cometido os cinco graves erros sem limites, ainda assim seremos libertados - isto foi ensinado pelo Buda. Para isso, os exemplos de Ananda, Angulimala, Sudarshana e Nanda são frequentemente dados.

De acordo com esta explicação, pessoas inteligentes que fizeram pouca prática anterior de Darma, ou que têm poucas esperanças de ganhar alguma experiência ou realização significativa com a meditação, devem tomar como sua primeira busca no Darma esta prática da purificação dos erros. Assim suas qualidades emergirão automaticamente, como quando a ferrugem é removida de um espelho de ferro. Portanto, é muito importante realmente manter em mente este sistema eficaz .

Notas

[1] Os detalhes destas categorias de limitações são apresentados no Capítulo 1 do *Simplesmente Ser*.

[2] A obscuridade das aflições faz referência ao poder delusório da imersão na estupidez, na atração e na aversão, e todas as aflições que derivam delas.

[3] A obscuridade dos cognoscíveis refere-se ao poder delusório da identificação com conceitos, e a confiança neles. Isso leva à experiência de se estar vivendo em um mundo constituído de entidades reais, pensadas pela pessoa.

4 É liberado de obscuridades que nunca o obscureceram. Primordialmente livre e puro, ele permeia todos os seres. No entanto, para a pessoa, em sua ignorância, é como uma essência dentro de si que precisa ser liberada das impurezas ludibriadoras.

Padmasambhava Se Apresenta

O Rei Trisong Detsen (*Khri-Srong lDeu-Tsan*) pensou,

"Eu sou o rei de todo o Tibete. Até mesmo o grande Acharya Shantarakshita se curvou diante de mim. Então agora o Acharya Padmasambhava deveria curvar-se diante de mim".

Então Padmasambhava se apresentou:

"Saudação ao Guru e ao Buda, Dharma e Sangha. Ouça-me, Rei Tibetano!

Eu sou Padmasambhava, o filho de todos os Budas do passado, do presente e do futuro. Adquiri mérito por muitos kalpas, vastos períodos de tempo. Devido a isso, tornei-me o Buda Padmasambhava.

Eu entendo toda a filosofia budista. Estudei todos os ensinamentos reunidos, todos os Pitakas e Agamas.

Trago comigo todos os Ensinamentos Mahayana. Eu sou o puro Dharma Padmasambhava.

Tenho a maestria de todas as práticas e ensinamentos de todos os caminhos. Externamente, uso as vestes de um monge. Internamente, eu sou um iogue do mais alto veículo do mantra anuttara. Sou Sangha Padmasambhava.

A visão, as práticas e os ensinamentos do dharma estão comigo. Meu conhecimento é maior que o nirvana. Meu veículo é maior que o samsara. Estou atento às causas e efeitos e não realizo nenhum pecado ou atividades não hábeis. Portanto, sou o Guru Padmasambhava.

Tenho ensinamentos que sempre produzem bons resultados para aqueles que entram em contato com eles. Explico tanto o sentido literal quanto o espiritual da linguagem e de todos os livros. Portanto, sou um amigo espiritual, o Kalayanmitra Padmasambhava.

Minha posição me permite dar instruções sobre a natureza da virtude e da não-virtude. Visto-me com as vestes do saber intrínseco. Tenho em minhas mãos a tigela dos cinco modos de ser iluminado. Sou o Abade Padmasambhava.

Dou conselhos sobre o alcance do equilíbrio e da radiância infinita do nirvana a todos os seres vivos. Resido nas meditações dos estágios do desenvolvimento e da conclusão. Sou o grande praticante Padmasambhava.

Dou o mesmo conselho para a experiência meditativa quanto para a experiência pós-meditação. O samsara e o nirvana encontram-se ambos dentro da mandala do Buda. Para mim os estágios de desenvolvimento e contemplação são iguais. Sou o 'mestre da visão' Padmasambhava.

Tenho a maestria das instruções dos estágios de desenvolvimento e conclusão e controlo as essências vermelha e branca. Com meu conhecimento, posso calcular as causas e efeitos cármicos. Vejo a relação entre todos os eventos. Sou o iogue Padmasambhava.

Tenho a compreensão não-dual expressa nos ensinamentos do Buda. Aos que sofrem com as cinco aflições, dou o remédio do conhecimento para que se recuperem. Aqueles que eu reavivo ganham de mim o elixir da instrução secreta. Sou o Guru da Medicina Padmasambhava.

Na visão opaca das pessoas comuns, exibo clareza e vacuidade. Sou o artista Padmasambhava, e no suave papel da mente expresso a integração da espaçosidade, da lucidez e da claridade sem conceitos ou linguagem. Para isso, tenho comigo instruções religiosas sem letras[1]. Deste modo, sou o escriba Padmasambhava.

Para as pessoas nascidas nas quatro direções faço previsões sobre o futuro. Tenho o conhecimento do futuro e posso revelá-lo. Tenho todas as instruções religiosas - o que quer que qualquer pessoa requeira. Como as cinco aflições tornaram-se os cinco inimigos, os

dissolvo nos cinco saberes intrínsecos. Deste modo, sou o mágico Padmasambhava.

Possuo os meios para afastar as cinco tribulações. Sem abandonar os prazeres dos cinco sentidos, eu os integro no caminho religioso. Desfruto deles com a ajuda dos cinco saberes intrínsecos. Deste modo, sou o Bon-Po Padmasambhava.

Tenho comigo instruções sobre como transformar sinais não auspiciosos em bons sinais. Coloco os seres dos seis reinos no reino da alegria. Subjugo todas as oito classes de espíritos, incluindo os deuses locais. Deste modo, sou o rei Padmasambhava.

Tenho instruções que irão disciplinar os seres dos três mundos. Conheço a natureza do carma deste mundo. Trago paz aos corações de todos os seres. Sou, portanto, o ministro Padmasambhava.

Tenho comigo instruções para transformar os não religiosos na direção do dharma. Trabalho até que todos os seres atinjam o nirvana. Trabalho pelo nirvana. Só vejo as Três Jóias e nenhuma outra. Sou, portanto, o Três Jóias Padmasambhava.

Tenho comigo conselhos para alcançar o nirvana na hora da morte. Trabalho pela felicidade do nirvana. Tenho comigo instruções que podem pôr fim à ilusão e à confusão. Com a arma do amor e da compaixão, posso matar a percepção dualista. Sou o herói Padmasambhava.

Tenho comigo os meios para acabar com as aflições. Dou três tipos de presente: Ensino o Darma, dou caridade e apoio àqueles em dificuldade. Estabeleço no Dharma todos os discípulos afortunados. Deste modo, sou o velho Padmasambhava.

Uso a armadura tripla da tolerância: Não considero o inimigo como inimigo, considero o sofrimento como alegria, conheço a verdadeira natureza do Dharma e consigo suportá-la. Destruo a ilusão do sofrimento. Sou o jovem Padmasambhava.

Tenho comigo ensinamentos que podem estabelecer na ilusão os quatro Maras3 obstruidores. Habito a citadela das três meditações: a de ter avaliação e intenção na meditação, a de ter avaliação mas não intenção, a de não ter intenção nem avaliação. Assim, sou o adolescente Padmasambhava.

Tenho comigo ensinamentos para acabar com todo mal e posso ver com os olhos das três sabedorias: a sabedoria mundana, além da sabedoria mundana e além da grande sabedoria mundana. Bebo do leite da atualidade/do verdadeiramente real e do saber intrínseco. Assim, sou a criança Padmasambhava.

Tenho comigo ensinamentos com os quais é possível sentar-se e dormir e meditar, e assim obter a liberação. Todos os seres dos três reinos são impermanentes. Obtive o nível do vidyadhara imortal, e sou, portanto, o imortal Padmasambhava.

Trago comigo ensinamentos que são chamados de instruções secretas sobre a prática da indestrutibilidade. Meu corpo não tem conexão alguma com os quatro elementos. Meu corpo não nasceu de carne e osso; portanto, sou o não nascido Padmasambhava.

Trago comigo ensinamentos de Mahamudra. Meu corpo é o corpo vajra indestrutível, portanto, não é passível de envelhecimento ou de ser destruído. Minha bodhicitta não tem princípio ou fim, e sou então o sempre-jovem Padmasambhava.

Trago comigo ensinamentos para pôr fim ao sofrimento. O corpo de homens jovens pode ser estragado por doenças. Uma saúde radiante também pode ser destruída por doenças, mas eu sou o Padmasambhava sem qualquer doença.

Tenho comigo os ensinamentos da grande completude, Dzogchen.

Você, Rei Tibetano, permanece em um país bárbaro sem nenhuma religião. Você tem um corpo vermelho e seu país é habitado por demônios rakshasa. Você é o Rei deste país. Você acha que se tornou muito grande neste mundo. Você está cheio de apego e de auto-apreço. O apego por si mesmo como sendo realmente existente e importante é a causa do seu nascimento neste mundo. Seu corpo tem as cinco aflições como ornamentos. Você é o senhor do Tibete, mas permanece em uma terra não-virtuosa. Seus servos e as pessoas comuns, todos eles comem carne. Você tem todos os tesouros da não virtude. Ao vê-lo, não me sinto feliz e alegre.

Sua esposa tem a aparência de um ser humano, mas na verdade é uma demônia. Todas as que a acompanham são moças demoníacas de aspecto preto e vermelho. Elas têm ouro, seda e outros ornamentos em seus corpos, mas não transmitem nenhuma sensação de alegria e beleza.

Ó Rei! Você só se sente feliz porque é Rei. Qualquer um que se torne seu súdito irá querer morrer. Você é muito imponente e exige respeito, até mesmo de mim. Não me curvo diante de ti.

No entanto, por conta de suas ações passadas, vim aqui ao Tibete Central a seu convite. Ó Rei! Venha aqui. Não me curvo diante de ti, mas me curvo diante de uma de suas túnicas".

Assim dizendo, Padmasambhava levantou um dedo de sua mão direita. O poder mágico que irradiava desse dedo queimou todas as vestes do Rei. Vendo isto, todas as pessoas se curvaram diante dele, em respeito.

Padmasambhava disse ao Rei que, para limpar todos os pecados cometidos por seu corpo, deveria construir cinco estupas. O Rei as construiu conforme instruído.

Então, no primeiro dia do primeiro mês da estação de outono, o rei Trisong Detsen convidou Padmasambhava para ir ao Mosteiro Samye. Quando lá chegou, Mahacharya Padmasambhava recebeu um assento dourado ao lado direito do Rei. Do lado esquerdo, um assento prateado foi dado ao Acharya Shantarakshita. Mahacharya Padmasambhava vestiu um manto de cor marrom. Foi-lhe

ofertado comida e bebida e muitas outras oferendas. Ele também recebeu ouro, jóias e outros itens preciosos. Então o Rei explicou que não conseguiu completar a construção do Mosteiro Samye:

"Guru, manifestação divina, estou sofrendo com muitas dificuldades". O povo do Tibete também sofre". Portanto, para afastar o sofrimento, um mosteiro deve ser construído. Para ensinar o budismo um templo deve ser construído. Por favor, lance as bases para que seja possível construí-lo nesta terra".

Padmasambhava concordou. Ele disse que a terra do Tibete lembrava um demônio rakshasa deitado no chão. Portanto, um mosteiro de nove andares devia ser construído. Nas mãos e pernas do demônio rakshasa, um total de cento e oito stupas deviam ser construídas. No umbigo do demônio rakshasa devia ser construída uma estupa. Ele lhes disse que na aldeia Magro havia um rei Naga, Magrochen, que devia ser adorado na beira da aldeia, onde os riachos se encontram.

Estas instruções garantiram que o dharma fosse estabelecido no Tibete.

Notas

[1] Ou seja, instruções que não podem ser faladas ou escritas.

[2] As aflições, a morte, o desejo e a inflação do ego.

7

Padmasambhava:
Significativo de ser Contemplado

A princesa Mandarava chegou ao Tibete quando estava sendo realizada uma recepção para Padmasambhava. Ela o elogiou com as seguintes palavras:

"Oh Grande Mestre! Quando ensina para o bem do mundo, você coloca um chapéu com cinco pontas. Isto indica que a iniciação nos cinco kāyas[1] - os cinco modos de iluminação - foi alcançada, e os cinco ramos do saber[2] foram plenamente dominados.

A ponta no centro do seu chapéu é azul, o sinal do saber intrínseco da hospitalidade infinita (*dharmadhātujñāna*). Na frente está uma ponta branca, sinal do saber intrínseco em forma de espelho (*adarshajñāna*). À esquerda[3] a ponta amarela, sinal do saber intrínseco da uniformidade aberta (*samantajñāna*). Na parte de trás está a ponta vermelha, o sinal do saber intrínseco que discerne (*ratyaveksanajñāna*). À direita está a ponta verde, sinal do saber intrínseco da realização (*krtyanusthanajñāna*).

Para o bem do mundo, você demonstra os sinais das quatro atividades da pacificação, do desenvolvimento, da supressão e da destruição.

Seu chapéu tem imagens de três cabeças, uma cabeça caveira, uma cabeça seca e uma cabeça fresca, como um sinal de que você dá ensinamentos ilimitados. Seu chapéu é adornado com jóias, um sinal de que você é honrado nos três reinos4.
Tem um vajra dourado preso a ele como sinal da sua indestrutível meditação. Tem um diadema com símbolos nas cinco cores e borlas fixadas a ele, um sinal do bem que faz no mundo, com os cinco saberes intrínsecos. Seu chapéu é decorado com penas da garganta de um abutre, um sinal da união entre a sabedoria (*prajna*) e os meios hábeis (*upaya*). No topo do chapéu, de pé, está uma pena da cauda de um pavão, um sinal da inseparabilidade da clareza, da amplitude (*dhātu*) e da lucidez (*vidya*). Ela detém símbolos dourados do sol e da lua, um sinal de que você afasta a escuridão e a ignorância (*avidya*) do mundo. Pedaços de pele de veado foram dobrados nos cantos como um sinal de que você emprega tantra e sutra para o bem do mundo. As bordas do chapéu são pendentes, como um sinal de que você vê a natureza da atualidade.

Padmasambhava, quando seu corpo é visto, você se parece com o Tathagata. Você permanece em incessante meditação profunda (*samadhi*). Seu corpo é branco com uma tonalidade vermelha, mostrando que você é cheio de felicidade perfeita. Seus olhos estão focados para frente, um sinal de estar integrado no espaço infinito (*dharmadhātu*). Seu rosto está sorrindo e você tem belos dentes, um sinal do cumprimento da ação tântrica. Sua voz ensina com os sessenta tons de

Brahma5, um sinal de que você traz alegria a todos os seres dos seis mundos6.

Cinco ventos7 saem de seu nariz como sinal de que você está completamente livre de toda elaboração conceitual. Em seus ouvidos você usa argolas douradas com sinos como sinal da comunicação direta com todos os budas. Seu cabelo é preto e amarrado, um sinal de estar livre de toda perturbação. Você se senta em postura de lótus como sinal do cumprimento dos cinco caminhos (*marga*) e dos dez estágios (*bhumi*). Sua mão esquerda segura um crânio-recipiente (*kapala*) como sinal do desfrute dos prazeres do mundo. Em sua mão direita você segura um vajra como sinal da sua prática de vacuidade abençoada (*ananda śūnyatā*).

Na dobra da sua mão esquerda há um cajado de madeira de árvore d'água8, como sinal de que você une e aperfeiçoa todos os dharmas em um só veículo (*yana*). No meio dele há um nó na forma de um leviatã (*makara*)9 como sinal da preservação do dharma pelas quatro assembléias10. No topo desse cajado há um vajra com cinco pontas, como sinal da liberação dos quatro tipos de nascimento11. Tem nove cabeças como sinal da meditação nos oito grandes cemitérios. Tem uma capa de cinco cores como sinal da integração da vacuidade com os cinco saberes intrínsecos12. Pequenas faixas em ouro, prata, ferro e cobre encontram-se em torno dele, como sinal do uso do mantra como meio de beneficiar o mundo. Um tridente é fixado a ele como sinal de sua estabilidade de corpo, voz e mente. No topo do tridente há traços de três olhos, como sinal de ver a abertura da

atualidade. Nele, oito anéis de ferro estão pendurados, como sinal da purificação das oito consciências13.

Em seu corpo você usa um manto, um sinal de prosperidade decorrente da sua prática. Ele é adornado com fios vermelhos, amarelos, brancos e verdes, um sinal da clareza que surge do modo natural de iluminação (*dharmakāya*). A cor do manto é azul, e é costurado com um fio dourado, como sinal da imutável infinitude expansiva (*dharmadhātu*).

Padmasambhava, você nasceu no topo de uma flor de lótus em um lago, o que é sinal de um estado livre de qualquer limitação mundana. Arco-íris rodeiam você nas quatro direções, um sinal da dissolução dos componentes (*skandhas*)14 e da realização da budeidade. Em sua comitiva você tem muitos valorosos professores, um sinal do seu dom de amadurecer seus afortunados discípulos. Seu corpo foi elogiado como tendo os trinta e dois sinais maiores e os oitenta sinais menores do corpo de um Buda".

Mandarava perguntou a Padmasambhava:

"Como poderiam as pessoas do futuro que você ainda não viu, remover suas trevas mentais? Como poderiam adquirir méritos através da generosidade? A quem devem oferecer seus serviços? Quem removerá a tristeza do mundo? Quem trará felicidade a este mundo? Quem continuará sua sucessão? Por favor, diga-nos quem virá depois de ti, no futuro, para nos ajudar"?

Padmasambhava disse :

"Ouça, deusa que assumiu a forma humana. No futuro, as pessoas irão adorar minha imagem e isto removerá a tristeza do mundo".

Ao fazerem imagens de mim, o dharma vajrayana que mostra os três modos de iluminação triunfará.

Ao prestarem homenagens à imagens de mim, os desejos do povo serão realizados como se fossem a jóia que realiza desejos.

Ao recitarem orações para mim diante de minha imagem, o verdadeiro valor será alcançado.

Ao adorá-la com a atividade de seus cinco sentidos, seu bem-estar será assegurado.

Ao oferecerem água com remédios nela à minha imagem, as doenças de seus corpos e todos os inconvenientes corporais desaparecerão.

Por agirem como sacerdotes em relação à minha imagem, será obtida a liberdade dos fantasmas e dos infernos e todos os méritos necessários serão adquiridos.

Construindo templos para imagens de mim, seres sábios nascerão.

Ajudando a fazer imagens, haverá o ensino do Darma.

Ao oferecerem um lugar para a confecção de imagens, se tornarão habilidosas nos cinco tipos de saberes.

Ao doarem argila para a produção de imagens, os méritos aumentarão.

Ao oferecerem roupas para minha imagem, ganharão conhecimento como um ornamento para si mesmos.

Ao oferecerem um assento de lótus para minha imagem, almofadas belas e macias serão obtidas.

Ao limparem o pó das minhas têmporas, ganharão uma bela forma.

Ao adorarem minha imagem com água, seus corpos serão limpos e bonitos.

Ao oferecerem serviço ou adoração à minha imagem, serão obtidos milagres.

Ao adorá-la com lâmpadas, serão inteligentes e a escuridão da ignorância desaparecerá.

Ao adorarem minha imagem com jóias, a pobreza desaparecerá e elas ficarão ricas.

Adorando-a com incenso, ficarão perfumadas.

Adorando-a com medicamentos, as doenças desaparecerão e elas serão imortais.

Ao oferecerem as cinco substâncias preciosas15 à minha imagem, sua tristeza desaparecerá.

Ao oferecerem água para sua limpeza, lugares puros serão estabelecidos.

Ao proverem ofertas de alimentos, a fome desaparecerá e o prazer surgirá.

Ao oferecerem legumes, serão limpas e a pureza será atingida.

Ao oferecerem leite e ghee, irão entrar nos reinos dos desejos.

Ao oferecer mel e açúcar, irão ganhar tudo o que desejam.

Ao oferecerem objetos visuais, seus méritos aumentarão.

Ao oferecerem riquezas, roupas e ornamentos serão obtidos.

Ao oferecerem um gongo, terão uma voz doce.

Ao oferecerem pequenos gongos, serão poderosas.

Ao oferecerem prostrações, ganharão liberação nesta vida.

Ao aplicarem cor dourada à minha imagem, se tornarão príncipes.

Aplicando a cor prata à minha imagem, se tornarão rainhas.

Aplicando goma laca à minha imagem, o mais belo cavalo nascerá para elas.

Aplicando a cor cobre à minha imagem, se tornarão ministros do governo.

Aplicando a cor vermelha à minha imagem, receberão jóias.

Oferecendo a seiva das árvores, obterão a roda do imperador universal.

Ao oferecerem sete jóias, poderão ver o modo de desfrute da iluminação, o sambhogakāya.

Ao escreverem e lerem minha história de vida, entenderão plenamente o significado do espaço infinito e da lucidez.

Ao instalarem imagens, guerras, doenças, calamidades, etc., desaparecerão. As imagens de Padmasambhava emitirão luz.

Para o benefício das gerações futuras, essas imagens são como a jóia que realiza desejos.

Os que são como meus filhos devem rezar para mim. Vocês devem fazer circular minha imagem com um

coração puro. Se rezarem para mim, estarão livres da tristeza causada por fantasmas, e viverão com prazer.

Os que são pobres, devem rezar para mim. Essas pessoas irão ficar ricas.

Aquelas cujos desejos não foram realizados devem rezar para mim, pois então seus desejos serão realizados".

Notas

[1] Os cinco kayas (*sKu-lNga*) são o dharmakaya, o sambhogakaya, o nirmanakaya, o vajrakaya e abhisambodhikaya.

[2] As artes, a gramática, a medicina, a lógica e o dharma.

[3] Esquerda e direita conforme parece para um observador olhando de frente.

[4] Os reinos do desejo, da forma e da ausência de forma.

[5] Diz-se que Brahma tem uma voz cujos tons trazem múltiplos mundos à existência.

[6] Os mundos dos deuses, dos deuses ciumentos/invejosos, dos humanos, dos animais, dos fantasmas famintos e dos seres infernais.

[7] Os ventos que controlam a deglutição, a respiração, a digestão, a excreção e a energia.

[8] Madeira de árvore d'água é madeira sem núcleo, e pode se referir ao bambu ou à bananeira, mas neste caso se refere à palmeira negra [Borassus flabellifer] que é muito dura e não absorvente, apesar de ter um núcleo macio.

[9] Esse monstro marinho pode engolir qualquer coisa, e é um símbolo da vacuidade.

[10] Monges, arhats, monjas e leigos, homens e mulheres.

[11] Útero, ovo, calor e umidade, e milagroso.

[12] Veja a descrição no parágrafo 3 deste capítulo.

[13] De ver, ouvir, cheirar, tocar, provar, mentação, mentação aflitiva, a base de tudo.

[14] Forma, sentimentos, percepção, suposições e tendências, e consciência.

[15] Ouro, prata, turquesa, coral e pérola.

8

As Profecias de Padmasambhava

Padmasambhava providenciou para que as Doutrinas do Tesouro (*gTer*) fossem escondidas para que pudessem ser reveladas mais tarde, quando os maus sinais e as

calamidades do Kali Yuga, a atual época escura e degenerada, aumentassem.

"Quanto às ocasiões em que os tesouros serão revelados pelos reveladores de tesouros devidamente nomeados, os Tertons (*gTer-sTon*), aparecerão na época das calamidades e no momento da derrocada dos Reis, quando os súditos se tornaram infelizes e o país está em declínio.

Devido à raiva, guerras acontecem. Devido ao desejo, o país enfrenta maus tempos. Devido à estupidez extrema, a doença aparece. Todos se tornam infelizes. Nesse momento um mestre aparecerá e ensinará sobre mantras, rituais, astrologia e medicina. Esses ensinamentos serão revelados a partir de tesouros escondidos, e serão utilizados quando e conforme for necessário".

Por exemplo,

"Em Lato, no Tibete Ocidental nascerá um Terton quando houver calamidade e doença.

Na fronteira do Tibet e do Nepal, nascerá um Terton, quando homens forem queimados nas florestas.

Em Khenke no Lendo nascerá um Terton, quando houver disputas dentro do templo nos anos do cão e do pássaro.

Em Manyul um Terton nascerá quando o céu se tornar vermelho e chuva vermelha cair por dezoito meses, causando seca.

Em Shot Shun um Terton nascerá quando muitas pessoas morrerem e não houver lugar para enterrá-las".

Padmasambhava fez as seguintes previsões em relação aos maus sinais que iriam surgir:

"No Tibet, devido à guerra travada pelos mongóis, partes do Tibet ficarão sob ocupação mongol. As pessoas começarão a trajar armaduras de ferro.

Entre duas seitas haverá brigas e a religião enfrentará uma cisão.

O teto do templo construído por Tri Ratna será soprado pelo vento e os raios do sol entrarão no templo.

A capital da China será tomada pelo povo Tai Ching. O budismo tibetano prosperará e o prestígio do governo tibetano aumentará.

Nesse momento, o povo tibetano adquirirá armas e o trono irá para as mãos do povo.

No Alto Tibete, as tendas desaparecerão com o vento. Nesta época no Tibete haverá três seitas [Nyingma, Kagyu, Sakya]. O budismo se espalhará por meio dos ensinamentos do Buda e dos ensinamentos dos tesouros revelados.

As pessoas religiosas irão atuar as aflições [estupidez, raiva, desejo, ciúmes/inveja, orgulho]. Pela propagação do falso dharma, o budismo será destruído.

Em todos os locais de peregrinação, serão construídas fortalezas. Em Lhasa, no cume da colina vermelha, haverá um templo [Potala]. O lago perto da colina vermelha secará e se cobrirá de areia.

Dizendo: "*Eu sou a encarnação de Padmasambhava*", as pessoas praticarão um falso dharma.

O povo do sul do Tibete terá de deixar seu país. Leigos irão recorrer à magia. Aqueles que praticam sadhanas tântricas também irão praticar magia. Quando os seres humanos morrerem, haverá ofertas de livros. Quando as pessoas se mudarem de aldeia em aldeia, terão de ir em grupos.

O Tibete será quebrado em pedaços e os lugares de peregrinação serão propriedade de muitos grupos. O Rei de Purang irá exigir ouro do Tibete1.

O povo tibetano irá começar a traduzir textos indianos mesmo sem ir à Índia. Os melhores estudiosos do Tibete serão levados para a Mongólia. Dentro do Tibete haverá escuridão e em outros países haverá luz. O dharma tibetano e sua fortuna decairão.

A seita Sakyapa virá para o Tibete com soldados mongóis.

Quando o tambor de guerra for tocado, as pessoas jogarão fora seus tesouros, inclusive o ouro.

Dentro do templo, oferendas para os deuses serão dadas aos cavalos. A aldeia Zho-Long arderá em fogo. Na aldeia de Pal-Trog, serão usados canhões.

Na aldeia de Silne, uma árvore com a forma de um homem surgirá. No vilarejo de Manda, pedras para fazer espelhos aparecerão.

Os reis começarão a alimentar o povo mongol. O povo mongol fará de um ancião monge um general.

Sakya e Ting acabarão estragando seu poder devido à luta prolongada.

Dia após dia os tempos irão se tornar cada vez mais problemáticos. Alguns iogues se tornarão abades e, indo para as aldeias, darão iniciação e irão esconder garotas. Como resultado de brigas, mortes serão causadas indiretamente.

O falso budismo irá emergir. O mal surgirá como religião. Falsos remédios serão feitos e isso irá abreviar a vida. A nova astrologia estará cheia de erros.

A religião do Tibete se tornará uma espécie de esporte. Os leigos também irão pregar. Os leigos dirão que não há diferença entre um iogue e um leigo. As pessoas não ligadas à religião começarão a pregar.

As cinco não-fiabilidades 2 emergirão. Tudo irá se tornar não-confiável. Muitas doenças aparecerão e as pessoas descartarão seu traje local.

No Tibete, as pessoas usarão novos tipos de roupas. Praticarão diferentes formas de religião. Nos mosteiros, todas as imagens irão se estragar.

Na aldeia Sakya, nascerá um veado e, devido à má sorte, esse veado virá e matará seres humanos.

Como resultado de disputas, iogues morrerão e a estupa de pedra perto do Mosteiro Samye, construído na época de Padmasambhava, será destruída.

Mesmo sem praticar rituais de meditação, as pessoas irão afirmar serem praticantes de tantra. Muitos afirmarão ter tido conquistas. Mesmo sem terem recebido iniciação eles mesmos, iniciações serão oferecidas aos outros.

No Tibete Central, as pessoas irão se unir e assim os Sakya e os mongóis ficarão com medo. O mal e os demônios irão reinar supremos.

Nascerá um rei pecador. Phag-Mo, enquanto rei, conquistará o Tibete Central e Oriental e construirá cento e oito fortalezas.

Mongóis e Sakyas lutarão uns contra os outros e os mortos serão enterrados nas aldeias Bi e Tsang. Estrangeiros virão, Phagmo e Drigung lutarão junto com os estrangeiros e os vilarejos Bi e Tsang serão divididos. Crânios humanos serão tirados de dentro da estupa por cães[3].

Ken e Tong do vilarejo Tsang lutarão entre si.

Depois disso, Relong e Tsulong serão ocupados por soldados.

Nascerá um homem. Ele trará soldados estrangeiros para o Tibete. Ele introduzirá a luta entre amigos.

A falsa religião prevalecerá. O prestígio dos homens e dos deuses diminuirá no Tibete.

Na colina da aldeia de Kharak, haverá uma vigilância rigorosa entre as pessoas.

Na aldeia de Ngagmat, um forte será construído. Cento e dezesseis oficiais militares se reunirão em Tsalong.

Em Yanlong, haverá um acantonamento militar. Em Tangtok, dois tipos de militares irão morrer.

Em Genphu, os soldados de Phagmo Drupa (*Phag-Mo Gru-Pa*) chegarão. Na província de Toklong, o mesmo contingente militar virá e todos os lugares serão ocupados.

Em Phagningshe, será construído um forte. Em Ladakh, haverá um festival de veneno. No Tibete, os indianos Kamaripa e Vimala virão e adorarão imagens de Buda em Lhasa.

As pessoas da aldeia se abrigarão nas colinas, e haverá calamidade.

No Tibet Central, haverá um festival e o templo de Hepun pegará fogo.

O mundo estará cheio de problemas. Não haverá paz.

Assim como o sol brilha após a chuva, um grande homem aparecerá na forma de um Terton, e levando 'ter' [tesouros], ele fará bem ao mundo. Em uma década, apenas um Terton surgirá. Algumas vezes grandes Tertons surgirão, outras vezes surgirão Tertons pequenos".

Padmasambhava falou sobre as indicações para a revelação de um tesouro ser apropriada ou não.

"Pessoas justas cometerão pecados.

(*n.t: algumas previsões no tempo presente, no texto original*)

Pessoas usam cobertores pretos feitos com cauda de iaque.

O exterior dos mosteiros é cercado por soldados.

Os centros de retiro são queimados com fogo.

Pessoas fazem comércio com os ditos e livros do Buda.

Pessoas usam livros de dharma para pagar compensações por terem batido em pessoas.

Iogues trabalham para soldados e vestem armaduras de ferro, enquanto grandes santos se tornam generais.

Bhikshus são mortos.

Campos de batalha são preparados em lugares de peregrinação.

Todos os locais de retiro tornam-se cidades.

Tântricos brigam entre si.

Veneno é colocado na comida para matar pessoas.

O chefe não mantém sua palavra.

O herói parece um esportista.

O Tibete inteiro será dividido, como fragmentos de armadura de ferro.

Pais e filhos irão brigar entre si.

Parentes batem um no outro.

Fantasmas e espíritos são adorados.

Ladrões assombram as estradas e roubam as coisas dos outros.

Espíritos malignos entram no corpo de pessoas do sexo masculino.

Rakshasa [demônios canibais] penetram no corpo de pessoas do sexo feminino.

Fantasmas convidados irão entrar no corpo de crianças.

Todos os seres ficarão sob o poder de demônios [mara].

Todos os oito grupos de espíritos, como os devas [deuses mundanos] e rakshasas [demônios canibais], lutarão entre si. Por esta razão, as pessoas irão padecer de doenças.

Neste momento, três coisas irão acontecer:

Será impossível manter os minerais dentro da terra.

Os tesouros Tri Ratna [Buda, Dharma e Sangha] não poderão ser mantidos. O dharma está estragado e os devotos não podem fazer nada.

Sem fazerem sua própria prática pessoal, as pessoas darão instruções aos outros".

Após a morte da filha da rainha, Padmasambhava contou ao rei Trisong Detsen sobre esses eventos futuros.

"Este grande mosteiro construído pelo rei será destruído". O Rei morrerá no sexagésimo ano da vaca. No final, o povo mongol virá ao Tibete. O budismo terá vicissitudes e o Tibete sofrerá de tempos em tempos".

O Rei pediu:

"Quem irá tomar este trono?"

Padmasambhava lhe disse:

"Após cento e vinte anos, as regras do Rei Chinkun serão observadas no Tibete. No final, os Chinkun irão brigar entre si e os chineses virão. Do país Manchu, a encarnação de Manjushri reinará por algum tempo. Como em Sadia, os chineses virão, cavando a terra. No Yarlong haverá uma encarnação de Vajrapani. No ano da vaca, os mongóis virão novamente ao Tibete. Todo o Tibete oriental será conquistado por eles.

Se eu disser demais, vocês se sentirão tristes. Se as dezesseis cidades forem destruídas, haverá um pouco de paz. O palácio chinês será destruído por quatro demônios bhuta. A vida do povo não será segura. Propriedades não serão rastreadas. Os mongóis entrarão no Tibete. Dezoito gerações sobreviverão.

O rei morrerá no quinquagésimo ano do tigre, e sofrerá muito".

Então o rei pediu para ser mais informado.

"Após duas gerações, as virtudes do povo tibetano chegarão ao fim. Langdarma (*gLang-Dar-Ma*) aparecerá, como um animal. Outro virá, com uma cabeça de macaco. Eles matarão grandes pessoas, expulsarão pessoas pequenas e destruirão o budismo.

O povo virtuoso será morto e todo o mosteiro será profanado. As virtudes do povo serão profanadas O povo se renderá ao vício. As leis do Rei4 desaparecerão, deixando o caos. Pais serão mortos pelos próprios filhos. Isto é chamado de Kali Yuga, a idade das trevas.

O Langdarma será espancado por Lhalung Palgyi Dorje. O Langdarma governará por um ano e um mês. Nessa época, o Bodhisattva Lhalung Palgyi Dorje irá atirar uma flecha a fim de preservar o budismo.

A dinastia de Srongtsen Gampo (*Srong-bTsan sGam-Po*) irá para Ladakh e após oito gerações em Nari [*em Ladakh*]. Na aldeia de Purang, haverá três filhos na família real.

Monastérios serão destruídos. Os construídos por Srongtsen Gampo e outros serão profanados por pombos.

Na Mongólia, Srikunta será o Rei. No ano do cão de ferro, haverá uma chuva de armas e as emanações de tulku lama terão de deixar o Tibete. Os mongóis ocuparão o Tibete Central e emitirão ordens.

A lei mongol será destruída. Após cento e vinte anos, as leis Chinkun prevalecerão. Mas, durante a dinastia Tsang, os chineses chegarão ao fim.

No ano do cão de ferro, os mongóis virão ao Tibete e, no ano do cavalo d'água, eles partirão em retirada No ano do fogo e da vaca, as pessoas sofrerão. No ano do cordeiro, os mongóis voltarão, mas haverá uma destruição terrível. A vida das pessoas será como um meteoro. As pessoas não terão prosperidade e terão colheitas ruins.

A guerra irá estragar tudo e haverá um mar de sangue."

As causas do sofrimento são então descritas como se segue:

"Mara fez uma aspiração na época da vitória de Buda de que tudo viria para suas mãos após a época de Buda. Essa aspiração foi feita na presença do Buda". Devido a essa aspiração, no final do tempo do Buda, bhuta [demônios] entrarão na mente das pessoas virtuosas e o dharma do Buda chegará ao fim.

O Tibete está nos Himalaias. Havia um espírito ali chamado Megan Dempo. Sua família sobreviveu no Tibete. Seu pai chamava-se Rinchen. Ele reuniu seus bens em uma bolsa feita de couro. No ano do ferro e do tigre, um filho nascerá naquela família. Ele irá trapacear e aumentar o sofrimento no país.

Nos anos do rato, do dragão e do macaco, os soldados chineses virão ao Tibete. Nos anos da água e do macaco, na aldeia de Yanlong, haverá uma reunião e serão disparadas bolas de canhão. No ano do coelho, toda aquela área será arruinada. No sul, haverá campos chineses. Todos os tibetanos na Mongólia sofrerão muito. O mosteiro de Lungche Go será destruído e pessoas de caráter ruim se tornarão abundantes".

Selecionado e traduzido por C.R. Lama

Notas

[1] Este foi o ouro coletado para convidar Atisha, da Índia.

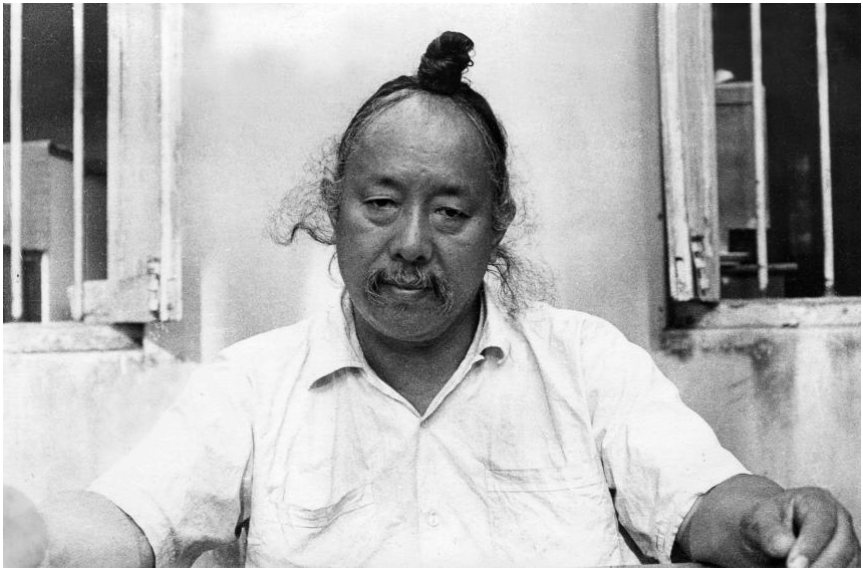
[2] Esposa não confiando no próprio marido; iogue não cumprindo promessas; pessoas perdendo a confiança; pais

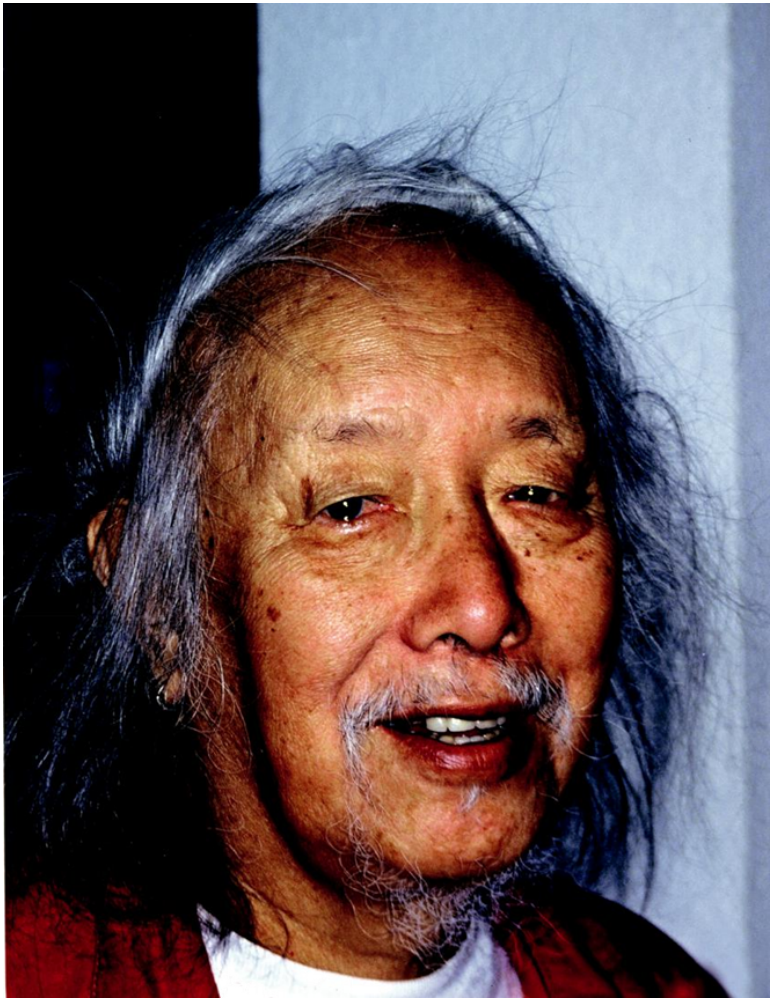
e filhos não confiando uns nos outros; professor e discípulo não confiando um no outro.

[3] Um crânio pertenceu a Acharya Shantarakshita. Ele havia sido anteriormente enterrado sob uma estupa e mais tarde a estupa se partiu em pedaços e cães trouxeram seu crânio para fora.

[4] As leis do Rei Srongtsen Gampo (Srong-bTsan sGam-Po)

© Shelley & Donald Rubin Foundation





9

Extratos de Prefácios

Lhadrub Guruyoga, 1981

As pessoas dizem que têm um Guru raiz, algum Lama específico que é assim e assado, com tais e tais qualidades. Alguns dizem que seu Guru raiz é um Guru bem conhecido, outros dizem que seu Guru raiz é um Lama jovem e muito bonito. Um Guru velho é um Guru e um Guru jovem também é um Guru - se forem de fato Gurus.

Em sânscrito, a palavra 'Guru' tem dois significados: um professor religioso qualificado, e carne. Em ambos os casos a ideia tem a ver com peso. A carne bovina é um alimento pesado, com muitas vitaminas, e após comê-la sente-se sonolento. Um guru qualificado também é pesado, pesado e com muito boas qualidades. De qualquer jeito o guru é importante, mas cabe ao próprio discípulo desenvolver uma fé muito forte e acreditar realmente em seu guru. Se a pessoa pratica assim, resultados serão obtidos.

Há três dias conheci alguém que me disse ter recebido uma iniciação particular de um Lama. Mas sei que isso é impossível, já que essa prática pertence a uma determinada seita e o guru em questão é de outra, e esse guru é conhecido por praticar apenas os ensinamentos de sua própria seita. Portanto, aqueles que não têm um verdadeiro Guru enganam a si mesmos e enganam os outros.

Nestes tempos, os Gurus devem praticar de acordo com seus próprios textos religiosos e seguir as ordens de seu próprio Guru, cumprindo o trabalho que lhes é ordenado fazer. Não digo isto para os gurus elevados, mas para aqueles semelhantes a mim. Não me considero um Guru, mas algumas pessoas acreditam que eu sou um.

Todas as cinco seitas do Tibete requerem uma Puja ao Guru; os Gelug focam no Tsongkhapa, os Sakya focam no Sakya Pandita, os Kagyu focam em Naropa ou Marpa, os Bonpo focam em Tonpa Shenrab e os Nyingma focam em Padmasambhava. No entanto, parece-me que, embora as palavras sejam diferentes, as práticas e as idéias são as mesmas. Alguns desses sistemas mostram o Guru na forma como ele apareceu no Tibete quando uma imagem ou pintura foi feita, enquanto ele ainda estava vivo. Não temos uma imagem precisa do Buda Shakyamuni. Não apenas isso, mas em alguns sistemas de prática o Guru está na forma do Lama Chemchog Heruka ou de Tara ou do Naljorma.

Em outros sistemas, o Guru está na forma de Kuntuzangpo ou Dorje Chang ou Dorje Cho. Estes são três nomes para a integração do Dharmakāya, Sambhogakāya e Nirmanakāya. Kuntuzangpo ou Samantabhadra é a forma Dharmakāya. Dorje Chang ou Vajradhara é a forma Sambhogakāya. Dorje Cho ou Vajradharma é a forma Nirmanakāya. Essas formas são métodos para expressar as qualidades do Buda; são sinônimos de suas qualidades. Kuntuzangpo significa 'sempre bom', Dorje Chang significa 'sempre tendo poder tântrico' e Dorje Cho significa que o 'dharma natural é indestrutível'.

Às vezes dizemos Guru, ou Lopon (*sLob-dPon*), que significa professor, aquele que explica o que não é conhecido para nós. Às vezes dizemos Pachig (*Pa-gCig*) significando pai, pois assim como um pai dá sua riqueza ao filho, o Guru dá iniciações e ensinamentos secretos profundos a seus discípulos. O Guru às vezes chama o discípulo de Thukse (*Thugs-Sras*), filho do coração, ou Lobu (*sLob-Bu*), filho discípulo. O Guru e o discípulo trabalham juntos; de um lado existe compaixão e do outro, fé firme. A compaixão é como um gancho e a fé do discípulo lhe dá algo a que se agarrar - mas eles devem se unir para que sejam eficazes.

Se alguém pratica Guruyoga com uma mente focada, com fé, e canta com uma boa melodia, então sua voz moverá a mente dos outros e os levará a entrar no Buddhadharma. Afirmo que todos vocês devem praticar Guruyoga uma vez por dia. Se todos os dias é necessário comer comida, por que não é necessário também fazer orações?

Aqueles iogues de mente imutável, aqueles com fé e crença reais podem fazer a prática de Gurupuja baseada em seus Gurus seja da forma que for, seja ela um monge ou tantrika ou santo ou com uma forma bastante comum. Ele pode meditar sobre seu Guru da forma como ele está, no seu corpo comum de carne. Mas agora neste Período de Degenerescência, todo ser senciente tem uma mente mutável, e não é puro. Talvez tenham fé hoje, mas amanhã ela já se foi, ou surgem dúvidas. Por essa razão devemos meditar sobre nossos Gurus na forma de Budas, Bodhisattvas, Yidams, Padmasambhava, e assim por diante. Praticar usando as formas dos Gurus que vieram em tempos passados talvez seja uma necessidade hoje em dia,

pois, tendo falecido, eles não podem dizer nada que seja difícil do discípulo compreender.

Finalmente, digo que falar sobre o Guru raiz não é suficiente - a oração e a fé são importantes.

Khandro Thugtig, 1978

No atual Período Obscuro, nós, pessoas que acreditam em Buda e em Padmasambhava, somos tão poucas em número. Temos muita fé nas previsões de Padmasambhava, feitas quando ele estava no Tibete e escritas naquela época por Yeshe Tsogyal e assim por diante. Estas foram mais tarde reveladas e escritas pelos grandes reveladores do tesouro sem serem misturadas com qualquer falsidade [só os verdadeiros Tertons encarnados as poderiam encontrar].

Nesta época atual no Tibete, a Terra das Neves onde Padmasambhava ensinou o dharma e deu iniciações em tibetano, as formas de expressão externas da prática religiosa artificial foram destruídas. Sentimo-nos muito tristes pelo budismo no Tibete ter declinado a esse estado de coisas. O verdadeiro dharma é indestrutível e não é afetado pelas ações daqueles que, no atual Período de Degenerescência encenam um show de ser bonzinhos estando vazios por dentro, como as bananeiras e os bambuzais. Eles estão apenas debatendo, e não meditando.

Quando recebemos as iniciações, dizemos que sempre iremos manter nossos votos, mas sabemos que manter todos os nossos votos não é fácil.

Breve explicação sobre Refúgio e Bodhicitta, 1979

Eu e outros professores tibetanos devemos ter cuidado ao darmos refúgio, votos de bodhicitta, iniciações e votos tântricos. Aqueles que o dão devem ter todas as práticas e qualidades de ensino necessárias, e manter seus votos plenamente. É necessário que expliquem claramente àqueles que estão recebendo transmissões, exatamente o que lhes está sendo dado e que compromissos e responsabilidades estão assumindo. Por exemplo, se um homem está doente e precisa de tratamento e ainda não está consciente de sua condição, então o médico deve ter o cuidado de explicar-lhe os fatos sobre o assunto e os benefícios do tratamento, para que o doente se livre de toda suspeita de que o remédio dado não seja em realidade um veneno.

Compilação dos textos de Chod, 1978

Tudo está vindo da natureza śūnyatā e retorna a essa natureza. O símbolo de Śūnyatā é zero. Externamente não tem cantos e internamente não tem um buraco sem cantos. Este śūnyatā dharmadhātu é igual em toda parte, é claro em toda parte, em toda parte é preciso, e em toda parte executa todas as atividades sem obstruções.

Esta natureza é śūnyatā. Às vezes dizemos dharmadhātu, dharmatā, dharmakāya e dharmadhātujñāna, mas de toda forma, se for preciso para você alguma palavra símbolo, então ela é A (ཨ). Este é o símbolo da Grande Mãe de todos os Jinas, Gyalwa'i Yum Chenmo. Sua natureza é śūnyatā e todos os seres femininos também têm essa natureza de śūnyatā. [Mas não dizemos que śūnyatā significa vazio e sem ideias, como na visão comum que havia das mulheres

antigamente. Para cada cem mães, pelo menos noventa serão iguais em sua atitude para com seus filhos, sejam eles filhos ou filhas, primogênitos ou caçulas. E para os filhos que são mais fracos, elas sentirão ainda mais compaixão.

Da posição sutra a Mãe é śūnyatā ou tongpa nyid (*sTong-Pa-Nyid*). Esse śūnyatā tem dois aspectos, o externo e o interno, *Phyi sTong-Pa-Nyid* e *Nang sTong-Pa-Nyid*. Ou pode ser considerado como dezoito ou vinte e um śūnyatās.

O que está sendo discutido aqui é apenas śūnyatā. Para isto podemos dizer simplesmente śūnyatā ou zero, e isto talvez seja difícil para aqueles que não são tão inteligentes.

Agora falamos de Chod (*gCod)* que significa "cortar". Para entender isto, temos de pensar claramente da seguinte maneira. O que deve ser cortado? Cortar 'você' ou cortar 'eu'? Se eu cortar você, isso é pecado e se eu cortar meu próprio corpo, isso também é pecado. Mas na verdade, o que deve ser cortado é meu ego. Por quê? Porque desde o início dos tempos o ego me trouxe problemas demais. Esse ego ruim me atirou às vezes nos infernos, às vezes entre os fantasmas famintos e assim por diante. De onde vem o ego? Vem da ignorância. A ignorância me torna estúpido e me mantém assim, e por conta disso eu digo sujeito e objeto, eu e você, eu sou bom e você é mau, eu me amo e odeio você. É o meu ego que mantém meu corpo como sendo substancialmente real e em seguida vai se apegando através dos meus olhos de carne. Então, se eu vejo algo bom existe desejo, se vejo algo ruim a raiva surge, e se for algo melhor do que eu tenho então vem a inveja, e assim por diante. É o mesmo com as sensações vindas do ouvido, da língua, do nariz e do corpo. Por essa razão, devo cortar meu ego. Ele é

muito ruim e incômodo, mas não pode ser visto com os olhos de carne. Deve ser cortado e acabado.

Este ensinamento também trata das grandes dificuldades envolvidas na obtenção de um precioso nascimento humano. É muito difícil obter um, e no entanto com ele é possível se mover facilmente, seja para cima, por boas ações, ou para baixo, devido aos pecados. Para cima e para baixo, girando e girando, que nem um carrossel - e ainda assim, há uma chance de se libertar.

Em seguida vem o refúgio, o bodhicitta e a oferta de oferendas externas e internas, e depois vem a mais interna das oferendas, a oferenda do próprio corpo. Depois disso a pessoa visualiza Machig Labdron com todo o seu círculo, todos os Gurus, todos os Devas e todas as Dakinis e toda a linhagem de Gurus ao seu redor. Oramos para que nos abençoem, cortando a raiz do egoísmo. Em seguida, tem a transferência da mente (*Pho-Ba*) por meio da qual a esta vai para um lugar muito bom, fundindo-se com a mente de Machig.

Em seguida a pessoa transforma o próprio corpo em amrita para as quatro classes de convidados: 1) os Budas e Bodhisattvas, 2) aqueles com boas qualidades, os Senhores com poder colocados abaixo deste primeiro grupo, 3) todos os seres dos seis reinos, 4) todos os credores que a pessoa tem. Oferecendo para o primeiro grupo, os Budas ficam satisfeitos. Oferecendo para o segundo grupo, mais qualidades são adquiridas. Oferecendo para o terceiro grupo, todos os pecados cessam. Oferecendo para o quarto grupo, todas as dívidas são pagas.

Então o corpo se transforma em jóias e assim por diante, e estas são oferecidas aos deuses dos céus samsáricos. O corpo da pessoa é então também cortado e oferecido como uma grande massa de carne e sangue e ossos, a todos os deuses e demônios locais que gostam dessas coisas. Os restos mortais são então dados a todos os seres fracos e incapacitados e, com isso, todos os seus problemas são removidos. E esta prática termina com a dedicação ao mérito.

Machig Labdron foi uma grande meditadora, e poderia ser chamada de a Nagarjuna Tibetana. Nagarjuna ensinou śūnyatā, mas ela ensinou como separar nossas mentes do ego. Ela permaneceu em Zangri Karmar, uma montanha vermelha perto do rio Brahmaputra a cerca de 500 milhas ao leste do Mosteiro Samye. Quando fui até lá e vi a estupa que continha seus restos mortais, tive um grande sentimento movendo-se na minha mente. E lembrei que a minha primeira encarnação Drophan Lingpa havia sido anteriormente o filho de Machig, Gyalwa Dondrub.

Pela virtude provinda da produção desta tradução, gostaríamos que todos os seres tenham suas mentes liberadas do egoísmo, e desta forma se tornem iguais. Gostaríamos que todos os seres ganhem total iluminação e que todo o samsara seja completamente esvaziado.

Quando esta tradução estava sendo feita, fizemos muitas orações, então talvez ela esteja livre de erros, mas se houver algum devido à estupidez e ignorância e com isso nossos votos tenham se perdido, pedimos então aos Protetores Chod, os Zangri Punyi, que nos desculpem.

Mas se esses Protectores Chod não nos desculparem, então eu também rio deles. Certo e errado - tudo encontra-se dentro de śūnyatā. Faço também esta tradução a fim de difundir o Dharma no mundo. Se vocês, Protetores do Dharma, dizem que este Dharma não deve ser espalhado no mundo, então eu lhes digo que estão com ciúmes e de mão fechada. Os ensinamentos do Dharma e dos Termas são para todos os seres, não apenas para uma área em particular. Se não há nenhuma virtude aqui, então dissolvemos isto em śūnyatā.

Ensinamentos Breves

1 Permaneça no único ponto de presença

O ponto principal de todo o ensinamento do Dzogchen consiste em que tudo é vazio. A vacuidade, ou śūnyatā, é a base de todas as experiências. Muitas palavras diferentes são usadas para descrever isso, mas é sempre a mesma coisa. O que ouvimos ou vemos ou tocamos, o que provamos, cheiramos ou sentimos, ou o que pensamos é simplesmente um vazio ao mesmo tempo vácuo e radiante. Reconhecendo que todas estas instâncias são manifestações da base vazia, a compreensão que temos delas como sendo algo verdadeiramente real, cessa.

Se você tem um corpo, então você tem olhos e ouvidos. Quando você morre, os olhos e os ouvidos não funcionam mais, mas a mente ainda está presente. Quando vivo, eu sou o Sr. A, mas quando morro, o corpo morto é que é o Sr. A. A mente, no entanto, tem sempre a mesma natureza, ela é vazia e aberta o que quer que ocorra.

O que vem à mente surge por alguma razão. Por exemplo, o que eu vejo já vem filtrado. Eu digo: "*Este é meu amigo, ou meu inimigo*", "*Isso é bom ou ruim*". Da mesma forma, digo que um som é doce ou não. O que ouvimos evoca muitas idéias diferentes, surgidas talvez por desejos, talvez por raiva.

Nesses momentos não se deixe levar por pensamentos futuros e não vá atrás de pensamentos passados, apenas permaneça no meio. Por exemplo, se de repente você

pensar: "*Quero que meu inimigo morra*", não tente dar como antídoto a este pensamento 'ruim' um pensamento 'bom'. Apenas deixe-o aí. Depois, não se apegue a qualquer movimento que surja na mente, apenas permaneça neste ponto de presença e permita que o movimento faça o que quiser. Este é o *Rig-Pa Rang-Grol*, a lucidez auto liberadora. A lucidez vem naturalmente livre por si mesma, no Dharmakāya. Ela nunca é capturada, e nunca é presa.

Primeiro pensamento, não parar

Próximo pensamento, não esperar por

Sustentar o ponto do meio

Manter sempre a natureza original

Todas os Jinas seguem por esse caminho.

[Três meses antes de morrer, o filho de Dudjom Lingpa escreveu isto para C.R. Lama].

2 Natureza vazia

Se você ver tudo claramente, sabendo que a natureza de tudo é vazia, então você será sempre feliz. Entretanto, se você conhece as boas qualidades de algo, por exemplo da sua casa, mas não sabe que ela é por natureza inerentemente vazia, então você ficará muito triste se ela se incendiar. Se o parceiro que você ama morrer, há tristeza, mas se você conhecer a natureza vazia de todos os fenômenos, então você permanecerá feliz. As aparências e a

vacuidade são naturalmente unidas e em sua união há muita alegria.

O espaço infinito que oferece uma hospitalidade abrangente, o dharmadhātu, é como uma bola sem divisão ou fim. Ela não foi feita por ninguém, nem pelos Budas, nem por nós mesmos. Não tem começo nem fim e é sem diferenciação. Nada está separado dela, e é a profundidade e a expansão da sabedoria. É livre do ato de dar e de receber, do que é permitido e do que não é permitido, e dentro dela tudo emerge, livre de apegos. É grande desde o início, pura e completa. Nossa própria mente, nossa lucidez, é inseparável desta grande expansão vazia, como o céu. Não somos uma coisa que possa ser agarrada e não temos necessidade de agarrar.

Nossa lucidez é pura desde o princípio, inseparável do Dharmadhātu, livre de centro e limite. Incontornável e sem começo nem fim, é a profundidade do saber intrínseco, livre do ato de aceitar e de rejeitar, é a grande natureza auto emergente livre de apegos. Primordialmente completa e pura, é o reino da pureza natural. Oferecemos isto continuamente na situação da claridade emergindo sem esforço.

3 Sua própria lucidez é Rainha

Sua própria lucidez (*Rang-Rig*) é como uma rainha. Por quê? Se você reconhece a natureza da sua mente, esta é a fonte e a base, o estágio ou a situação original, e então tudo chega livre por si mesmo, tanto o que tomamos como sendo objeto

como o que tomamos como sendo sujeito. Portanto, o principal é a mente. Ela é a rainha.

A abertura ou a vacuidade (*śūnyatā, sTong-Pa-Nyid*) é como o céu, está em toda parte. É a nossa natureza básica. É livre de conceitos interpretativos (*sPros-Bral*) simples e direta. Não tem preconceitos ou atitudes ou pontos de vista limitados (*Phyogs-Ris-Med*). A vacuidade é a natureza do espaço abrangente (*dharmadhātu*) e esta profundidade e expansão é ilimitada em todas as direções. Ela não é passível de ser encontrada em lugar algum; não tem origem e nunca desaparece (*'Ong-gNas-'Gro-Med*) - lucidez aberta e imutável, que não está envolvida com nada que ocorra.

Para obter um resultado, é preciso fazer um esforço, mas isso depende do carma e da capacidade. Precisamos ter um gancho que nos permita sustentar o objeto da nossa prática até que ela se torne estável e a situação natural seja revelada.

Os resultados cármicos comuns provêem uma intenção que é como um gancho de chumbo - ele se dobra facilmente.

Se algum esforço é adicionado a isto, então é como um gancho de cobre.

Se você pratica o Dharma de acordo com as suas próprias idéias mas sem Guru, isto é como um gancho de prata.

Se você tem fé e esforço e um bom Guru que tem poder e compaixão, então é como um gancho de aço.

O verdadeiro dharma é precisamente a vacuidade, nossa natureza original. Refugiar-se nisto nunca levará a problemas, mas não compreender a vacuidade pode levar à confusão na prática do Dharma.

4 Espaço

A budeidade ou Bodhi ou iluminação é despertar para a sua pureza natural. Bodhicitta é o desenvolvimento desta experiência, desenvolvendo o estar ciente da budeidade primordial de todos os seres. Isto também oferece espaço para os outros, o que permite que sua própria iluminação natural floresça e resplandeça.

O oceano tem grande profundidade e quietude e também um vasto movimento - nenhum dos dois aspectos prejudica o outro. O céu é vasto e vazio e nele muitas coisas se movimentam. A mente é vasta e vazia e nela muitos pensamentos se movem. Estes movimentos não causam danos ou problemas, a menos que sejam tomados como algo real e separados em si mesmos.

5 Bodhi

O Sambhogakāya é Bodhi refletido - é glorioso e belo. Não é o próprio Bodhi, uma vez que Bodhi não tem forma. O Sambhogakāya é o brilhante reflexo vazio do Dharmakāya que é a própria vacuidade, inseparável da lucidez. O Dharmadhātu é a base do Dharmakāya. Dhātu, espaço, é como o ouro não trabalhado - é potencial infinito. O Dharmakāya, nosso modo natural iluminado, é como uma

estátua feita de ouro - da abertura imóvel, ele surge como um ponto único. Isto põe fim a todas as confusões da dualidade.

6 Fazendo surgir o resultado

Três fatores causais operam para fazer surgir o resultado. Estes são a causa raiz, o suporte e a causa ou circunstâncias secundárias. Deles vem o resultado. Por exemplo, o chá, o açúcar e o leite são a causa. O pote é o suporte. O fogo é a causa secundária. O chá é o resultado. Ou, para a tecelagem, o fio é a causa principal, o tear é o suporte, a habilidade do tecelão é a causa secundária, e o pano é o resultado. Ou, para um assassinato, a estupidez e a raiva são a causa, um inimigo é o suporte, uma faca é a causa secundária e o ato de matar é o resultado.

O objeto dos seus desejos é o que você quer, o que é importante para você, aquilo no qual você foca sua atenção. O ato de ver precisa de um objeto, de coisas que sejam visíveis. A audição precisa de um objeto, de coisas que sejam audíveis. Tocar precisa de um objeto, de coisas que sejam tangíveis. O paladar precisa de um objeto, de coisas que sejam palatáveis. O olfato precisa de um objeto, de coisas que sejam cheiráveis. A mentação precisa de um objeto, de coisas que possam ser apreendidas pela mente.

Há um objeto que é atendido (*Yul*) e um sujeito que faz o atendimento (*Yul-Can*). A relação entre eles é de atenção. Quando trabalhamos é preciso haver uma base na qual trabalhamos e a partir da qual prosseguimos. A base é

aquilo ao qual oferecemos nossa atenção. Se não há base, não há crescimento, não há frutos. O objeto (*Bya-Yul*) é aquilo com o que você, o agente (*Byed-Pa-Po*) trabalha (*Bya-Ba*). No samsara, o sujeito está sempre em uma relação dual com um objeto. O sujeito nasce através da relação com o objeto. Eles são inseparáveis. Na prática da verdade relativa, trabalhamos para alterar a relação entre sujeito e objeto. Na verdade absoluta não há objeto, não há sujeito e não há relação entre eles.

7 Descrições

Descrever é também criar. *Kun-Tu brTag-Pa* significa identificar um objeto, dizendo: "*É isto*", "*É aquilo*". Nós tanto vemos algo quanto pensamos: "*É isto*", "*É aquilo*". Quando estamos totalmente comprometidos com isso (*Yongs-Grub*), então o que vemos ao confiar em nosso olho de carne parece ser 'coisas completas em si mesmas', entidades auto-existentes. Por exemplo, poderíamos dizer de um desenho que ele tem três cantos, que é azul e bonito. Parece que estamos vendo suas qualidades enquanto existentes por si mesmas ali fora. Também podemos dizer isso de imagens em sonhos. Esta capacidade de descrição pode ser aproveitada tanto pela lucidez (*Rig-Pa*) quanto pela ignorância (*Ma-Rig-Pa*). Quando experienciamos uma descrição nossa como inseparável da vacuidade, esta é a energia ou a criatividade da lucidez (*Rig-Pa'i-rTsal*). Quando nos apegamos ao que descrevemos e o/a consideramos como auto-existente, esta é a ignorância da identificação (*Kun-Tu-brTag-Pa'i Ma-Rig-Pa*).

8 Sinais

Dependemos de sinais para dar sentido à nossa experiência. O fundamento dos sinais (*mTshan-gZhi*) é a base para a construção de significados; é o objeto ou o suporte sobre o qual construímos. Podemos compreender isto enquanto o sinal (*mTshan-Ma*), que é como a força de um terreno (land), sua forma e qualidades. Com base nisso, temos as identificações (*mTshan-Nyid*). Estas são como os materiais com os quais as paredes, a porta e o telhado de uma casa são feitas. Isto é o que torna algo uma casa. Se fosse feita de tecido, seria uma tenda, portanto a identificação que damos define a particularidade do que está ali. Quando a prática é feita fisicamente a pessoa que pratica adquire qualidades (*mTshan-bCas*), por exemplo, através da prática do controle da respiração *(rTsa-rLung*). Com a experiência direta, sem repousar no corpo, há lucidez além da identificação de qualidades (*mTshan-Med*), como no Dzogchen. Com *mTshan-bCas*, existe um modelo passível de ser seguido e você o conhece comparando e contrastando se aquilo está certo ou não. Com o *mTshan-Med* não existe modelo. A experiência é única. É como se alguém fizesse algo que parece completamente estranho e desconhecido; algo que não pode ser compreendido por comparação e contraste, mas apenas diretamente, com a clareza da situação natural.

9 O apego

O apego (*bDag-'Dzin*) é um inimigo, pois gera problemas para nós. O apego agarra-se a entidades que ele mesmo cria e sustenta. É uma atividade deludida e que delude (*n.t: uma ilusão sem a percepção de que é ilusão*) decorrente da reificação, que confunde a natureza ilusória dos fenômenos. A

experiência do apego não é um pensamento nem um objeto, mas pode manchar e confundir tanto pensamentos quanto objetos. Este ego apegado, o sentido de 'eu, mim e eu mesmo', deve ser morto pela própria mente, pois a natureza da mente é livre de apegos. É possível 'matá-lo' relaxando, abrindo-se para a expansiva fonte da mente, liberando a energia investida no apego, para que ele se dissolva no espaço como a névoa da manhã esvaecendo-se no céu. Depois que se quebra o poder do apego pensamentos ainda emergem, mas quando quebramos o poder dos pensamentos, ao vermos a verdadeira natureza subjacente, o apego cessa.

10 Comportamento Guru-Discípulo

Assim como um homem idoso deve fazer muitas coisas e oferecer muitos presentes para ganhar uma bela jovem com várias características atraentes, da mesma forma, tradicionalmente, o discípulo deve fazer muitas coisas para agradar o Guru, que é o local de todas as boas qualidades. E o Guru agirá sempre como se não estivesse contente ou satisfeito. Para os discípulos mais estúpidos, ele agirá como se nunca estivesse satisfeito e sempre irá oprimi-los da forma como um pastor faz com seu gado.

11 Guru e fé

O objeto "exterior" é puro e desprovido de natureza própria inerente. O sujeito "interno" também é puro. Repousando no ponto do meio, sua lucidez se tornará pura por não depender de interpretações artificiais. Este é o ensinamento central de Padmasambhava no *Le'u Dun Ma*. Entretanto, você deve ter fé no Guru, caso contrário poderia recitar

estes versos por 100.000 anos e não obter resultado algum. As dúvidas são muito perigosas. O Guru pode ser pobre ou estúpido enquanto outras pessoas podem ser muito ricas, mas o Guru tem o grande tesouro do Dharmadhātu e do Sambhogakāya. O homem rico não pode salvá-lo, mas o Guru sim, e você pode obter a iluminação. Ainda que você mesmo se torne rico, isso não será capaz de salvá-lo. Você tem de pensar: *"Este mundo é um lugar muito difícil, então eu devo me libertar dele e somente o Guru pode me salvar"*.

Alguns tibetanos dizem que Padmasambhava sabe mais do que os atuais Gurus, e então ele é mais importante, mas não é o caso, porque podemos ver facilmente o Guru, mas não Padmasambhava. Se tivermos fé de que o Guru não é diferente de Padmasambhava e que ele virá para nos salvar, então teremos o resultado. Também Padmasambhava, se não tivermos fé, é um homem muito comum com muitas esposas. A fé é o mais importante. Dudjom Rinpoche é um representante muito elevado de Padmasambhava. Em quem você tem mais fé, este é o seu guru raiz.

Se alguém é conhecido por ser um revelador de tesouros , então lhe perguntaríamos: *"Você tem La-Grub?"*, *"Você tem Dzogchen?"*, *"Você tem Thugs-Grub?"*. Se todos os três tipos de textos estão presentes em seu tesouro, então este Terton é Terchen (*gTer-Chen*), um grande revelador de tesouros. Se tiver apenas dois deles, então será um Tertring (*gTer-'Bring*), um Terton comum.
Gya-Shang-Trom, um vaqueiro, encontrou um terma (*gTer-Ma*) debaixo de uma rocha. Ele o mostrou ao seu tio, Shang-Bo, que se tornou seu patrocinador (*Chos-bDag*). Shang-Bo jogou-o na água, mas ele voltou. Em seguida, ele o colocou no fogo, mas não foi danificado. Depois o colocou

em uma panela de barro, mas ficou brilhando e quebrou a panela, abrindo-a. Um dia, Gya-Shang-Trom estava dormindo e sonhou que meninas pastoras de vacas estavam dançando ao seu redor e um homem com um chapéu grande veio e o espancou. Quando acordou, ele sabia ler e escrever e mais tarde escreveu três grandes volumes. Então, quando ele já era velho, teve pastores de gado como discípulos. Eles não sabiam ler ou estudar, e por sete dias ele praticou phowa (*'Pho-Ba*) mandando todos para o Nirvana, e então morreu. Três anos mais tarde, seu tio também morreu.

12 Uma história sobre a devoção

Era uma vez um grande e famoso Guru que tinha muitos discípulos. Os estudantes vinham de toda parte para estudar com ele, ficavam meses ou anos e depois partiam para praticar em cavernas ou se tornavam professores. No entanto, este professor tinha um aluno que parecia nunca fazer progresso. Ele sempre se sentava bem na frente e olhava com atenção e devoção para o professor. Ele ouvia cada ensinamento; ele os ouviu repetidas vezes, mas parecia não entender nada.

Após muitos anos, o professor decidiu que não podia ajudá-lo e pediu-lhe que partisse. Entretanto, o discípulo demonstrou tanto desespero e desesperança ao pensar em partir que o guru decidiu tentar uma última prática.

Ele deu ao aluno um mala (*N.T: rosário budista)* para que fizesse recitações feito com grandes contas de rudraksha (*N.T sementes oriundas da árvore da espécie Elaeocarpus ganitrus*) e lhe disse que deveria iniciar um rigoroso retiro fechado.

Ele deveria fazer uma única prática simples, a de recitar um mantra que dizia: *"Hung. Que todos saúdem o chifre na minha cabeça!"*

Anos se passaram, muitos novos alunos vieram e as pessoas pararam de mencionar o aluno que estava em retiro. O Guru foi ficando velho e de repente ficou muito doente. Chamaram médicos, que tentaram muitos remédios, mas nada ajudou. Seus alunos próximos tentaram muitas práticas de cura, mas não fizeram diferença. Estava claro que o guru ia morrer. Uma mensagem foi enviada a todos os seus alunos para que se reunissem para ver o professor uma última vez.

Alguém se lembrou do aluno na caverna isolada e lhe enviou uma mensagem. Quando soube da condição do seu professor, correu o mais rápido que pôde pelas trilhas nas altas montanhas. Ele parecia um louco quando chegou, com as roupas em andrajos caindo ao seu redor. Ele tinha olhos selvagens, uma barba longa e uma montanha de cabelos emaranhados, empilhados no topo da cabeça. Quando chegou diante do professor, fez muitas rápidas prostrações completas e enquanto fazia isso, seus cabelos se desprenderam e caíram para os lados revelando um enorme chifre que havia crescido no topo de sua cabeça. Quando se curvou na frente do professor, este tocou o chifre e começou imediatamente a recuperar a saúde.

A devoção é o coração da prática.

13 Como obter bênçãos

Você deve se esforçar pela bênção da mesma maneira que uma criança, quando diz: "Mamãe, me dá um sorvete!" e depois chora e incomoda a mãe puxando a roupa dela até que ela ceda. Se realmente acreditarmos nisso, a bênção virá. Devemos pensar: "Eu realmente confio em você, então por que você não me dá a bênção? Por que você não me mostra!"

Em primeiro lugar, devemos adquirir o conhecimento intrínseco do espaço que tudo abarca, o Dharmadhātujñāna; caso contrário, os outros quatro serão apenas nomes. Quem quer que receba esta sabedoria do espaço oniabarcante, Dharmadhātujñāna, recebe automaticamente os outros quatro. A sabedoria como um espelho, que mostra todas as coisas claramente, emerge com a purificação da raiva. A sabedoria da uniformidade, que, sendo livre de preconceitos ou preferências mostra que todas as coisas são iguais, emerge da purificação do orgulho. A sabedoria do discernimento que mostra cada detalhe do que está ocorrendo, tanto pecados como virtudes, emerge da purificação dos desejos. A sabedoria da realização plena, que mostra todos os métodos com pleno poder para agir, emerge com a purificação do ciúmes e da inveja.

A sabedoria do espaço oniabarcante tem pleno poder; como o sol brilhando sobre uma montanha, sua luz irradia em todas as direções. Mas se o sol estiver brilhando apenas em um dos lados da montanha, então seu poder será limitado. Da mesma forma, cada uma das outras quatro sabedorias só pode desempenhar funções particulares.

Com o surgimento dessas sabedorias, as aflições desaparecem. Essas sabedorias não são separadas da vida, elas não bloqueiam a responsividade, mas proporcionam sem esforço muitas formas eficazes de relação. Por exemplo, se você beber água fria quando estiver com calor ficará com calor novamente muito rapidamente, mas se beber chá quente, isso terá um efeito refrescante e o deixará refrescado por muito mais tempo. Na esfera do Dharmadhātu não existem posições relativas. O que encontramos ali? Seu habitante natural é o Dharmatā, a atualidade que não faz nada e nunca muda. Isto é semelhante ao céu, que é sempre o mesmo. Do Dharmadhātu surge o Dharmakāya. O Dharmadhātu é como um lugar. Dharmatā é a sua natureza. Dharmakāya é a sua forma ou presença ali.

É vital experienciar o Dharmadhātu para que, quando morrer e ficar inconsciente, você reconheça o Dharmakāya e com isso não prossiga por caminhos errados. Você irá então ganhar o Sambhogakāya e o Nirmanakāya. Sem o Sambhogakāya o Nirmanakāya não pode emergir. Ele não consegue aparecer diretamente do Dharmakāya.

14 Votos

Por que tomamos os votos? No sistema Hinayana, os votos são como um objeto feito de argila: se forem quebrados, não podem ser reparados. Os votos Mahayana são como o cobre: se forem quebrados, podem ser reparados um pouco. Os votos Vajrayana são como o ouro: se forem quebrados, nenhum dano é causado ao ouro.

Dam-Tshig, ou *samaya*, ou promessas solenes, são feitas a fim de obter iluminação, o que significa reconhecer a própria

natureza original. No Dzogchen o voto é a natureza original, já que a prática é não-dual. O voto é *Ngo-Bo*, nossa situação natural ou *Rang-bZhin*, nossa qualidade natural. Permanecermos em nossa própria situação é o cumprimento de todos os votos. Uma mulher faz votos no casamento para ficar sempre com seu marido e servi-lo - isto cobre todas as suas atividades posteriores, como cozinhar, criar os filhos e assim por diante (*n.t: um exemplo do ponto de vista de uma realidade, em um dado momento, vale considerar o contexto)*. Da mesma forma, todas as ofertas e práticas fazem parte do voto, pois o voto é ver a nossa situação original e permanecer nela.

15 Fé completa

Relaxando e se abrindo para a claridade natural de nossa mente e adentrando nela, os objetos desaparecem e o sujeito também desaparece. O primeiro pensamento é nosso pensamento presente, esse é o único pensamento. Por exemplo, se surgir um pensamento como, *"eu devo fazer isto"*, então não prossiga com ele. Deixe-o como está. Ele não precisa ser completado. Não tente pará-lo ou desenvolvê-lo. Não o examine e nem se envolva. Se for deixado sozinho, ele irá se liberar em seu próprio lugar.

O oceano sempre tem ondas. Na mente, sempre há pensamentos. É o vazio do oceano que permite que as ondas se movam. Elas param de se mover quando chegam à praia. Da mesma forma, a natureza da mente é aberta como o céu. Não trace um limite, não bloqueie o movimento. Não é possível manter a mente imóvel, fazê-la permanecer em um só lugar, pois ela está sempre em movimento. Se você tenta segurar a mente, você se apega a uma memória, pois o

pensamento, o sentimento ou a experiência já se foi. Essa memória é um pensamento diferente daquele que ela está 'rememorando' e 'isso' tem de ser colocado ali de novo e de novo. Cada repetição é diferente; nenhum momento é exatamente o mesmo que qualquer outro momento. Não é possível segurar o céu, pois o próprio céu é infinito e inapreensível e o seu conteúdo, as nuvens e o vento e assim por diante, estão sempre mudando. Da mesma forma, a mente é aberta e vazia. Não é possível fixá-la em um único lugar. Basta deixá-la em seu próprio lugar, que é onde ela sempre está, e então os pensamentos se liberam. Se seguirmos os pensamentos, mais pensamentos são estimulados e assim eles nunca cessam.

A fim de despertar para isso, é preciso ter plena fé no seu Guru e em Padmasambhava. Rezamos, *"Você precisa fazer tudo o que é necessário para mim. Eu me abro completamente para você. Quero ser como você. Você precisa me conceder o conhecimento da minha própria natureza."* Reze lentamente, compreendendo as palavras e desejando adquirir sabedoria e se tornar livre das restrições dos pensamentos. Padmasambhava é o Buda em si. Ele não é diferente do Buda e tem o mesmo poder, qualidades e assim por diante. Portanto, ele é chamado de Orgyen Sangye Nyipa (*O-rGyan Sangs-rGyas gNyis-Pa*), o segundo Buda, vindo de Orgyan. Alguns textos antigos se referem a ele como Sangye Mi Nyipa (*Sangs-rGyas Mi-gNyis-Pa*), ou seja, 'não diferente' (*gNyis-Su-Med*), 'aquele que não é diferente do Buda'.

16 As pedras pretas e brancas

Geshe Potowa (*dGe-Shes Po-To-Ba*) costumava praticar meditação com uma pilha de pedras brancas e uma pilha de

pedras negras à sua frente. Se tivesse bons pensamentos, ele pegava uma pedra branca e uma pedra preta se tivesse maus pensamentos. No início ele só tinha uma pedra branca e muitas pedras pretas. Após seis meses, elas estavam em quantidade iguais. Após dois anos ele não tinha mais nenhuma pedra preta.

Ele perguntou a Atisha se isto era suficiente. Atisha lhe disse que deveria continuar praticando até que não houvesse pedra alguma; ele deveria se libertar da percepção da dualidade, da distinção entre o bem e o mal. Atisha lhe disse: "*Agora você parou de cometer pecados, mas não parou o carma passado. Você deve praticar śūnyatā, a vacuidade*". E ele lhe ensinou isto. Primeiro ele lhe mostrou que todos os objetos são vazios, e ele obteve o resultado. Depois, lhe mostrou que o sujeito é vazio e com isso ele liquidou todos os seus pecados e obscurecimentos. Atisha disse-lhe: "*Agora, mesmo se te amarrássemos com correntes e pesos e te atirássemos no inferno, você não permaneceria ali*".

Parar os pecados é uma parte prática, mas você deve obter śūnyatā a fim de realmente cessar os pecados e ganhar a iluminação. Você só vai realmente compreender o que é carma quando tiver śūnyatā. Quando cometemos pecados criamos carma ruim. Isto surge devido às aflições, cuja raiz é a ignorância. A ignorância é a escuridão de onde surge o desejo, o orgulho, e assim por diante. Quando você conhece śūnyatā, a sabedoria resplandece e todos os pecados cessam. Com śūnyatā, você vê que o sujeito é impermanente, cortando assim o egoísmo.

17 Purificando nossas más ações

A raiz de todos os problemas é a ignorância. Ela é a fonte do egoísmo e devido a ela, desejos, raiva, etc. emergem. Ela é a única raiz e é o oposto da lucidez, do saber intrínseco e do sábio discernimento. Se me torno um Buda ou se vou para o inferno, a lucidez nunca muda. É sempre clara, sempre boa, e nunca misturada. A estúpida ignorância encobre essa sabedoria como um pote colocado sobre uma lâmpada. É necessário quebrar o pote para que a luz permanente resplandeça.

Nos estágios iniciais da prática, precisamos dizer: "*me perdoe*". Precisamos que alguém nos limpe; este é o primeiro fator da purificação. Precisamos dizer: "me desculpe" ao homem que tem o poder de purificar nossos pecados. Este é Vajrasattva. Todos os Budas têm poder para ajudar, então por que Vajrasattva é empregado especialmente para purificar nossos pecados? Todos os estudantes durante o seu treinamento têm uma noção principal de algo, como medicina ou engenharia. Da mesma forma, quando os grandes Bodhisattvas estavam treinando, eles pensavam em diferentes maneiras de ajudar os seres. Naquela época, Vajrasattva tinha a firme intenção de libertar todos os seres dos seus pecados.

Por que dizemos: "*me desculpe*"? É dessa forma que reconhecemos que fizemos coisas ruins; este é o segundo fator da purificação. Sabemos que essas ações praticadas foram pecados, como roubar por exemplo. Isto causa problemas para os outros e significa que eu também terei problemas. Você precisa achar que está morrendo pela ação do pecado, como se tivesse tomado veneno. Com este

entendimento você desenvolve um grande medo; este é o terceiro fator da purificação.

Então você deve prometer e decidir com firmeza que no futuro nunca mais o fará. Este voto ou promessa é o quarto fator da purificação.

Com estes quatro fatores, separamos nossa mente do nosso hábito egoísta, com nosso egoísmo. Agora podemos apreciar como estes hábitos parecem ser 'eu' e também vemos que eles não são realmente 'eu'. Quando nos identificamos com nossas suposições e hábitos, eles parecem ser "nós". No entanto, quando nos afastamos deles, vemos que não são "nós". Esta mistura ou confusão é o que pedimos a Vajrasattva para lavar em nós.

Um estudante da primeira encarnação de Dudjom Rinpoche era um açougueiro e enquanto lavava o estômago de animais mortos, acreditava que todos os pecados estavam sendo lavados. Depois de praticar isso ele ficou em uma caverna em retiro e em seguida voou para o céu. Também é dito que quando ele foi em busca de ensinamentos lhe ensinaram que tudo era ilusão, gyuma (*sGyu-Ma*), mas ele ouviu isso como se significasse que tudo eram salsichas feitas de intestinos, gyuma *(rGyu-Ma*). Assim, por manter uma atenção única focada na sua prática diária de fazer salsichas, ele se tornou iluminado!

18 A base

A partir da base (*gZhi*) as aparências delusórias (*'Khrul-sNang*) de sujeito e objeto emergem. Elas confundem, pois sob seu poder acreditamos que algo existe

quando de fato não existe. Então, sentindo-se em casa nesta confusão, isso aparenta ser exatamente como as coisas são e tomamos isso como algo mais esclarecedor do que gerador de confusão. Pela interação entre sujeito e objeto, sua própria base não é reconhecida. Quando a base é reconhecida esse poder termina. Eles não são diferentes da base.

Por exemplo: se nossa natureza básica for o Quarto de número 8 em um edifício, a confusão (*'Khrul-Pa*) seria não gostar do Quarto 8. Por conta disso não conseguimos realmente ver o Quarto 8 como ele é, mas somente através do nosso preconceito. Ao vermos realmente o Quarto 8 como ele é despertamos dessa perplexidade, e nessa liberação vemos que a confusão, a crença que tínhamos em relação ao Quarto 8 não era diferente da base, o potencial expansivo e aberto que é a atualidade do Quarto 8. Permanecer no Quarto 8 é a base, não gostar do Quarto 8 e, portanto, sonhar acordado que você está em outro lugar é a confusão. Na verdade o Quarto 8 é bom em si mesmo, então devemos despertar no próprio Quarto 8, do jeito que ele é. Assim, a confusão é não dual com base. Ela está emergindo naturalmente, é uma forma natural, vazia de auto-natureza inerente. O que dá poder à confusão é nossa própria crença nela.

Tomando a confusão como um obstáculo e como algo diferente da base, algo que deve ser removido, não nos desviamos realmente da posição de acreditar que a confusão é realmente existente em si mesma. Reconhecendo a atividade da confusão parecida com o sono acordamos, baseados na base primordial. Desta forma a confusão é

auto-liberadora; não é nem para ser aderida e nem para ser evitada.

Por exemplo, se uma criança chinesa fosse adotada por pais europeus e criada na Europa, ela um dia despertaria para o fato de que essas pessoas não são seus pais biológicos. Com base nisso ela se torna o que sempre foi, uma chinesa. Ou, num outro exemplo, por estar vivendo em um país onde há muitas cobras, ao andar lá fora em uma noite escura você vê uma corda e acredita ser uma cobra, e então muitos medos disparam. Se você pegar a sua tocha e focá-la na serpente, com base no fato dela na realidade ser uma corda, você desperta desses medos.

Da base surge a perplexidade, portanto a perplexidade deve despertar, ou se dissolver, ou desvanecer *na* base. Durante o sono você poderia acordar da inconsciência dentro de um sonho, mas isto ainda seria uma forma de inconsciência, e você ainda estaria confuso. É necessário acordar *na* consciência livre de toda inconsciência, ou seja, na lucidez. Um príncipe se torna rei *por conta dos* seus pais, ou seja, é por ter pais reais que o príncipe tem o direito de ser rei. Se um ladrão rouba dinheiro, ele *tem* dinheiro mas a situação é instável, porque o dinheiro não lhe pertence de fato. Mas se um homem herda dinheiro de seu pai, esse dinheiro é realmente seu, com base no seu pai. É pelo fato de seu pai ser seu pai que ele tem esse dinheiro. É *por conta da* nossa fonte, da nossa base, que despertamos. O que é verdadeiramente nosso surge no, a partir do, e dentro da base. É nosso, somos nós, mas não como uma posse pessoal, privada ou separada.

Não se trata de desenvolver algo novo. Para um despertar fundamental, não é necessária toda a rica criatividade da imaginação de cada um. Imaginar novas possibilidades e desenvolver novas tecnologias não levará à iluminação. A iluminação é o despertar do potencial da base. Não é algo novo. Não pode ser comprado, nem fabricado. Está sempre presente como a base de toda experiência.

19 Dharmatā

A que sabe, a própria lucidez, nossa própria presença, não produz ou faz nada, mas permanece fiel à sua própria natureza sem ser artificial. Nem mesmo os grandes estudiosos são capazes de fabricá-la. Quando nos distraímos, podemos cair sob o poder de várias tendências, tais como um devaneio impotente (*'Bying-Ba*) e o afundamento (*'Thibs-Pa*). No devaneio (*'Bying-Ba')*, como um nadador cansado sustentado pela força das ondas já sem energia, o meditante se vê sem energia para manter a clareza e a direção e é levado para cá e para lá por ondas de pensamentos, sentimentos e assim por diante. Com o afundamento (*'Thibs-Pa*), as forças avassaladoras ficam mais fortes, aumentando a sua confusão impotente. No entanto, a mente em si não é jamais capturada na prisão dessas experiências; portanto, permaneça presente naquele que sabe, e o que quer que esteja surgindo se verá livre por si só, sem dano ou trazer ajuda.

Dharmatā é infinito como o céu. É a atualidade, a realidade da nossa verdadeira natureza. É a nossa base, e é, portanto, descrita como sendo a mãe. Nossa mente comum, que se misturou com a confusão, precisa reconhecer a mãe e unir-se a ela novamente como uma criança que volta para

casa. Se isto for vivenciado, não iremos cair sob o poder da distração preguiçosa e não iremos nos perder, permanecendo assim na casa do Dharmadhātu. Se você fizer isso, você terá total lucidez e será integrado ao Dharmadhātu, podendo assim trabalhar continuamente em benefício dos outros.

Precisamos entender o que é Dharmatā, ou a atualidade, claramente. Ela é nua e crua (*rJen-Pa*), sem segredos, nossa natureza original direta. É a vacuidade, śūnyatā, e é, portanto, Tathata, Sugatagarbha, Tathatagarbha, é a base de todos os Budas. Se isso for compreendido, tudo o que pode ser visto ou experienciado é imediata e diretamente conhecido (*sNang-Rig*). Com isto há uma grande clareza, inseparável da vacuidade (*gSal-sTong*).

Quando isso é despertado, o corpo e o mundo são como um arco-íris. Se śūnyatā for reconhecido diretamente, você não terá nenhum pecado ou obscurecimento - quando o sol nasce, toda a escuridão e o frio se dissipam imediatamente. Carne, sangue e ossos terminam, e o corpo leve (*'Ja-'Od Thig-Le'i-Khams*) é adquirido.

Este termo também indica que quando entendemos Dharmatā, esferas de luz (*Thig-Le*) são vistas diante de nossos olhos. No início elas são pretas e brancas, e em seguida quatro ou cinco emergem uma após a outra em uma fila ou como uma pétala de lótus, ou se movem, indo para longe e vindo na direção do olho.

Este termo também indica que tudo o que está no Dharmadhātu encontra-se na forma de esferas de luz. Isto é radiância sem substância; aparência, clareza e lucidez,

inseparáveis da vacuidade. Com a sabedoria da lucidez uni-abrangente, as outras quatro estão automaticamente presentes, pois são suas qualidades - assim como quando caminhamos sob a luz do sol e a nossa sombra está automaticamente ali.

Desta luz-arco-íris os símbolos das deidades da meditação se manifestam; por exemplo, o vajra e o sino para Dorje Dragpo Tsal, e um vajra para Dorje Zhonu; e manifestamos o despertar total, com os cinco modos kāya de seres iluminados, e os cinco jñāna de sabedoria. Desta forma, obtemos a natureza original primordialmente pura de śūnyatā, ou despertamos para ela.

20 Nossa verdadeira natureza

Nossa verdadeira natureza (*Ngo-Bo*), é profundidade não nascida. É a lucidez inseparável do espaço e da profundidade (*dhātu*), que é a vacuidade. É essencial concentrar-se nisso, em sua própria natureza. Este é o espaço infinito de lucidez em seu próprio coração, onde a lucidez emerge como um ponto. Este é o ponto-coração (*sNying-Thig*) - no coração há um ponto vazio que é a forma da vacuidade, de śūnyatā. Este ponto é a sede da lucidez. Se ele é bloqueado pelo sangue, morremos.

Partindo desse ponto a clareza natural (*Rang-bZhin*), a qualidade inerente da nossa verdadeira natureza, irradia como uma esfera de cinco cores dentro do coração. Com isso nossa energia ou compaixão (*Thugs-rJe*) emerge como a exibição das atividades dos componentes ou skandhas, potenciais ou dhātus, e assim por diante, como uma forma de luz em um mundo de formas de luz. Nossa lucidez

(*vidya*) é simplesmente saber, puro saber. *Ngo-Bo*, *Rang-bZhin* e *Thugs-rJe* são seus modos de saber, seu 'objeto' não dual (*dhātu*) e tudo o que aparece no espaço do dhātu.

A liberação está em reconhecer e manter nossa verdadeira natureza (*Ngo-Bo*), assim como não se deixar seduzir pela magnificência da auto-exibição (*Rang-bZhin*) (*self-display*). Enquanto ainda for possível algum repouso naquilo que surge e dentro do que surge, não há segurança. O lugar seguro do Vajradhara (*rDo-rJe 'Chang-Gi-bTsan-Sa*) é o Dharmadhātu. Esta é a experiência ou o conhecimento direto da infinita abertura do ser. Todas as identidades relativas, seja como ser infernal ou como heruka, são manifestações da co-originação dependente (*rTen-Ching Brel-Bar 'Byung-Ba*) e, portanto, não são definitivas. Elas não são a situação natural e imutável. Se nossa verdadeira natureza (*Ngo-Bo*) é experienciada diretamente, nem um único átomo desse surgimento necessitaria ser rejeitado, porque então vemos que tudo é radiância não-dual.

Mas se isto não for percebido então o apego às entidades acontece, e aí carma é produzido, e a pessoa se vê vagando pelos seis reinos. Seu comportamento se torna artificial e cheio de estratagemas (*bCos-bCas bZo-Byed*). Interferindo com o que quer que esteja ocorrendo, a mente se mantém ocupada e é incapaz de repousar em seu próprio lugar (*Rang-Sar Ma-bZhag-Pa*). Assim, devido à reificação e à visão dualista experimenta-se fixação e polarização, o envolvimento entre sujeito e objeto, e atividade cármica.

21 Atiyoga e Adiyoga

A grande perfeição ou completude, Dzogpachenpo (*rDzogs-Pa Chen-Po*), também é conhecida como Atiyoga ou Adiyoga. Ati significa a mais elevada, a que está no topo. Adi significa primordial, primeva, antes da mente ter se tornado falsa. Este ensino aparece em três seções ou grupos. Há a seção da mente (*Sems-sDe*). Ela indica que tudo é a mente, a mente faz tudo, e não há mais nada além dela. Tudo é vacuidade, mas é a mente que faz tudo emergir. Até mesmo a vacuidade, śūnyatā, é conhecida através da mente. A seção do espaço (*kLong-dDe*) aponta para o fato de que tudo é śūnyatā, a profundidade e a expansão infinitas. *kLong* é a imensidão dentro da qual tudo é vacuidade. É o próprio espaço infinito. A seção das instruções (*Man-Ngag-sDe*) oferece os ensinamentos das seções da mente e do espaço de uma forma passível de ser praticada.

22 Vairocana e Sri Sinha

Vairocana havia recebido muitos ensinamentos de Sri Sinha mas ainda assim não estava satisfeito, então Sri Sinha falou,

ཆ་ཤས་ཀ།ས་དཔ།ངས་ལ་ཟད་མ་དེ་ཀ།ང་།

དེ་བཞིན་ཉིད་ཀ།ས་གཅིག་ཀ་ཤ་ཟ།

མ་ལུས་དང་དེ་ལ་ཡ་ངས་མ།ར།ོ་གམ།

དེ་ལས་ཡ་དེ་ནི་ མ་ངེ།ཀ་ནི།

"Embora a hospitalidade infinita jamais seja exaurida,
se você conhecer a verdadeira natureza

nem que seja de uma única coisa,
então terá o conhecimento completo de tudo.
Eu, Sri Sinha, prometo isto".

Sri Sinha está dizendo a Vairocana: você não está satisfeito, mas o Dharmadhātu nunca termina, então como irá obter o conhecimento completo? Como poderá acompanhar todos os ensinamentos? Mas se você conhece a natureza de uma única coisa, se percebe sua atualidade, sua qualidade 'disto que é', isso é diretamente Tathata, então é o suficiente. Eu prometo que não há nada mais além do que isto. Isso aponta para o fato de que o resultado provém naturalmente e é naturalmente revelado a partir de dentro (*'Bras-Bu Rang-Chas-Su sTon-Pa*). Não há fim à procura, se você olhar no lugar errado. Não olhe para o objeto. Não olhe para o conteúdo atual do objeto. Olhe para o observador. Enquanto observador, adentre a situação da presença não-dual, e então tudo ficará claro.

23 C.R. Lama em seu trono

A atenção plena (n.t. *mindfulness*) é o caminho do meio. Estar plenamente atento é estar presente, sem ir para a esquerda ou para a direita, sem pular para frente e sem ficar para trás. Por exemplo, quando eu era jovem e vivia em um mosteiro, eu me sentava em um trono como outros grandes lamas, embora não soubesse muito naquela época. No final dos rituais públicos, patrocinadores e outras pessoas costumavam se aproximar para oferecer lenços e oferendas cerimoniais. Quando me apresentavam um lenço, tinha de me inclinar para frente e colocá-lo ao redor do pescoço do patrocinador. Entretanto, nem todo patrocinador me oferecia um lenço. Eu tinha de estar pronto para me inclinar

para frente se um lenço fosse oferecido, e ficar quieto em equanimidade se um não fosse oferecido. Se eu me inclinasse para frente quando um não fosse oferecido ou se me sentasse quieto quando um era oferecido, meu professor - que se sentava ao meu lado - me batia na parte de trás da cabeça. Foi assim que fui treinado em atenção plena.

24 O Rei tenta ajudar seu povo

É muito importante que os seres humanos não desperdicem sua vida por preguiça. Entretanto, também é importante não desperdiçar sua vida em atividades inúteis ou improdutivas. Por exemplo, quando o rei Srongtsen Gampo se converteu ao budismo pela primeira vez, ele se inspirou muito na bela visão de amor e compaixão que aprendeu. Ele olhou ao redor para seu povo e viu como cada um deles era diferente. Alguns estavam doentes e outros, saudáveis. Alguns eram bonitos e outros feios. Alguns eram ricos e outros pobres. Ele percebeu que mesmo sendo um grande rei, não podia alterar a saúde ou a beleza das pessoas com uma lei, mas podia mudar sua condição financeira. Então publicou um edital declarando que no final do mês toda a riqueza do país deveria ser coletada.

Uma grande montanha de posses foi gerada e isto foi então redistribuído de forma justa entre todo o povo do Tibete. "Ah", pensou , "agora meu povo deverá ser feliz". Entretanto, após um ano, notou que novamente, algumas pessoas estavam ricas e outras pobres; então organizou outra redistribuição. No final daquele ano, mais uma vez percebeu que algumas pessoas eram ricas e outras pobres. Isto despertou nele uma compreensão direta do poder do carma. O que emerge manifesta a energia e a consequência

de ações realizadas muito antes. Não importava o quanto ele tentava impor justiça, os padrões individuais de carma das pessoas faziam com que elas experimentassem precisamente sua própria parcela do mundo.

Se queremos ajudar as pessoas, o foco principal deve ser ajudá-las a cortar a raiz da dualidade, pois é esta raiz que gera todas as muitas tendências e impulsos cármicos. Tentar alterar os padrões de comportamento de fora está condenado ao fracasso. É por isso que devemos reconhecer e trabalhar com as circunstâncias e a capacidade específica de cada indivíduo.

25 Dorje e Sino

A palavra tibetana para um sino pequeno é *Dril-Bu*; Dril significa som. Diferentes tipos de drilbu foram descritos nos tantras, como o Hevajra tantra, o Kalachakra tantra, o Vajrakilaya tantra e assim por diante e são também mencionados nos tantras Kriyayoga. A mansão ou palácio de Kalachakra tem a forma de um sino.

As instruções para a construção de stupas incluem a fabricação de uma corrente de sinos, drilbu, ao redor da stupa e a cerimônia de consagração da stupa também faz referência a esses drilbu.

Os mosteiros têm um sino para despertar os monges e outro grande sino é usado durante os convites e bênçãos nos rituais. Há também sinos usados como sinos de vento para lembrar as pessoas das práticas dos trinta e sete Bodisatvas. Alguns sutras descrevem como um sino era amarrado na

tromba de um elefante e depois a pessoa que o elefante tocava com sua tromba era reconhecida como um rei.

Tais sinos não continham símbolos diretamente neles, ao contrário dos sinos tibetanos drilbu, que têm om ah hung inscrito em seu interior no topo, na área chamada "o útero do drilbu". Alguns drilbus, como o meu, não têm imagens fundidas dentro deles e estes são chamados de *Myangs-'Das Dril-Bu*, drilbus para-nirvana. Eles foram fundidos quando Shakyamuni Buda morreu e por isso foram chamados de "sinos de tristeza". Cento e oito desses sinos foram feitos e muitos deles, inclusive o meu, chegaram ao Tibete com o Bodhisattva Atiśa Dīpaṃkara Śrījñāna. Foram feitos em diferentes tamanhos. O meu tem uma cabeça prateada, assim como todos os sinos originais. Cópias posteriores foram feitas, e suas cabeças são feitas de uma mistura de metais.

Os Drilbus são classificados de acordo com a sua forma, por exemplo, com cinco ou nove pinos ou pontas, ou de acordo com o país onde foram feitos, ou de acordo com a ornamentação nas suas "saias", ou bordas.

As formas incluem as de Uddiyana, Nalanda e Bodhgaya. Há um estilo nepalês que difere do de outros países. No Alto Tibete e Tsang eles usam um sino às vezes erroneamente chamado Tashilhunpo drilbu, já que essa forma é também usada em outros mosteiros, como no mosteiro de Khordong. Outros sinos são o Tsa-dril, o Hor-dril, o Shing-dril [da dinastia Shan], o Chang-dril, o Tsok-dril, o Nyarong-dril, o Derge-dril, o Den-dril, o Lhasa-dril, o Shigatse-dril, o Kalimpong-dril, o Bir-dril, o

Clementown-dril, o Nepali-dril, o Rajpur-dril, o Byalakuppe-dril e assim por diante.

Ouro, prata, chumbo, cobre, estanho, bronze e ferro são os metais utilizados para fazer dorjes e drilbus, e também certas ligas como o tungstênio, uma liga semelhante ao estanho, de cor branca e menos valioso que a prata. O jang (*lJang*) é um metal puro e, se se quebrar quando velho, o metal interno terá a cor do jade. Jang (*lJang*) também é uma região[1] de onde vem o jade. Sinos grandes, címbalos, vasos de vida longa, bumpas e lamparinas de manteiga também podem ser feitos desse metal e alguns dos bumpas têm impressões digitais visíveis no metal.

Os sinos fazem sons diferentes de acordo com a proporção dos vários metais utilizados. Se houver muito ouro, o sino soa “hung, hung, hung”. Se houver muita prata, o sino tem um som de "shung shung shung shung". Se há muito metal branco, o sino soa “chag, chag, chag”. No sistema indiano, oito metais eram usados e as proporções variavam.

Quanto à forma, o dorje e o drilbu têm o mesmo número de pinos, ou pontas. Os termas de Padmasambhava descrevem os que têm nove pinos ou dentes, e estes são usados somente nas práticas Nyingma.

O dorje é um símbolo de força. Há o relato de um iogue que morreu e atingiu o corpo vajra, e todas as articulações dos seus dedos eram vajras, cada um deles, e seus antebraços eram como o vajra de Indra, que é uma forma diferente do vajra tibetano. O vajra é algo que é muito forte e não pode ser destruído. Quando as divindades seguram um vajra, ele é um símbolo de vitória e subjugação.

Alguns tantras se referem a um dorje com cem dentes ou pontas, (*rDo-rJe rTse-brGya-Pa*) e há também dorjes com quatro e com cinco pontas. As pontas apontando para cima representam os Budas dhyani masculinos e as pontas apontando para baixo representam os Budas dhyani femininos. A ponta central representa a Vairocana. Ao leste está Vajrasattva, ao sul Ratnasambhava, a oeste Amitabha e ao norte, Amoghasiddhi.

No drilbu, abaixo da figura que fica no eixo e começando sob o nariz da deidade, ou seja, ao Leste, há cinco letras, ཨཾ ལཾ མཾ པཾ བཾ Mum Lam Mam Pam Tam. Estas são símbolos para as cinco Budas dhyani fêmeas e são o equivalente às cinco pontas inferiores no dorje. Às vezes há oito letras, mas isso não é correto. Se houver oito letras, elas são ཏཾ མཾ ལཾ པཾ མཾ ཙཾ པཾ བྷྲཾ Tam Mam Lam Pam Mam Tsum Pam Bhrum. Estas oito letras correspondem às oito pétalas de lótus ao redor da "cintura" do dorje, representando os oito Bodisatvas e suas oito consortes.

Em relação à ornamentação do drilbu, as oito cabeças dos monstros de água (*Chu-Srin*), representam as oito consciências. As longas grinaldas de jóias penduradas em suas bocas são um símbolo da purificação das obscurações ou kleshas, e representam também as decorações nas paredes externas da mandala. As quatro gotas no final dos adornos significam os 'quatro imensuráveis': amor, compaixão, alegria e equanimidade.

Entre o rosto dos monstros de água pode existir ornamentos que simbolizam os oito grandes Bodhisattvas. A sequência começa ao leste, abaixo do nariz da deidade. Pode ter ali os

oito ornamentos auspiciosos, que podem variar, e pode incluir uma roda ou lua, uma jóia, um lótus, uma faca, vajras cruzados, um único vajra, flores e outras coisas adicionais. Esses ornamentos são um símbolo do Rupakāya e as oito letras superiores são um símbolo do Dharmakāya.

Ao redor do aro na base do sino, encerrado entre duas fileiras de pérolas, há um anel de vajras no sentido vertical, formando uma cerca de vajras, ou círculo protetor (*Srung-'Khor*).

Ao redor da parte superior do sino, entre dois anéis de pérolas, há um anel de vajras horizontais, um círculo protetor representando o limite entre o samsara e o nirvana e as oito ou dezesseis vacuidades.

Dentro do sino, a parte superior representa o Dharmakāya, e a parte inferior o Rupakāya, ou seja, o Sambhogakāya e o Nirmanakāya.

O sino não varia de acordo com a prática da mandala nem com o tantra e nem com a escola, mas em geral nós da linhagem Nyingmapa usamos um dorje e um drilbu de cinco pontas para práticas pacíficas e um dorje e um drilbu de nove pontas para práticas iradas.
Na base do cabo superior de um drilbu de cinco pontas pode haver um vaso de vida longa (*Tshe-Bum*), com jóias. Não haverá um vaso de vida longa assim no drilbu de nove pontas , mas terá um anel aberto através do qual você pode colocar o dedo ao fazer certas práticas, tais como danças iradas.

Quanto ao uso do dorje e do sino, a não ser quando estamos recitando mantras, devemos segurá-los o tempo todo, mantendo o dorje de pé, com as pontas representando os Budas Dhyani masculinos em cima. Uma vez que não há maneira de distinguir entre o topo e a base do dorje, precisamos fazer algo para nos ajudar, como marcar o dorje no momento da iniciação ou no momento de sua consagração. Especialmente quando fazemos a prática de Vajrasattva, devemos segurar o vajra, dorje, porque Vajrasattva pertence à família vajra. Outras vezes, de acordo com a prática de Jangter e Khordong, seguramos o dorje no peito usando o polegar e os três dedos médios da mão direita, e com a mão esquerda seguramos o sino no joelho esquerdo. Ao fazermos uma oração podemos segurar o dorje e o sino, ou se não tivermos eles, simplesmente sustentamos nossas mãos no mudra da oração.

Quando pousamos eles em algum lugar, o sistema Jangter indica que é para colocar o drilbu olhando para o leste mirando na sua direção, com o dorje pousado transversalmente na frente dele, sem encostar um no outro. A parte superior do dorje deve estar à sua esquerda, e a parte inferior à sua direita. Quando for pegá-los, pegue os dois ao mesmo tempo.

Notas

[1] A região Naxi da província de Yunnan

O Monastério Khordong

O Mosteiro de Khordong está situado no Tibete Oriental, na província de Trehor no distrito de sNyi-Yul, próximo à aldeia de Deva. A família Deva foi a primeira a chegar nesta região e, até os anos 60, a casa deles foi a mais importante e foram os maiores proprietários de terras ali. A aldeia foi nomeada em homenagem a essa família.

O mosteiro é conhecido tanto como Gompa Khordong (*'Khor-gDong dGon-Pa*) quanto como Gompa Khangdong (*Khang-gDong dGon-Pa*). O mosteiro foi construído em cerca de 1725 d.C. por Khamtrul Sherab Membar (*Khams-sPrul Shes-Rab Me-'Bar*) que nasceu em 1680 d.C. no ano da serpente de ferro (l*Cags-sBrul*) do 11º ciclo *Rab-'Byung*. Ele nasceu na casa de Deva Tshang.

Até os anos 50, nas áreas de Golok e Sertag, o povo elegia seu chefe (*dPon-Po*) e seus oficiais e "reis". O governo central não tinha soldados, e o povo não pagava imposto a eles. Entre essas duas áreas encontra-se Trehor Nyi Khog e na sua fronteira encontra-se a aldeia Deva.

De acordo com a tradição, cem gerações depois que a família Deva construiu sua casa pela primeira vez ali, o chefe da casa foi chamado de Ngagnag Namchag Membar (*sNgags-Nag gNam-lCags Me-'Bar*). Seu nome era Namchag Membar (*gNam-lCags Me-'Bar*) e, como ele era um poderoso e perigoso yogi tântrico, recebeu o título de Ngagnag (*sNgags-Nag*), ou 'Mantra Negro'. Ele era muito famoso porque, se ele se irritasse, fazia cair chuva, granizo e relâmpagos contra seus inimigos. Diz-se que, ao longo das gerações, a família vinha se mantendo comprometida com a prática tântrica.

Namchag Membar havia adquirido seu poder de meditação (*siddhi*) ao completar a prática do Deus Negro Phurpa do Tesouro do Norte (*Byang-gTer Phur-Pa Lha-Nag*). Seu jovem filho tinha uma mente muito afiada e então ele o chamou de Sherab (*Shes-Rab*), 'Sábio Discernimento'. Sherab queria saber sobre os ensinamentos da linhagem de seu pai Jangter (*Byang-gTer*). Quando soube que o mosteiro principal se chamava Dorje Drag (*rDo-rJe Brag*), ele quis ir para lá, mesmo este estando no Tibete Central. Em Dorje Drag, recebeu muitas iniciações e ensinamentos. Ele se tornou discípulo de Rigdzin Pema Trinle (*Rig-'Dzin Pad-Ma 'Phrin-Las*), o quarto Rigdzin Chenpo (*Rig-'Dzin Chen-Po*) e a reencarnação do Rigdzin Godem (*Rig-'Dzin rGod-lDem*) e recebeu dele todas as iniciações e todas as transmissões da linhagem de Jangter. Em troca, deu a Pema Trinle a linhagem tibetana oriental de Ratna Lingpa (*Ratna gLing-Pa*), a Khongsal Nyingthig Terchö (*Khong-gSal sNying-Thig gTer-Chos*) e a linhagem direta de kama (*bKa'-Ma*). Ele também era um irmão em Darma de Pema Trinle por terem recebido a iniciação juntos pelas mãos do quinto Dalai Lama, Ngawang Lobzang Gyamtso (*Ngag-dBang bLo-bZang rGya-mTsho*), também conhecido como Zilnon Dragtsal Dorje (*Zil-gNon Drag-rTsal rDo-rJe*).

As Origens da Linhagem Byang-gTer

No século VIII d.C. o Mahapandita Śantarakshita indiano, Mahacharya Mahasiddha Padmasambhava de Uddiyana e o rei tibetano Trisrong Detsen (*Khri-Srong lDe'u-bTsan*) construíram o Mosteiro Samye (*bSam-Yas*). Padmasambhava deu muitas iniciações tântricas lá, assim como no Samye Chimphu (*bSam-Yas mChims-Phu*), àqueles que eram conhecidos como os Thugse Lobu Bugu (*Thugs-Sras sLob-Bu Bu-dGu)*, aos nove discípulos íntimos e ao grupo conhecido

como Lechen Dagpai Khornga (*Las-Can Dag-Pa'i 'Khor-lNga*), o círculo afortunado dos cinco, assim como ao Jebang Nyernga (*rJe-'Bangs Nyer-lNga*), os vinte e cinco discípulos compostos pelo rei e seus súditos. Todos esses grupos de discípulos incluem o Nanam Dorje Dudjom (*sNa-Nam rDo-rJe bDud-'Joms*), o rei Trisrong Detsen, Khandro Yeshe Tsogyal (*mKha'-'Gro Ye-Shes mTsho-rGyal*), Lhasre Mutri Tsenpo (*Lha-Sras Mu-Tri bTsan-Po*) e Gelong Namkhai Nyingpo (*dGe-sLong Nam-mKha'i sNying-Po*). Além disso, havia um agrupamento conhecido como Thugse Dagpa Sum (*Thugs-Sras Dag-Pa gSum*), composto pelo rei Trisrong Detsen, Nanam Dorje Dudjom e Yeshe Tsogyal. Quando Nanam Dorje Dudjom recebeu a iniciação para as Oito Grandes Práticas (*sGrub-Chen bKa'-brGyad*), sua flor caiu no segmento norte (*Byang*) da mandala e assim sua divindade meditativa foi Dorje Phurba (*rDo-rJe Phur-Pa*).

Séculos mais tarde Nanam Dorje Dudjom encarnou como Rigdzin Gokyi Demtruchen (*Rig-'Dzin rGod-Kyi lDem-sPru-Can*). Seu nome de nascimento foi Ngodrub Gyaltsan (*dNgos-sGrub rGyal-mTshan*), mas era chamado de "Pena de Abutre", pois primeiro três e depois mais duas penas de abutre surgiram no topo de sua cabeça. Ele foi para Zang-Zang Lha-Brag e retirou um tesouro conhecido como Sedrom Mugpo (*bSe-sGrom sMug-Po*), a urna de couro castanho avermelhado. Esta urna continha cinco compartimentos: *sNying-mDzod sMug-Po*, o tesouro do coração castanho avermelhado, no centro; *gDung-mDzod dKar-Po*, o tesouro da concha branca, no leste; *gSer-mDzod Ser-Po*, o tesouro do ouro amarelo, no sul; *Zangs-mDzod Mar-Po*, o tesouro do cobre vermelho, no oeste; *lCags-mDzod lJang-Gu*, o tesouro do ferro verde, no norte. A urna continha o Chidrub Drowa Kundrol (*sPyi-sGrub sGro-Ba Kun-Grol*), a prática externa de Chenresi; Nangdrub Rigdzin Dungdrub (*sNang-sGrub Rig-'Dzin gDung-sGrub*), a prática

interna de Padmasambhava; Sangdrub Dorje Dragpo Dragpo Tsal Thingka (*gSang-sGrub rDo-rJe Drag-Po-rTsal mThing-Kha*), a prática secreta do irado Dorje azul Dragpo Tsal; *Yangsang Gongpa Zangthal* (*Yang-gSang dGongs-Pa Zang-Thal*), um ensinamento secreto do dzogchen; Kabgye Dragpo Ranjung Rangshar (*bKa'-brGyad Drag-Po Rang-Byung Rang-Shar*), as oito grandes práticas das deidades iradas; Phurba Lhanag Drildrub (*Phur-Pa Lha-Nag Dril-Grub*), a prática intensa do Prego do Deus Negro. Todas essas práticas têm ramos grandes e pequenos e práticas associadas a elas, e tudo isso é conhecido como Jangter, os Tesouros do Norte.

Os principais detentores da linhagem do Byang-gTer são as encarnações do Rigdzin Godem. Todos eles têm o título de Rigdzin Chenpo, o grande portador da lucidez. O segundo Rigdzin Chenpo, Legden Dudjom Dorje (*Legs-dDan bDud-'Joms rDo-rJe*) nasceu em Ngari Lobo (*mNga'-Ris gLo-Bo*). Em sua terceira encarnação ele foi Rigdzin Ngagi Wangpo (*Rig-'Dzin Ngag-Gi dBang-Po*), que nasceu em Chang Nam-Re. Em sua quarta encarnação foi Lobzang Pema Thrinle (*bLo-bZang Padma 'Phrin-Las*), nascido em Namseling (*rNam Sres-gLing*), no Monkhar *(Mon-mKhar)*. Ele desenvolveu o mosteiro Dorje Drag. Sua quinta encarnação foi como Kalzang Pema Wangchug (*bsKal-bZang Padma dBang-Phyug*). Na sexta encarnação ele foi Khamsum Zilnon Kunzang Gyurme Lhundrub Dorje (*Khams-gSum Zil-gNon Kun-bZang 'Gyur-Med Lhun-Grub rDo-rJe*), qnascido em Tachienlu como o filho do rei local, Chagla Gyalpo (*lCags-La rGyal-Po*). A sua sétima encarnação foi Ngawang Jampal Mingyur Lhundrub Dorje (*Ngag-dBang 'Jam-dPal Mi-'Gyur Lhun-Grub rDo-rJe*), nascido na mesma casa de Pema Thrinle. A oitava encarnação foi Kalzang Pema Wangyal Dudul Dorje (*sKal-bZang Padma dBang-rGyal bDud-'Dul rDo-rJe*). A nona encarnação foi Thubten Chöwang

Nyamnyid Dorje (*Thub-bsTan Chos-dBang mNyam-Nyid rDo-rJe*) que nasceu em Lhasa. Na décima e atual encarnação, ele é Thubten Jigme Namdrol Gyamtso (*Thub-bsTan 'Jig-Med rNam-Grol rGya-mTsho*), nascido em Lhasa, no Banasho Lha Kyi.

O quarto Rig-'Dzin Chen-Po foi Pema Trinle, o discípulo e atendente (*Zhabs-Drung*) do quinto Dalai Lama, Ngawang Lobzang Gyamtso. O quinto guru do Dalai Lama foi o terceiro Rigdzin Chenpo, o Rigdzin Ngagi Wangpo, e ele tirou seu próprio primeiro nome, Ngawang (*Ngag-dBang*), do nome de seu guru. Lobzang (*bLo-bZang*) vem do nome de sua primeira encarnação, e Gyamtso (*rGya-mTsho*) é um título geral aplicado a todos os Dalai Lamas.

O quinto Dalai Lama deu a Padma Pema Trinle o seu nome da seguinte forma. Do terceiro Rigdzin Chenpo, ele o nomeou Ngawang, e do seu próprio nome ele o nomeou *Lobzang*. Como Pema Trinle era um grande detentor da linhagem de Padmasambhava, e também recebeu o nome Pema (*Padma*), e por ter sido quem mais atuou no desenvolvimento e no ensino e prática de Jangter desde a época do Rigdzin Godem, foi chamado de Trinle (*'Phrin-Las*), que quer dizer atividade.

Pema Trinle tinha como seu discípulo Sherab Membar que era extremamente culto, tendo recebido muitas iniciações e transmissões. Pema Trinle já tinha trinta e dois tulkus (*sPrul-sKu*, incarnation lamas) estudando com ele quando Sherab Membar chegou - mas aquele recém-chegado provou ser o melhor nos estudos, e assim foi chamado Sherab Membar pois seu conhecimento (*Shes-Rab*) era como um fogo abrasador (*Me-'Bar*). Ele também era um irmão em dharma de Pema Trinle já que ambos eram discípulos do quinto Dalai Lama. Quando Sherab Membar tomou a

ordenação plena como monge, seu nome se tornou Jampa Tenpai Gyaltsen (*Byams-Pa bsTan-Pa'i rGyal-mTshan*).

O quinto Dalai Lama instruiu Sherab Membar com esta previsão: *"Você deve retornar à sua casa. Nas proximidades, há uma montanha onde ficam três deuses serpentes naga. Nesse lugar, Nubchen Sangye Yeshe (gNubs-Can Sangs -rGyas Ye-Shes) meditou no Shinje (Yamantaka, gShin-rJe-Shed). Este é um lugar onde a meditação amadurece rapidamente. Nas proximidades há uma roda de oração e você deve ir para lá e praticar com diligência. Você deve construir ali uma casa de meditação e nomeá-la Thubten Evam Sangngag Chokor Namgyal Ling (Thub-bsTan E-Vam gSang-sNgag Chos-'Khor rNam-rGyal gLing)*". O quinto Dalai Lama lhe deu seu selo de trabalho, e este chegou até mim.

Rigdzin Chenpo Pema Trinle deu-lhe um conjunto completo com todos os textos de Dorje Drag e desenhos iniciáticos de tsagli (*Tsag-Li*), doze caixas ao todo. Ele também enviou treze monges para acompanhá-lo enquanto monge sênior. Doze dos monges carregaram cada um uma das caixas, enquanto o décimo terceiro carregou a comida. Naquela época, Sherab Membar tinha cerca de quarenta e seis anos de idade.

Quando chegou em sua casa, começou a procurar o lugar que o haviam informado. Ao nordeste de sua casa havia uma pequena fonte chamada Lugyal Zhugmo (*kLu-rGyal Zhug-Mo*) e perto dela, duas fontes chamadas Ritro Chumig Yela e Ritro Chumig Yonla (*Ri-Khrod Chu-Mig gYas-La gYon-La*). Essas nascentes eram muito pequenas mas tinham sempre água e no inverno havia vapor em cima da água, e nelas viviam pequenos sapos e camarões. No meio dessa

área ele viu uma casa muito antiga de onde vinham ruídos, mas não encontrava vestígios de uma roda de orações.

Sherab Membar ficou lá por três meses e em seguida teve um sonho que lhe mostrou onde ele encontraria a roda de orações. Quando foi para o lugar indicado não conseguiu encontrá-la, mas decidiu que permaneceria alguns dias ali. Então, à noite, quando estava bem quieto, ouviu o som da roda girando. Localizando-a no dia seguinte descobriu que a roda de orações havia sido colocada sob a terra e que estava girando pela ação do vento soprando por entre as penas a ela fixadas. Essa roda tinha sido construída por Nubchen Sangye Yeshe (*gNubs-Chen Sangs-rGyas Ye-Shes*) na época de Padmasambhava. A enorme roda de orações estava cheia de mantras de Yamantaka. Ela era girada pelo vento através de túneis e, no inverno, devido à formação de gelo, podia-se ouvir ela fazer um som de trituração.

Ele construiu um pequeno templo próximo dali e dentro dele, no centro, colocou as thangkas das deidades das oito grandes práticas (*bKa'-brGyad*) incluindo uma thangka pintada por Pema Trinle. Esse centro de prática ficou conhecido pelo nome que o quinto Dalai Lama lhe deu, e era comumente renomado como o mosteiro de Khordong.

Seus treze companheiros construíram os seguintes mosteiros, ramos desse:

1. Thubten Evam Sangngag Chökor Zhugjung Ling (*Thub-bsTan E-Vam gSang-sNgags Zhug-'Byung gLing*) também conhecido como Zhugjung Gompa (*Zhug-'Byung dGon-Pa*), construído por Jigtral Gyamtso (*'Jigs-Bral rGya-mTsho*) em mDo-Khog.

2. Tagtse (*sTag-rTse*), construído por Namdrol Gyamtso (*rNam-Grol rGya-mTsho*) em Nyar-Tri.

3. Zhugchen Gompa (*gZhug-Chen dGon-Pa*) foi construído por Yeshe Gyamtso (*Ye-Shes rGya-mTsho*) em gZhi-'Khor.

4. Ratrom (*Ra-Krom*) construído por Nudon Zangpo (*Nus-Don bZang-Po*) em sNyi-sMad.

5. Bala Gompa (*Ba-Lar dGon*) por Kunga Ngedon (*Kun-dGa' Nges-Don*) no vilarejo Mi-Nyag.

6. Bane Gompa (*Ba-gNas dGon*) porYeshe Dorje (*Ye-Shes rDo-rJe*) em Ba Khog village.

7. Do Dorje Drag (*mDo rDo-rJe Brag*) por Namdrol Dorje Zangpo (*rNam-sGrol rDo-rJe bZang-Po*) em Tachienlu. O Dorje Drag LhaBrang foi nomeado em homenagem ao sexto Rigdzin Chenpo, Khamsum Zilnon (*Rig-'Dzin Chen-Po Khams-gSum Zil-gNon*), que nasceu naquele lugar e que foi para o mosteiro de Dorje Drag no Tibete central.

8. Tribu Gompa (*Tri-Bu dGon*) por Kunga Thegchog Tenpai Gyaltsen (*Kun-dGa' Theg-mChog bsTan-Pai rGyal-mTshan*) no vilarejo de Ba. Ele foi o maior erudito e o maior meditador e discípulo sênior do círculo de Pema Trinle. Sherab Membar, ao morrer, nomeou-o professor sênior do lugar.

9. O centro de retiro de meditação Thubten Evam Gatsal (*Thub-bsTan E-Vam dGa'-mTshal*), construído por Trinle Lhundrub ('Phrin-Las Lhun-sGrub) perto do mosteiro de Khordong. Os meditadores de lá se concentravam

nas práticas preliminares (*sNgon-'Gro*), nas práticas energéticas (*Phag-Mo Zab-rGyas*) e na natureza da mente (*rDzog-Chen Ka-Dag*), e foram reconhecidos pelo sucesso que obtiveram com as práticas.

10. Tsone Gompa (*gTso-gNas dGon*) foi construído por Urgyen Chemchog
(*U-rGyan Che-mChog*) no vilarejo de gTso.

11. A ermida de Drori Ritro (*'Bro-Ri Ri-Khrod*), construída por Kunga Yeshe
(*Kun-dGa' Ye-Shes*) em bSer-Khog.

12. O mosteiro de Sotogne (*bSo-Thog gNas*), construído por Thogme Zangpo (*Thog-Med bZang-Po*) no vilarejo de gTso.

13. Drala Gompa (*Gra-Lags dGon*), construído por Sherab Gyamtso
(*Shes-Rab rGya-mTsho*) no vilarejo de Dza.

14. Gutsa Gompa (*'Gu-Tsha dGon*) construído por Sherab Zangpo no vilarejo Zu de cima.

15. Nelung Gompa (*sNe-Lung dGon*) construído por Sherab Zangpo.

16. Pangle Gompa (*sPang-Le dGon*) construído por Sherab Zangpo.

O mosteiro principal desses quinze centros é a Gompa Khordong , construída por Sherab Membar. Em 'Khordong Gompa' existiam 108 templos e uma estupa muito grande que levou seis anos para ser construída. Foi uma construção muito cara. Todo o ouro, manteiga e riquezas da região

foram vendidos para a realização da estupa. Devido a isso todas as pessoas da área ficaram pobres, seu egoísmo foi cortado e, consequentemente, as brigas e intrigas que existiam cessaram. Sherab Membar recebeu a transmissão completa de todas as iniciações e ensinamentos (*Thob-Yig*) do quinto Dalai Lama. Ele os transmitiu em sua forma completa para Khordong Terchen (*'Khor-gDong gTer-Chen*) diretamente, e também para Drubgon Tse (*sGrub-mGon Tsheg*) e Tenpa Gyaltsen (*bsTan-Pa rGyal-mTshan*).

Khordong Terchen Nuden Dorje transmitiu a linhagem completa a seu sobrinho Gonpo Wangyal (*dGon-Po dBang-rGyal*) e a Rigdzin Chomdar (*Rig-'Dzin Chos-mDar*) da Bane Gompa. Ambos deram a transmissão completa ao Tulku Tsorlo (*sPrul-sKu Tshul-Lo*) e Tulku Tsorlo transmitiu isso a Bane Tulku Urgyen Tendzin (*Ba-gNas sPrul-sKu U-rGyan bsTan-'Dzin*). Eu recebi a transmissão completa de ambos.

O sobrinho do sobrinho de Sherab Membar chamava-se Urgyen Rangjung (*U-rGyan Rang-Byung*) e seu filho era o Khordong Terchen Nuden Dorje Drophan Lingpa Drolo Tsal (*Nus-lDan rDo-rJe 'Gro-Phan gLing-Pa Gro-Lod rTsal*). Ele é a encarnação da fala de Nanam Dorje Dudjom (*sNa-Nam rDo-rJe bDud-'Joms*), a encarnação do Corpo de Khyeu-Chung Lotsawa e a encarnação da Mente de Padmasambhava. O texto *Yang-gSang rDo-rJe Gro-Lod Kyi gTer-Lung* diz: *"Nuden Dorje tem a benção especial da fala de Nanam Dorje e do Corpo de Khyeu-Chung Lotsawa. Você é meu filho [de Padmasambhava] de coração, e em tempos futuros você será grande no ato de revelar ensinamentos e objetos-tesouro1"*.

Em Ko-Ko-Nor e outros grandes lugares ele revelou sete estátuas de Guru Thongwa Donden (*Guru mThong-Ba Don-lDan*) que são os sKu-rTen, os representantes do Corpo

de Padmasambhava; onze pedras, chamadas Dodrom Thongwa Donden (*rDo-Drom mThong-Ba Don-lDan*), cada uma com cinco extensões de diâmetro e com a impressão da mão de Padmasambhava na parte superior e a marca do dedo de Yeshe Tsogyal, pressionado bem no meio. Essas pedras têm cerca de três polegadas de altura, são de aparência rara e, embora originalmente de cor verde elas se tornam castanhas, pretas, e assim por diante durante a meditação. Ele também revelou outras vinte e sete pedras-tesouro.

Enquanto Sungten (*gSung-rTen*), os representantes da fala de Padmasambhava, ele revelou os seguintes textos: *Phyi-sGrub bKa'-brGyad, bLa-sGrub, Nang-sGrub mKha'-'Gro, gSang-Drub Zhi-Khro lTa-Ba kLong-Yangs, Yang-gSang Gro-Lod, gSer-Chos, Zab gSang mKha-'Gro Sang-mDzod.* Ele também revelou o *Drag-Po Lha-Nga e o sKu-gSum Zhi-Khro.*

Como o thugten (*Thugs-rTen),* o representante da Mente de Padmasambhava, ele revelou o Phurpa Nangsri Zilnon (*Phur-Pa sNang-Srid Zil-gNon*) assim como dez phurpa feitos de ferro provindo do coração de um dragão e um Hung feito de ferro provindo do céu, que Padmasambhava realizou no Samye.

A primeira reencarnação de Nuden Dorje nasceu dois anos após sua morte. Ele era conhecido como Chagkung Geuter (*LCags-Khung sGe'u gTer*) ou Gili Terton (*Gili gTer-sTon*) ou Dudjom Lingpa (*bDud-'Joms gLing-Pa*).

Sua segunda encarnação chamou-se Dorje Gya (*rDo-rJe rGya*). Ele nasceu no distrito de Yu Khog. Era filho de Terchen Zhenpen Lingpa (*gTer-Chen gZhan-Phan gLing-Pa*). Ele revelou dois volumes de ensinamentos-tesouro

(*gTer-Chos*), um de Khandro (*mKha'-'Gro*) e um de Dzogchen (*rDzogs-Chen*).

A terceira, às vezes contada como a quarta encarnação sua sou eu mesmo. Esse homem muito pequeno que se parece com um pirilampo recebeu um nome parecido com o sol, Khordong Terchen Chime Rigdzin Wangpo (*'Khor-gDong gTer-chen 'Chi-Med Rig-'Dzin dBang-Po*). Aos três anos ingressei no dharma. Aos cinco anos aprendi a ler e soletrar e nos nove anos seguintes até os treze anos, estudei com os cinco grandes lamas reencarnados daquele mosteiro, incluindo Bane Tulku Genlo (*Ba-gNas sPrul-sKu Gan-Lo*), Tulku Gyurme Dorje (*sPrul-sKu 'Gyur-Med rDo-rJe*), Tulku Kunzang Dorje (*sPrul-sKu Kun-bZang rDo-rJe*) e Tulku Pema Namzang (*sPrul-sKu Padma rNam-bZang*). Além disso, treze ou quatorze velhos monges me ajudaram nos estudos, portanto, tive uma boa chance de aprender.

Notas

[1] Como exemplo desta escrita, veja Low, J. *Being Right Here: The Mirror of Clear Meaning*, Publicações Shambala, 2004.

(n.t: este livro foi publicado em português pela editora Meditando Junto com o título 'Estando Bem Aqui: O Espelho do Claro Significado')

Educação no Mosteiro de Khordong

(*n.t: o texto original descreve C.R Lama comentando sobre a educação no mosteiro Khordong em vários tempos verbais entremeados; isto foi mantido nesta versão.*)

Em resumo, quem quer que chegue ao mosteiro para ingressar na vida religiosa aprende o alfabeto, a ler e a escrever. Os ingressantes geralmente chegam por volta dos cinco anos de idade, mas também já os vi chegar acima dos dezoito anos. Havia em meu mosteiro também dois ou três monges que nunca aprenderam a ler e escrever mas que memorizaram todos os textos necessários, e estudaram e praticaram bem. Seu aprendizado não foi menor que o dos outros monges e eles passavam quase todo o tempo praticando, já que não se distraíam lendo livros de história, e assim por diante.

As crianças iniciam sua educação com leitura e ortografia e depois aprendem alguns versos em louvor a Manjusri chamados *Gang bLo Ma*. Acreditamos que ao lê-lo as crianças desenvolvem uma boa memória e mais inteligência. A memorização de textos é importante por muitas razões. Se um texto está na sua memória, você pode recitá-lo em qualquer circunstância, inclusive na escuridão total. Os textos enchem as crianças de belas palavras, imagens e ritmos, além de torná-las parte de uma tradição. Os alunos são apresentados a cada texto ouvindo-o sendo lido para que experimentem a transmissão via som, o lung (*rLung*). Depois eles começam a memorizar o *Chos-sPyod Rab-gSal,* que contém mais de duzentas páginas de orações e instruções budistas. Esse texto é a prática de deidade básica para todos os monges do monastério. Quando é dominado, eles começam a memorizar as práticas Jangter do *sGro-Ba*

Kun-Grol, focadas em Chenresi, do *Rig-'Dzin gDung-sGrub* focadas em Padmasambhava e do *Thugs-sGrub Drag-Po-rTsal* focadas em um aspecto irado de Padmasambhava. A memorização desses textos frequentemente usados é necessária porque os monges não têm permissão de olhá-los durante as principais partes das práticas extensas de visualização ritual.

A educação tradicional tibetana e a educação moderna são muito diferentes. Por exemplo, no sistema moderno toda a educação escolar deve ser concluída em cerca de doze anos, mas no sistema tibetano os alunos continuam a estudar até ter domínio dos seus estudos, quer isso demore dez ou vinte ou até quarenta anos. Isto foi possível porque no Tibete oriental os monges não tinham necessidade de ter um emprego, e se não há necessidade de ter um emprego, então não é necessário se obter rapidamente uma qualificação.

A educação oferecida no mosteiro era puramente para o Darma e não por qualquer outro motivo e, portanto, os únicos textos usados eram textos de Darma. Além disso, em mosteiros rigorosos como Khordong, Bane (*Ba-gNas*), Dodrubchen (*mDo-Grub-Chen*), Dzogchen, Dorje Drag e assim por diante, mesmo o estudo da poesia, por exemplo o Kavyadarsha de Dandin, não era permitido. Isto porque muitos poemas eram sobre o amor, considerado perturbador para os monges. Assim também o estudo da história e das lendas, seja do Tibete ou de outros países, não era permitido. Mesmo histórias elevadas sobre o Darma não eram permitidas até que todos os estudos fossem concluídos, pois os estudantes poderiam ser tentados a se afastar dos estudos do Darma necessários por esses outros textos, mais fáceis de ler.

No que diz respeito aos principais textos estudados para o Sutra e o budismo em geral, o *Dul-Ba mDo rTsa-Ba*, o *So-So-Thar-Pai mDo* e outros foram usados para o Vinaya, o estudo das regras monásticas. O Pramanavarttika e os outros seis textos famosos da Dharmakirti foram os principais textos sobre lógica e análise utilizados. Também estudamos o *mNgon-rTogs-rGyan* e os outros cinco textos famosos de Maitreyanath. Para Madhyamika, estudamos o *dBu-Ma rTsa-Ba Shes-Rab*, o *dBu-Ma-rGyan* e outros. Para o Abhidharma, estudamos o *mNgon-Pa mDzod,* o *mNgon-Pa sDus-Pa* e outros.

Os estudantes tinham que prestar uma atenção detalhada ao Bodhicaryavatara (*Byang-Chub Sems-dPa'sPyod-Pa La 'Jug-Pa*) e aos outros textos-raiz indianos encontrados nos treze volumes do tradicional programa de estudos Nyingma. Para o Tantra, os textos utilizados são os *gSang-sNgags Lam-Rim* de Padmasambhava, o *Chos-dByings mDzod* e o resto do *mDzod-bDun* de Longchenpa, o *Kun-bZang bLa-Mai Zhal-Lung* de Patrul Rinpoche e o *sNgags-Rim* de Pema Trinle. Os *Ye-Shes bLa-Ma* e *dGongs-Pa Zang-Thal* eram usados para ensinar o Dzogchen.

Não havia taxa de entrada ou taxas para o curso que iriam estudar; as únicas coisas que precisavam fornecer eram os livros de uso próprio. No Tibete Oriental todos os monges, mesmo os mais pobres, tinham comida e roupa suficientes e não precisavam usar sua educação para obter essas coisas. Entretanto, no Tibete Central algum serviço governamental ou semi-governamental era às vezes necessário.

O período de ensino decorria do oitavo mês até o quinto mês do ano seguinte. O ensinamento era oferecido pelos Khenpos (*mKhan-Po*) escolásticos, Khenpos expertos, Lamas elevados e outros especialistas. Quem quisesse ouvir o

ensinamento era autorizado a estar presente, mas se, por exemplo, houvesse cem pessoas presentes talvez apenas cinqüenta realmente estudavam, enquanto o resto achava que presenciar era parte do seu dever religioso e que fazendo isso todos os dias algum Darma seguiria com eles. Aquele que estudava bem se chamava Lopon (*sLob-dPon*), ou Kyorpon (*sKyor-dPon*), tornando-se professor assistente, ou professor. No mosteiro havia estudiosos que já haviam estudado os mesmos textos cinqüenta vezes ou mais; como não havia um limite de idade ou ano, os estudiosos podiam frequentar os mesmos ensinamentos várias vezes. Por essa razão não se tratava de ser aprovado ou reprovado. Aqueles que se tornavam especialistas ou que eram reconhecidos por muitos mosteiros como tendo obtido compreensão, eram considerados como tendo obtido êxito nos estudos.

Desde o galo da manhã até a meia noite os estudantes prosseguiam com seus estudos. O ensino era ministrado das 5 da manhã até as 14 horas. Talvez três ou quatro Khenpos estariam dando ensinamentos diferentes, simultaneamente. Isso lhe dá uma visão geral do nosso sistema de ensino.

Haviam matérias extras como medicina, arquitetura para a feição de stupas, de mandalas, de mosteiros e outros edifícios, assim como pintura, a fabricação de estátuas e assim por diante. O texto usado para isso é o *bZo-Rig Pa-Tra* ou 'Educação Artística', por Mi-Pham Rin-Po-Che. Alguém poderia argumentar que foi dito acima que a educação era apenas para o Darma e, portanto, como esses outros assuntos poderiam ser introduzidos? Mas acreditamos que a medicina também faz parte do Dharma. De cem médicos, cinqüenta jamais aceitarão dinheiro algum para dar diagnósticos ou tratamentos. No entanto, se alguém ofertava coisas como medicamentos ou outros ingredientes aos médicos, eles os aceitavam alegremente e os usavam

para tratar outros pacientes. Os temas e ofícios ensinados no *bZo-Rig Pa-Tra* eram realmente apenas sobre o Dharma. Às vezes os temas pareciam fáceis e às vezes muito difíceis.

Pode levar de quinze a vinte anos até que alguém se torne um alto estudioso como um Kyorpon no Tibete Oriental, ou um Geshe (*dGe-Shes*) no Tibete Central. Mas se a pessoa fosse obter esses níveis através de métodos modernos de estudo, isso exigiria mais de duzentos anos. Digo isso porque primeiro nossos professores ensinavam uma matéria por duas a três horas ou mesmo por quatro a cinco horas, se desejassem terminar uma seção ou subseção de algum texto. Mas na educação moderna o período de aula é de quarenta e cinco minutos e no início da aula cada aluno tem de responder seu nome para a chamada, o que pode levar de cinco a dez minutos, deixando apenas trinta e cinco minutos para o ensino propriamente dito. Então quando o professor começa a ensinar ele tem de estar sempre olhando para o relógio para ver quanto tempo lhe resta e isso tira a sua atenção do ensino, de modo que no final os alunos recebem apenas cerca de trinta minutos de instrução.

Em segundo lugar, no sistema educacional moderno os alunos só estudam trechos selecionados daqui e dali e não trabalham sistematicamente por todo um livro do começo ao fim, enquanto que no Tibete o texto inteiro tem de ser totalmente compreendido. Além do mais, no Tibete os grandes professores não precisavam se perguntar se seus alunos iriam comparecer ou não porque sabiam que todos gostavam de estudar. O professor tem talvez cinqüenta anos de idade e acredita que todos os seus alunos, com idades entre quinze e cinqüenta anos, virão devido ao seu próprio interesse e, portanto, ele não precisa chamar o nome de cada um para verificar se estão presentes ou não.

Uma vez falei sobre isso com um colega da universidade em Santiniketan e ele disse: "Sim, temos aqui um professor assim aqui". Um dia ele começou a lecionar às 15h. Ele era famoso e muito respeitado e seu público prestava atenção. Um dia às nove horas da noite o zelador veio e disse: "Senhor, meu expediente terminou e agora tenho que trancar tudo". E então o professor verificou seu relógio e terminou a aula". Mas não há muitos professores assim, e por isso digo que o que era possível em vinte anos no Tibete levaria duzentos anos no sistema de ensino moderno.

Não estou falando aqui nada sobre graus relativos de inteligência, mas simplesmente que os sistemas de ensino funcionam assim. Também, no Tibete os professores se tornavam grandes estudiosos porque não recebiam salário, e por isso se concentravam apenas em seus estudos e em benefício de sua própria compreensão e da compreensão dos outros. Entretanto, no sistema moderno até mesmo os professores precisam de dinheiro e por isso não podemos realmente saber se eles são bons estudiosos, que amam aprender pelo próprio prazer do estudo.

Os estudantes não precisavam pagar taxas ao mosteiro pela educação que recebiam e estavam também livres de qualquer preocupação em relação à alimentação e alojamento, já que desde o início no mosteiro recebiam tudo de graça. Aqueles que eram de casas renomadas eram patrocinados a vida inteira, e as famílias de alguns monges patrocinavam inclusive outros monges todo ano. Dessa forma, os monges pobres obtiam alimentos e outras necessidades diretamente do monastério ou de algumas pessoas ricas. Por exemplo, no Mosteiro de Khordong havia um monge chamado Pema Legden (*Padma Legs-dDan*), que não era um monge muito elevado, mas sua família era de classe média e dava comida e educação para os novos

estudantes durante seus primeiros quatro a cinco anos. Ele gostava de viver um pouco fora do mosteiro, porque os jovens monges faziam muito barulho ao recitar seus textos. No Tibete havia um ditado: "*Chos-Pa Ri La sDud Na Zan Gong Gyen La Ril*", *"Mesmo que um praticante de Darma viva no topo de uma montanha a comida irá rolar até lá em cima para ele"*.

Mosteiro de Khordong:

Ciclo Anual de Rituais

Descreverei a seguir os rituais de veneração e meditação que eram realizados a cada ano no Mosteiro de Khordong da época do Sherab Membar (*Shes-Rab Me-'Bar)* até os meus vinte anos de idade. Em geral, os rituais seguiam o sistema do Mosteiro Dorje Drag no Tibet Central, que é o mosteiro chefe da tradição Jangter.

Alguns dias importantes celebrados durante o ano

O 1º mês depois de losar (*Lo-gSar*), o novo ano, é geralmente conhecido no Tibet como Dawa Dangpo (*Zla-Ba Dang-Po*), que significa "primeiro mês". No sistema Nyingmapa ele é conhecido como o Mês do Coelho. De acordo com o sistema Hor ou Mongol este é o Mês Ta (*rTa*), ou Mês do Cavalo. No sistema dos vilarejos predominantes em todo o Tibete é

conhecido como o Mês do Nascimento. Entretanto, qualquer que seja seu nome, não há dúvida de que é o 1º mês do ano. Ele é também chamado de 'Chotrul Dawa' (*Chos-'Phrul Zla-Ba*), o mês dos milagres.

No 15º dia deste mês o Senhor Buda Shakyamuni mostrou seu poder mágico compassivo, a fim de controlar e ajudar os seis Tirthikas, ou adeptos não budistas. De manhã cedo, no 7º dia do 6º mês, ou no Saga Dawa (Sa-Ga Zla-Ba), o Buda nasceu. No 15º dia do 6º mês ele recebeu a iluminação de manhã e, muitos anos mais tarde nessa mesma data, morreu à noite. No 3º mês do 15º dia o Tantra de Sri Kalachakra foi ensinado pela primeira vez. No 4º dia do 6º mês tibetano o Senhor Buda entrou no ventre de Mayadevi e este é também o dia do dharmacakra pravartana, o "primeiro giro da roda do dharma", o primeiro ensinamento da doutrina de Buda Shakyamuni. O 22º dia do 9º mês é celebrado como o grande momento da descida do divino, lhabab duchen (Lha-Babs Dus-Chen), o dia em que Buda Shakyamuni desceu de volta à terra do paraíso Tushita, onde ele havia ido para ensinar o Darma à sua mãe. Todos os tibetanos concordam sobre os detalhes dessas histórias.

O Primeiro Mês

No 1º dia do 1º mês as celebrações do Losar acontecem, o Ano Novo, e no 2º e 3º dias também tem algumas celebrações de Ano Novo. Do 4º ao 7º dias, práticas habituais do mosteiro acontecem. Ou seja, pela manhã recita-se o Chocho Rabsal (*Chos-sPyod Rab-gSal*), uma coleção de orações a serem lidas diariamente, e a recitação dos textos do Kangso (*bsKang-gSo*) para a reparação dos compromissos à tarde. Do dia 7 ao 15 tem o *bDe-Chen Zhing-sGrub*, a prática e os ensinamentos sobre como

renascer no Reino do Buda Amitabha. No dia 13 o *'Khor-'Das sPyi-bSangs* é lido, a fim de purificar todos os modos possíveis de existência. No 15º dia faz-se a iniciação de Amitabha com os Mil Budas. Na manhã do dia 15 a prática Sojong (*gSo-sByongs*) é lida para a confissão e a reparação dos votos monásticos no templo principal, e à noite é lido o Ngagso (*sNgags-gSo*), para reparar os votos tântricos.

Em outras casas do mosteiro, alguns monges praticam o *sGyu-'Phrul bKa'-Ma*, a tradição oral da natureza ilusória de acordo com o texto de Pema Trinle (*Padma 'Phrin-Las*). E aí a congregação geral dos monges segue as práticas monásticas habituais do 19º ao 25º dia.

No dia 25, os cem monges do novo Lhabrang Serkhang (*Lha-Brang gSer-Khang*) realizam o Khandro Sangwa Yeshe (*mKha-'Gro gSang-Ba Ye-Shes*), ritual de Sabedoria Secreta Dakini, de acordo com o sistema de Dorje Drag, e realizam o ritual do fogo associado a isso, o Jinseg (*Byin-bSregs*). Se algum grande lama estiver doente, eles irão também realizar a dança ritual dakini chamada *mKha-'Gro Gar-'Cham*, junto com o *mKha-'Gro bSu-bZlog*, o ritual para dissipar dificuldades, e os *brTen-Zhugs* ou orações para uma vida longa.

Dos dias 26 a 28 tem práticas monásticas habituais. No dia 29 o *Khandro Sangwa Yeshe* é praticado junto com o ritual associado a ele, o Sudog (*bSu-bZlog*), visando repelir as dificuldades. Se isso não é feito, fazemos então o Phurba, o ritual de Prego Tântrico, de Gonpo Wangyal (*mGon-Po dBang-rGyal*) com seu ritual dogpa, para repelir as dificuldades. No dia 30 o Sojong é lido pela manhã e o Ngagso à noite.

O Segundo Mês

O segundo mês é geralmente conhecido como o Mês do Cão. No sistema Hor é conhecido como o Mês da Cobra e os Nyingmapa o chamam de Mês do Dragão. Em seu 10º dia, Tsechu (*Tshes-bCu*), há a *Phyi-sGrub bLa-Ma bKa'-brGyad*, a prática ritual exterior das oito grandes divindades. A preparação para isto começa nos dias 8 e 9. Este é um Tersar (*gTer-gSar*), um novo texto tesouro da minha primeira encarnação, Khordong Terchen Nuden Dorje Drophan Lingpa Drolo Tsal (*'Khor-gDong gTer-Chen Nus-lDan rDo-rJe 'Gro-Phan gLing-Pa Gro-Lod rTsal*).

Na manhã do dia 15 há o ritual *Sojong* and o *Gyuntsog* (*rGyun-Tshogs*), um ritual com muitas ofertas diferentes. Isso segue o sistema Dorje Drag (*rDo-rJe Brag*), e vem do tradutor Vairocana, Kunrig Nampar Nangdze (*Kun-Rigs rNam-Par sNang-mDzad*). Na tarde do dia 15 é lido o Ngagso, do texto Rigdzin Tsasum Kundu (*Rig-'Dzin rTsa-gSum Kun-'Dus*), o conjunto das vidyad-haras e as três raízes. No dia 25 o Cham (*'Cham*) ou a prática de dança ritual começa no mosteiro de Serlog Gang (*gSer-Log sGang*), que fica a cerca de dois quilômetros do mosteiro principal. Lá o mestre de dança, o mestre dos címbalos e alguns monges experientes ensinam a dança aos noviços. Também no 25º dia é lido o Tersar Khandro Sangwa Yeshe, e na sala Serkang (*gSer-Khang, casa dourada*) é realizado o ritual da divindade Demchog (*bDe-mChog, grande êxtase*). No 29º dia é lido o Zabtig Phurba (*Zab-Thig Phur-Pa*) de Gonpo Wangyal, uma prática profunda do ritual do prego. Na manhã do dia da não lua é lido o Sojong e o Gyuntsog, e à tarde é lido o Ngagso.

O primeiro mês é mais ativo do que o segundo em termos de grandes cerimônias de veneração ritual. No segundo mês, sempre que não estiverem lendo nenhum texto especial, todos os monges são obrigados a se reunir no salão principal para ler o texto completo da prática diária do *Chocho Rabsal* pela manhã e o *Kangso (bsKang-gSo*) para a reparação dos compromissos, à tarde.

O Terceiro Mês

O terceiro mês é geralmente chamado de Mês do Porco, embora o sistema Hor o chama de Mês do Cavalo, e os Nyingmapa se referem a ele como o Mês da Cobra.

No décimo dia, sob a orientação do Vajracharya, cem monges fazem cem ofertas de *Tsog (Tshogs)* de acordo com o *Zhitro Tawa Longyang (Zhi-Khro lTa-Ba kLong-Yangs)*, o Terchö de Khordong Terchen Nuden Dorje. Esta prática inclui as quarenta e duas formas pacíficas e cinqüenta e oito formas iradas, assim como os dez vidyadharas com suas consortes, o *Rigdzin Yabyum (Rig-'Dzin Yab-Yum*), e todo o *Phurba Dorje Zhonu (Phur-Pa rDo-rJe gZhon-Nu)*. Ele é realizado na casa de Nuden Dorje. No dia seguinte, esses cem monges vão para Serlog Gang, e, montando barracas, eles ficam lá até o dia 15. Ali eles lêem o Zhitro quatro vezes ao dia e fazem mil *Nedren (gNas-'Dren),* a fim de direcionar os mortos a um bom renascimento. Isto é especialmente intencionado a todos os aldeões daquela área que morreram no último ano, assim como a todos os animais que morreram e todos os insetos e outras criaturas que foram mortas pelos aldeões no decorrer do seu trabalho. O administrador dessa prática, o *Zhitro Nyerpa (Zhi-Khro gNyer-Pa)* organiza as finanças para esses rituais e muitas pessoas a até mil milhas de distância enviam ofertas.

No 8º dia do 3º mês, no templo Lhabrang do Novo Serkhang, as práticas para o Sri Kalachakra começam com o ritual *Sachog (Sa-Chog)*, a fim de preparar o local. Depois, no 9º dia o *Tagon (lTa-Gon)* acontece, a etapa inicial da iniciação, e depois a mandala de *Khyilkhor Dultson (dKhyil-'Khor rDul-Tshon)* é criada, feita de pós coloridos. Nos 14 e 15 dias, cento e vinte e cinco monges praticam o Sri Kalachakra, e no 15º dia realizam o ritual de fogo *Jinseg* e o ritual *Dagjug (bDag-'Jug)* um ritual de auto-poderamento como se fossem a deidade. Dentro do Serkhang eles executam a dança ritual *Dorje Gar (rDo-rJe Gar)* que só pode ser testemunhada por aqueles que receberam a iniciação de Sri Kalachakra. Alternando a cada ano, é lido o Mipham (*Mi-Pham)* um ano, o texto Kalachakra do Rinpoche, e no ano seguinte o *Terchö (gTer-Chos)* de Lerab Lingpa (*Las-Rab gLing-Pa*).

No 15º dia, alguns monges lêem o *Sojong*. Também nesse dia, cento e cinqüenta monges lêem o ritual de oferenda do corpo de *Tsokle Rinchen Trengwa (Tshogs-Las Rin-Chen 'Phreng-Ba)*. Depois, junto com outros monges, eles fazem a *Torma Gyatsa (gTor-Ma brGya-rTsa),* a oferenda dos cem sacrifícios rituais, com a oferenda da água. Também nesse dia, quatro ou seis desses monges devem ir ao rio Ro-Nye, que fica a cerca de duas milhas do mosteiro. Lá eles lêem principalmente os textos de Prajnaparamita. Originalmente, somente esses textos eram levados, mas mais tarde vários volumes do *Kangyur (bKa'-'Gyur)*, as obras reunidas do Buda, também foram sendo levadas. Lá eles oferecem ritualisticamente água abençoada permeando os redemoinhos do rio. Quando retornam, executam o *Gawa Khyilpa (dGa'-Ba 'Khyil-Pa)* no pátio do mosteiro, a dança da felicidade que fazem rodopiando.

Depois, do dia 25 até a lua nova e sob a direção do Dorje Lopon Tripa (*rDo-rJe sLob-dPon Khri-Pa)*, o líder dos rituais

meditativos, cem monges do Novo Serkhang recitam o ritual das deidades pacíficas e iradas, o *Zhitro Tsorwa Rangdrol (Zhi-Khro Tshor-Ba Rang-Grol),* de Karma Lingpa, junto com cem nedren para os mortos *(n.t. prática de "orientação" destinada a ajudar a guiar o falecido para a iluminação, purificando os vários reinos do samsara)*. Isso tudo é patrocinado pelo povo da aldeia de Nye.

No dia da lua nova pela manhã, os monges lêem o *Sojong* para reparar seus votos vinaya, e o *Ngagso* à tarde. Há também algumas atividades extras durante esse mês. No dia 20 há um ensaio de dança e um exame realizado num aposento do Serlog Gang. O chefe de coro ou maestro *Umdze (dBu-mDzad)* está presente ou senão seu assistente, juntamente com o mestre de danças ou seu assistente, e um dos dois disciplinadores Geko *(dGe-bsKos)*. Então cada novo dançarino se coloca entre dois dançarinos experientes e juntos eles praticam todos os passos e gestos necessários. Se todos os novatos passarem nesse primeiro dia, eles poderão então aparecer na dança do tambor Ngacham *(rNga-'Cham),* no próximo *Tsechu (Tshes-bCu)*, que acontece no décimo dia do calendário lunar. Eles já terão tido cerca de vinte e cinco dias de prática, e também já terão feito as práticas preliminares na seção Sartra (*Sar Tra*) para iniciantes.

No dia 20, uma outra atividade importante ocorre, que é quando alguns monges especialmente cuidadosos tiram das caixas os pedaços armazenados da enorme thangka bordada a ser pendurada e a remontam. A thangka inteira tem cerca de 50 metros de altura e 20 metros de largura. No 25º dia, o Vajra-charya, junto com vinte e cinco monges, realiza o *Tsechu Sachog (Tshes-bCu Sa-Chog)* preparando o terreno para as celebrações do 10º dia do mês seguinte. Do 26º ao 29º dias Tormas são feitas por cinqüenta monges, e alguns especialistas constroem a mandala com pós

coloridos. No dia da lua nova o ensaio final da dança lama é realizado no pátio do templo. Isso também é um exame e alguns monges que passaram no teste anterior irão falhar neste aqui. Isso conclui as atividades do terceiro mês.

O quarto mês

O quarto mês é geralmente conhecido como o Mês do Rato (*Byi-Ba*). No sistema Hor ele é conhecido como o Mês do Carneiro, e os Nyingmapa o chamam de Mês do Cavalo.

No primeiro dia, a Torma para a prática do *Lama Sangdu (bLa-Ma gSang-'Dus),* a assembleia secreta de Guru Padmasambhava, é realizada no Serkhang de Cima. Em seguida, no terceiro dia no Novo Serkhang, o Dorje Lopon Chenpo e cento e vinte e cinco monges lêem o *Gyalngen Lasang (rGyal-brNgan Lha-bSang)* enquanto oferendas de fumaça são feitas. Após terminarem, eles fazem a armação dos quadros a serem suspensos e instalam as cordas para a enorme thangka que foi montada no terceiro mês. Enquanto a armação está sendo montada, os cento e oito volumes do Kangyur são abertos e cada volume é lido usando o sistema *Dzog (rDzog)* de virar cada página. Então os monges vão para as quatro direções e lêem o *Sutra Coração (Prajnaparamita Hridaya)* com o ritual para repelir *Dogpa*. Essa leitura deve ser mantida até que a armação esteja pronta. Em seguida, eles carregam o *Kangyur* em volta do mosteiro e depois colocam cada um dos volumes de volta em seu lugar de origem.

Esta recitação e a *Dogpa* são feitas porque antigamente no mosteiro Nyi-Dar, a cerca de 50 milhas a oeste do mosteiro de Khordong, houve um monge que se tornou um demônio quando morreu e que então sempre tentava causar problemas para os praticantes Nyingma. Um ano ele quebrou a viga de suporte da estrutura e isso resultou na

morte de um homem. A substituição das vigas é difícil de ser feita rapidamente. Quando a thangka é pendurada no novo salão do mosteiro se faz a consagração *Rabne (Rab-gNas)* porque, embora tenha sido consagrada antes, ela acabou de ser retirada da caixa onde havia sido embalada ao final do ritual do ano anterior. A Thangka podia ser totalmente exposta, uma vez que o salão era muito grande, embora parte do pano nas bordas em cima e em baixo tinham de ser enrolados.

A partir do terceiro dia começa o *Rigdzin Dungdrub Drubchen (Rig-'Dzin gDung-sGrub sGrub-Chen)*, a prática interna Jangter de Padmasambhava. Em alguns anos a fabricação das pílulas de estabilidade *Tendu Rilbu (brTan-Du Ril-Bu)* é inclusa a essa prática e, se isso for realmente feito, então no final da prática no 9º dia o *Rangjung Kawang Chenmo (Rang-'Byung bKa'i-dBang Chen-Mo)* é oferecido, a grande iniciação da fala auto-existente. Entretanto, no 10º dia, se as pílulas rilbu não tiverem sido feitas, o tsechu, faz-se a dança cham do *Dungdrub Tsengye (gDung-sGrub mTshan-brGyad)*, a prática das oito formas de Padmasambhava.

Enquanto alguns dos monges estão lendo o Rigdzin Dungdrub no Novo Serkhang, cento e vinte e cinco monges ficam com o Dorje Lopon lendo o Lama Sangdu de Guru Chöwang (Gu-Ru Chos-dBang). Se não estiverem fazendo Pílulas Rilbu então quando a dança do Cham termina o *Dumbu Zhi Wang (Dum-Bu-bu-bZhi dBang)* é feito à tarde, uma iniciação em quatro partes por meio de quatro implementos.

O patrocínio para esse período de dez ou onze dias costumava ser oferecido pela casa do Terchen Nuden Dorje, e até os meus quinze anos de idade as atividades durante

esses dias eram patrocinadas pela minha própria casa, pois recebíamos muitas ofertas e remunerações por pujas e outras atividades que fazíamos. O patrocínio que oferecíamos era para a purificação do recebimento das ofertas que chegavam para a realização de atividades de dharma. Os fundos eram administrados pelo gerente da *Tsechu Nyerpa (Tshes-bCu gNyer-Pa)*.

No 8º dia mil oferendas de Tsog eram feitas, assim como mil lamparinas de manteiga. Esse dia era financiado pelo Sherab Chödro *(Shes-Rab Chos-Grogs)*. No 10º dia, mil ofertas de *Tsog* e mil lamparinas de manteiga eram feitas, patrocinadas pela casa do segundo Nuden Dorje. Nesses dois dias o mínimo de ofertas era de mil Tsog e mil lamparinas de manteiga, mas cerca de seis a sete mil ofertas de *Tsog* podiam possivelmente ser oferecidas, já que todos desejavam fazer ofertas naqueles dias. Quando o *Rildrup (Ril-sGrub)* era realizado, a confecção de pílulas sagradas, alguns dias extras de preparação [para *Sa-Chog, Ta-Gon*, etc.] associados a ele eram patrocinados pela casa de Nuden Dorje. No 8º dia, ao pôr-do-sol, os bolos sacrificiais *Tsasum Torma (rTsa-gSum gTor-Ma)* para as Três Raízes eram feitos e em seguida oferecidos junto com a dança *Kuntag Gyalmo (Kun-brTag rGyal-Mo)*.

O sistema do primeiro dia é o de Dorje Drag e o do nono dia é o sistema visto por Nuden Dorje com seus próprios olhos, quando ele foi a Zang-dopalri. Cerca de quinhentos metros de pano eram dispostos como um enorme toldo no pátio do mosteiro, porque todo ano existe a possibilidade de que alguma chuva caia sobre o mosteiro. A chuva só cai em cima de uma área de cerca de cinco milhas ao redor do monastério. O toldo era necessário porque Gonpo Wangyal não permitia a prática de rituais de cessação da chuva durante esses dias. Isso porque, a fim de preparar o terreno

para a chegada do *Tsengye (mTsan-brGyad)*, oito manifestações de Padmasambhava, Indra, Brahma e as nagas enviam chuva para purificar aquela área.

No 9º dia há um ensaio final no qual os lamas dançam vestindo seus trajes habituais de monge. Essa dança *Sorig Cham (gSo-Rigs 'Cham)* de cura, ou a dança *Mar Cham (dMar 'Cham)* das vestes vermelhas, era anteriormente um ensaio e um teste, mas hoje em dia o ensaio já é concluído no terceiro mês. No entanto, embora não seja realmente necessário, ela ainda continua respeitando o costume. Nesse dia, somente os dançarinos e os músicos podem estar presentes.

Na tarde do nono dia dentro do grande toldo, muitos dosséis, grandes e pequenos, com panos, pingentes, faixas, etc., são pendurados como decoração. No 10º dia, todos os monges se levantam pela manhã antes do primeiro canto do galo no primeiro tom de convite do Nyensan (*sNyan-bSan*), tocado no oboé Gyaling. No segundo Nyensan, eles vêm para a varanda do templo principal. No terceiro Nyensan, começam a ler o Rigdzin Dungdrub e, por volta das 5 horas da tarde, a primeira seção se encerra e em seguida toma-se chá e o café da manhã. Depois lêem a oração Le'u Dunma (*Le'u-bDun-Ma*) em sete capítulos de Padmasambhava, seguida pela Topa (*bsTod-Pa*), um louvor aos Protetores do Darma. O Kangwa (*bsKang-Ba*) é lido reparando os votos quebrados, lendo o texto até a seção chamada Tsasum Kangso (*rTsa-gSum bsKang-gSo*) para a reparação dos compromissos com as Três Raízes, um momento no qual o sol já está quase nascendo e então a dança começa.

No 11º dia todos os monges se reúnem por volta das 5 da manhã. Lêem o texto completo do Rigdzin Dungdrub e em seguida cada um deles recebe o Rildrup Rabjam (*Ril-sGrub*

Rab-'Byams-Ka'i dBang), a iniciação da fala pervasiva, ou, se não isso então a iniciação Dumpozhi (*Zlum-Po-bZhi dBang*) que inclui vaso, crânio, espelho e Torma. Se a prática do Rilbu foi realizada então neste ponto um ritual de fogo acontece, e aí algumas das cinzas do fogo e da mandala de pó colorido são levadas para o rio, e, mediante um sinal vindo do mosteiro, são colocadas nos redemoinhos feitos pela água, enquanto no mosteiro a dança Gakhyi é realizada três vezes e solicita-se aos deuses serpentes que mantenham-se em paz.

Do 11º ao 15º dia cento e oito monges do Novo Serkhang leem o *Tse-sGrub bDud-rTsi 'Khyil-Pa Bum-sGrub*, a prática de longa vida da deidade Dutsi Kyilwa. O Novo Lhabrang patrocina isso por dois dias, a escola geral do mosteiro Dratshang (*Gora Tshang*) assume o patrocínio por um dia, o povo da vila por mais um dia, e os nômades por mais um dia.

Na manhã do 12º dia a maioria dos monges faz sua prática habitual, mas alguns fazem o Rabne Torma (*Rab-gNas gTor-Ma*) para a consagração, preparam as mandalas e colocam a thangka no salão central.

Do 13º ao 15º dia, cento e oito monges, juntamente com o Dorje Lopon, leem o texto ritual Rabne Gyudon Gyamtsho (*Rab-gNas rGyud-Don rGya-mTsho*), que consagra os itens indicados. Para todas as estátuas e outros itens sagrados do mosteiro e para os deuses da aldeia e deuses da montanha, fazem a purificação Trüsol (*'Khrus-gSol*) e a bênção da consagração, *Rabne*. Durante esse tempo, os monges comuns leem o Kanjur, os ensinamentos reunidos do Buda. Se algum monge superior tivesse morrido, sua família algumas vezes patrocinava lamparinas e também a leitura do *Kangyur*.

No dia 15 há o *Sojong* pela manhã e o *Ngagso* pela tarde.

Do 16º ao 24º dia os monges seguem o esquema geral de práticas do mosteiro.

No dia 25 é preparada a Torma para o Novo Tesouro, *Khacho Dorje Naljorma (gTer-gSar mKha'-sPyod rDo-rJe rNal-'Byor-Ma)* e depois o ritual da deusa Vajrayogini é realizado.

Do 26º ao 28º dia, o sistema geral do mosteiro é seguido.

No dia 28 os bolos rituais para o *Magyud Traglungma (Ma-rGyud Khrag-rLung-Ma*), a essência vital dos tantras-mãe são feitos. No 29º dia a puja é realizada e a Torma é jogada fora.

No dia 30 faz-se o *Sojong* pela manhã e o *Ngagso* à noite.

O quinto mês

O quinto mês é geralmente conhecido como o Mês do Boi. No sistema Hor ele é conhecido como o Mês do Macaco, e os Nyingmapa o chamam de Mês da Ovelha. Nesse mês há uma celebração importante, a do décimo dia de Tsechu de Padmasambhava, no Tsone (*Tso-gNas*).

No 8º dia no Novo Serkhang no mosteiro, dezesseis monges leem a prática Vairocana *Kunrig Nampar Nangdze* .

No 10º dia, no salão do monastério, a prática de Tsechu de Tamdrin Dregpa Zilnon *(rTa-mGrin Dregs-Pa Zil-gNon*) é realizada; essa é uma forma irada, que controla os demônios. É uma terma de Nuden Dorje.

Na manhã do dia 15 há o Sojong e depois todos os monges saem do mosteiro para três lugares próximos: Lagyal Gyugmo (*kLa-rGyal Gyug-Mo*), Mochog (*rMog-Chog*) e Lago Gyagangtso (*rGya-sGang mTso*). Lá recitam a oferenda de fumaça Dzamling Chisang (*'Dzam-gLing sPyi-bSang*) para purificar o mundo e também a oferenda de fumaça Khorde Chisang (*'Khor-'Das sPyi-bSang*), para purificar o samsara e o nirvana, uma terma de Gonpo Wangyal.

Aí, do 16º ao 18º dia, eles ficam perto do lago e relaxam, e no 19º dia eles se aproximam novamente do lago e fazem o *Khorde Chisang*.

No dia 25 voltam ao mosteiro e recitam o ritual da dakini irada de face de leão, a Sengedong Dragmo (*Seng-Ge gDong Drag-Mo*), a terma de Mati Ratna, e fazem muitas oferendas Tsog reunidas, por meio dessa terma.

No 29º dia eles leem o Tardog (*gTar-bZlog*), a seção de rechaço de obstáculos, daquele texto do *Senge Dongma*.

No dia da lua nova faz-se o Sojong pela manhã e o Ngagso à tarde.

O Sexto Mês

O sexto mês é geralmente conhecido como o Mês do Tigre. No sistema Hor, ele é conhecido como o Mês do Pássaro, e os Nyingmapa o chamam de Mês do Macaco.

Como foi dito acima, no 4º dia deste mês o Buda entrou no ventre de Mayadevi e nesse dia os monges leram o *Nechu Chagchod* (*gNas-bCu Phyag-mChod*) elogiando os dezesseis Arhants de acordo com o sistema Jangter, e leram também o

Kangyur.

No 8º dia realiza-se a prática do *Menlai Dochog Yizhin Wangyal (sMan-bLa'i mDo-Chog Yid-bZhin dBang-rGyal*), a poderosa prática dos oito Budas da Medicina escrita pelo 5º Dalai Lama.

No décimo dia faz-se a prática de *Dorje Drolo Tersar Drolo (gTer-gSar Gro-Lod*), que é um texto tesouro ou terma, de Nuden Dorje. No dia 15 o *Sojong* é feito pela manhã e o *Ngagso* à noite. Depois começa o *Yarne (dByar-gNas)*, o retiro de verão da estação de chuvas.

No 17º dia há o Zilnon Sengdongma Suchog (*Zil-gNon Seng-gDong-Ma bSu-Chog*) ritual de boas vindas para a Dakini de face de leão.
No dia 19, as sessenta oferendas de *Torma Druchuma (Drug-Cu-Ma*) deste ciclo de Senge Dongma são realizadas.

No 23º dia a prática ritual do prego *Zilnon Sengdong Phurdrub (Zil-gNon Seng-gDong Phur-sGrub),* associada a esse ciclo da Dakini de face de leão, é realizada. Tem seções sobre o *Chamkar (lCags-mKhar),* o invólucro de ferro que aprisiona, o *Do (mDos),* as construções de fios protetores, e armadilhas *Tsangdrub (rTsang-sGrub)* são feitas.

No dia 25 há um ritual de oferendas *Tsog* reunidas, para a Dakini Sengdongma. No dia 29, as construções de fios, o invólucro de ferro, as armadilhas e os bolos Torma rituais são todos jogados fora.

Na lua nova, tem *Sojong* pela manhã e *Ngagso* à tarde. Os outros dias do mês acompanham o sistema ritual geral do mosteiro.

O Sétimo Mês

Esse mês é geralmente conhecido como o mês do coelho. No sistema Hor ele é conhecido como o Mês do Cachorro e os Nyingmapa o chamam de Mês do Pássaro.

No 8º dia, os monges do retiro de verão Yarne no retiro da estação chuvosa liam a auspiciosa confissão e reparação do *Tashi Sojong (bKra-Shis bSo-sByong*). No 10º dia o tesouro *Dragmar Ter (Gora Drag-Mar gTer*) do Canto Feroz Vermelho (*n.t. referente a algo com ângulos*) descoberto pelo Gonpo Wangyal é lido, junto com oferendas Tsog reunidas. No dia 15 há o *Sojong* pela manhã e o *Ngagso* à tarde. No dia 25 oferendas de Tsog reunidas são feitas, com base no *Magyud Traglung*. No 29º dia lê-se o *Sangphur (gSang-Phur)* o Terma secreto do prego de Gonpo Wangyal.

No 30º dia o *Sojong* é lido pela manhã e *Ngagso* à tarde. Esse dia marca o fim do retiro de verão da estação das chuvas e nos três dias seguintes os monges relaxam e permanecem livremente fora do mosteiro.

O Oitavo Mês

O oitavo mês é geralmente conhecido como o Mês do Dragão. No sistema Hor ele é conhecido como o Mês do Porco e os Nyingma o chamam de Mês do Cão.

No sétimo dia começa o treino de dança. No 8º dia lê-se o *Donyo Chipa (Don-Yod mChis-Pa),* o 'Significativo Residir', de Nuden Dorje. O ritual Tsechu Tsog oferecido no 10º dia é extraído do texto do *Kabgye Dragpo Rangjung Rangshar (bKa'-brGyad Drag-Po Rang-Byung Rang-Shar),* as 'Auto-Existentes Oito Formas Iradas, um tesouro Ter' de

Rigdzin Godem. Do 10º ao 15º dias mil *kangwa (bsKang-Ba)* são lidas no Lhabrang Serkhang para reparar e restabelecer nosso relacionamento com os Protetores do Darma.

No 15º dia o *Sojong* é lido pela manhã e o *Ngagso* à tarde. O ensaio final de dança é realizado no dia 17. Dos dias 21 a 25 mil oferendas Tsog reunidas são feitas no Lhabrang, usando o Phurba Jangter. Em seguida, dos dias 26 a 29, mais práticas de Phurba são feitas, com mil reparações de votos *kangso*. No dia 29 é feita a dança ritual do *Phurba Cham*.

No dia 30 o *Sojong* é lido pela manhã e *Ngagso* à tarde.

O Nono Mês

O nono mês é geralmente conhecido como o Mês da Cobra. No sistema Hor ele é conhecido como o Mês do Rato e os Nyingmapa o chamam de Mês do Porco.

No oitavo dia faz-se a prática Menla *(sMan-bLa)*, do Buda da Medicina. A puja Tsechu no dia 10 consiste na prática de Sangphur Vajrakilaya, de Gonpo Wangyal.

No 15º dia, o *Sojong* é lido pela manhã e *Ngagso* à tarde. Acreditamos que nesse dia, quando o Senhor Buda estava em Tushita, ele prometeu descer para beneficiar todos os seres deste sistema mundial. Se algum lama importante tivesse morrido naquele ano ou no ano anterior, então naquele dia muitas orações eram feitas, solicitando-lhes que retornem ao mundo em benefício dos seres.

No dia 22 o Buda desceu de Tushita e nesse dia então lemos o *Neten Chagchod (gNas-brTan Phyag-mChod)* honrando os dezesseis Arhants, usando o sistema Dorje Drag.

No dia 25 o Zilnon Senge Dongma é lido com cem oferendas de *Tsog*. No 29º dia lê-se o *SangPhur*, de Gonpo Wangyal. Com essa prática os grãos de Gyedre Karwa *(rGyad-'Dre Kar-Ba)* são lançados para encantar os oito grupos de espíritos potencialmente perturbadores.

No 30º dia o *Sojong* é lido pela manhã e *Ngagso* à tarde.

O Décimo Mês

O décimo mês é geralmente conhecido como o Mês do Cavalo. No sistema Hor é conhecido como o Mês do Boi e os Nyingmapa o chamam de Mês do Rato. No 8º dia há a prática Vairocana de *Kunrig (Kun-Rig)*, de acordo com a tradição Jangter. No 10º inicia-se uma prática de dança ritual. A prática de Tsechu no 10º dia é o *Rigdzin Dungdrub Guru Yonten Terdzod (Rig-'Dzin gDung-sGrub Gu-Ru Yon-Tan gTer-mDzod)*, uma prática dedicada a Padmasambhava e que é um texto de tesouro do Rigdzin Godem.

Dos dias 11 a 15 o texto *Zhitro Tawa Longyang (Zhi-Khro dTa-Ba kLong-Yangs),* sobre as deidades pacíficas e iradas descobertas como um tesouro por Nuden Dorje é praticado junto com o *Netong (gNas-sTong)*, esvaziando os reinos do samsara. No 15º dia o *Sojong* é lido pela manhã e o *Ngagso* à tarde.

No 7º dia faz-se o ritual *Sachog* para preparar o local para qualquer prática a ser feita no 10º mês daquele ano. Durante os seis anos femininos, a prática é o *Kabgye Rangjung Rangshar (bKa'-brGyad Rang-Byung Rang-Shar)* do Rigdzin Godem e nos seis anos masculinos são lidos os textos do *Shinje Tsedag (gShin-rJe Tshe-bDag)*, de *Gya Zhangtrom (rGya-Zhang Khrom)*. Também no 7º dia há o primeiro ensaio da dança ritual *Cham*. O ensaio final é realizado no 21º dia.

Dos dias 23 a 29 o ensaio daquele mês é lido como descrito acima, e no dia 29 a Torma é jogada fora e a dança ritual *Cham* é realizada. Isto também pode ser realizado no 12º mês. O último dia do Cham é realizado no salão do mosteiro e não é um evento público. Quando às Tormas, elas são jogadas fora, o Dorje Lopon é trajado com o Chapéu Preto, e realiza-se a *Zorcham (Zor-'Chams),* ou dança do míssil (*n.t: missile weapon dance*).

No dia da lua nova o *Sojong* é lido pela manhã e o *Ngagso* à tarde. A partir desse dia, o período de estudos e prática começa com o *Danying (brDa-rNying)*, o estudo da forma tradicional de se escrever textos Nyingma. Para todos os monges e leigos em geral ensinamentos sobre o guru yoga *Lamai Naljor (bLa-Mai rNal-'Byor)* são dados, assim como ensinamentos sobre a prática preparatória dos Cinco Pregos, de *Zernga (gZer-lNga)*. Para os monges que terminaram suas práticas preparatórias de *Ngondro (sNgon-'Gro)* há ensino sobre a ioga energética *Tsalung (rTsa-rLung)* e *Dzogchen (rDzog-Chen)*. Nenhuma alteração na ordem dos estudos é permitida.

O Décimo Primeiro Mês

O décimo primeiro mês é geralmente conhecido como o Mês da Ovelha. No sistema Hor ele é conhecido como o Mês do Tigre e os Nyingmapa o chamam de Mês do Boi.

No terceiro dia há o ritual de *Thugje Chenpo Sachog (rThugs-rJe Chen-Po Sa-Chog),* preparando o local para os rituais dedicados a Chenresi. Em seguida faz-se a instalação da mandala de Chenresi, feita de pó. No 8º dia inicia-se o *Mani Bumdrub (Mani 'Bum-sGrub),* a recitação de 100.000 mantras de Chenresi . No 10º dia, cem *Tsog* são oferecidos

junto com essa prática, e no final do 15º dia é oferecido o ritual *Dagjug* de auto-empoderamento e o ritual *Nedren,* para garantir um bom renascimento. Também no dia 15 há a prática geral do *Sojong* pela manhã e o *Ngagso* à tarde.

No 25º dia, no Lhabrang Serkhang há uma prática de acordo com o sistema *Tsalpa (Tshal-Pa)* para a dakini Kachöma *(mKha'-sPyod-Ma)*.

No 29º dia faz-se o Guru Dragpo Gonpo Wangyal, com o lançamento do fio cruzado das oito classes de deuses e demônios, *o Gyedo (brGyad-mDos)*.

No 30º dia o *Sojong* é lido pela manhã e o *Ngagso* à noite.

O Décimo Segundo Mês

O décimo segundo mês é geralmente conhecido como o mês do Macaco. No sistema Hor ele é conhecido como o Mês do Coelho e os Nyingmapa o chamam o Mês do Tigre.

No sétimo dia, há uma prática ritual de dança. No 8º dia o *Aṣṭasāhasrikā Prajñāpāramitā Sūtra* é lido, *'A Perfeição da Sabedoria em 8.000 Linhas'*. No 10º dia é feita uma oferenda *Tsog* com a prática ritual do Manjusri *Jampal Naga Raksha ('Jams-dPal Na-Ga Raksha)* em sua forma irada enquanto mestre de demônios, e também um *Laetha Tetrug (Las-mTha' gTad-sPrugs),* concluindo o ritual de incumbência e exorcismo.

No 15º dia o *Sojong* é lido pela manhã e *Ngagso* à tarde. Também nesse dia aqueles que estão praticando *Ngondro* são testados em sua capacidade de executar a transferência de consciência com o *Phowa ('Pho-Ba')*, e recebem uma iniciação *Tsewang (Tshe-dBang)* de longa vida. Aqueles que

estão praticando a ioga energética *Tsalung* recebem a iniciação de *Tummo Mewang (gTum-Mo Me-dBang)* para que calor e energia possam ser desenvolvidos. Aqueles que estão praticando dzogchen recebem a introdução do *Ngotro (Ngo-sProd)* em sua própria natureza.

No dia 16 há a bênção *Sachog* do local e a construção da mandala de pó para qualquer uma das práticas alternativas que não tiverem sido feitas no 10º mês. No 7º dia há o ensaio para a dança ritual *Cham*, o ensaio final acontece no dia 21. A prática principal se dá no 23º dia. No 25º dia a prática principal é feita com muitas oferendas reunidas e, no Novo Lhabrang o *Nangdrub Khandro Gongdü (Nang-sGrub mKha'-'Gro dGongs-'Dus)* - a prática interna das dakinis reunidas - é lida junto com o *Tsog* e com oferendas de fogo.

No dia 28 realiza-se o ensaio final para a dança. A dança final é no dia 29 e em seguida a Torma final é jogada fora.

Na lua nova há o *Sojong* pela manhã, à tarde o ritual *Chidag Dogpa ('Chi-bDag bZlog-Pa)* para repelir a morte e à noite o *Ngagso* . À noite há também uma iniciação de vida longa *Tsewang*, e à meia-noite os monges que têm feito rituais para os Dharma-palas fazem sua prática.

Assim, um ciclo completo de um ano de práticas se completa.

Celebrações
de Ano Novo

O Losar, ou o ano novo, ocorre no *primeiro* dia do primeiro mês tibetano chamado *Chos-'Phrul Zla-Wa*, o mês dos milagres. No nosso mosteiro de Khordong, acreditava-se que o ano novo começava no fim do último dia de lua nova do último mês do ano anterior. Os jovens e as pessoas leigas comuns ficavam felizes nessa época, mas para os praticantes de dharma era o momento de considerar a impermanência e a morte e refletir sobre quão pouco dharma haviam conseguido fazer no ano que havia passado, e o quanto deveriam se esforçar bem mais no próximo ano.

No *Tho-Rangs sTag-Gi Dus*, isto é, na hora do tigre, por volta das 2 da manhã, quando o céu escuro clareia um pouco, começamos o *sNyan-gSang 'Bud-Pa'*. Isto é, damos um sinal às Três Raízes [Guru, Deva e Dakini] e aos Três Ratnas [Buda, Dharma e Sangha] para que nos ouçam, soprando os longos chifres *Dung-Chen* e também o oboé *rGya-gLing* e outros instrumentos. Tocávamos eles juntos de acordo com as regras do nosso mosteiro, e depois o *rGya-gLing* tocava uma melodia chamada *Dru-'Dzin Pho-Brang* três vezes, e isso durava cerca de uma hora e meia.

Durante o primeiro período os oito monges conhecidos como *mGon-Khang bsKang-gSo-Ba*, que ao longo do ano que passou leram os rituais para os protetores do Darma, agora realizam o *dNgos-Grub Len-Pa* recebendo as realizações do *sGrub-Pa Chen-Po bKa'-brGyad Drag-Po Rang-Byung*

Rang-Shar. Os tulkus (*sPrul-sKu*, lamas encarnados) do mosteiro também o fazem.

Na segunda parte da madrugada o monge assistente de oferenda do *mChod-gYog* apresenta as oferendas necessárias. Um menino com todos os órgãos sensoriais perfeitos e de muito boa saúde, tendo bons modos e de uma boa família, segura uma tigela de *tsampa* adoçada *Phye-Mar,* e uma menina com qualidades semelhantes segura um pote de cerveja de fabricação doméstica, o *chang*. Geralmente mulheres não são permitidas dentro do mosteiro, mas esse dia é especial.

Tanto o menino quanto a menina devem ter entre 12-14 anos de idade. Então o *Mi Tsering (Mi Tshe-Ring)*, o 'Homem Que Já Viveu Muito' entra, parecendo muito velho e pacífico, acompanhado por um homem vestido como um sadhu indiano, ou homem santo errante. Eles chegam diante dos altos lamas e dizem: *"Lha rGyal-Lo!", "Vitória aos Deuses!"*. A figura *'Dra-dKar,* o 'sadhu', diz muitas palavras boas mas como de uma maneira jocosa, do tipo, *"Ah sim, eu venho de Vajrasattva"*. E em seguida todos saem e se separam do lama principal e dos tulkus elevados. O Mi Tsering diz *"bKra-Shis bDe-Legs"*, bons votos para eles, e aí o menino oferece o tsampa especial e a menina, a cerveja.

O lama chefe diz: *"Phun-Sum-Tshogs"*, "Que você receba muita de tudo" e em seguida diz: *"Kun-Kyang Bag-Dro sKu-Khams-bZang"*, *"Vocês todos haverão de ser saudáveis e se sentir à vontade".* Então o sadhu brincalhão diz: *"Khyad-Cag brTan-Du bDe-Bar Thob-Par-Shog", "Vocês todos haverão de ser felizes"*. Depois, o gSol-don, o 'chefe dos serventes', oferece comida às grandes encarnações e *mKhan-Po*, e aos oficiais de relações públicas. Os outros monges e gurus recebem batatas vermelhas com manteiga e o *'Dra-dKar* diz: *"Vocês*

todos haverão de ser felizes".

Na terceira parte da madrugada, por volta das 5 da manhã, um gongo é tocado e todos os monges voltam ao mosteiro e esperam para entrar no salão ao som da concha e do tambor. Os monges comuns entram primeiro, mas ficam de pé. Na varanda do salão principal os vajracharya e os outros lamas fazem prostrações e depois entram lentamente no salão e ficam em pé, em seus próprios lugares. Depois, enquanto a música *sNyan-gSang 'Bud-Pa* está sendo tocada, o mahavajracharya - que era eu - é recebido com incenso e reverências. Quando ele se senta todos os outros ocupam seus lugares. Então todos lêem muito lentamente o *gSol Debs Le'u bDun Ma* e bebem o chá de todos os dias. Os lamas da velha casa, que é a seção que vem de Sherab Membar (*Shes-Rab Me-'Bar*), e os lamas da nova casa, que é a seção que vem de Khordong Terchen (*'Khor-gDong gTer-Chen*), alternam-se a cada ano na oferta de biscoitos khapse (*Khab-Se)* nesse momento. Depois, do lado de fora, eles oferecem lenços (*Kha-bTags*) aos vajracharya e depois os lamas e tulkus oferecem lenços uns aos outros e dizem "*bKra-Shis bDe-Legs*", "Bons desejos", e se apresentam diante do vajracharya.

O sol nasce por volta das 8 da manhã e depois o vajracharya, os mestres de recitação e de música *Pyan-Drangs* e os especialistas em vinaya *Chos-'Dul,* não menos de cem, vão à casa do Terchen no seu pátio aberto, já que essa prática não é permitida sob o teto do *Lha-Brang*. Lá eles lêem o *Lha-bSang rGyal-sMan,* que deve ser terminado até as 13 horas. Perto da casa *Lha-Brang* e no local onde Gonpo Wangyal (*mGon-Po dBang-rGyal*) construiu um templo e em cada montanha ao redor, inicia-se a oferenda de incensos purificadores ou *Lha-bSangs*. No pátio em frente à montanha há uma área plana e lá cerca de duzentas

pessoas vêm carregando ramos de zimbro que eles colocam em uma grande fogueira. Ofertas de fumaça e libação (*gSer-sKyems*) são feitas aos deuses locais, incluindo Gonpo Chag Drugpa (*mGon-Po Phyag Drug-Pa*), Ekajati (*Lha-Mo Ekajati*), Nyenchen Thanglha (*gNyan-Chen Thang-Lha*).

Oito iaques muito bons e oito cavalos da melhor qualidade com pêlos brancos na parte de trás dos cascos, oito cabras de quatro chifres, oito ovelhas de quatro chifres, oito cachorros pretos de peito branco - todos se viam presentes, assim como as imagens de muitos outros. Então quando dizem, "*Lha rGyal-Lo*", "Vitória aos Deuses", todos os homens da aldeia jogam tsampa no ar e todas as mulheres despejam chang. Eles fazem isso três vezes e isso é chamado *gSum-'Dren Zhabs-Bro*. Uma pequena *chang* é oferecida três vezes e bebida totalmente na terceira oferta. Se o tempo estiver bom naquele dia isso é tido como um sinal de que o ano inteiro possa ser pacífico.

Durante esse tempo enquanto o sol nasce, no templo o vajracharya, o mestre de música umdze (*dBu-mDzad*) e mil monges lêem um *Kangyur* completo. Então os monges que estavam fazendo a oferenda de fumaça retornam e todos lêem o *gNas-rTan Phyag-mChod-rGyas,* o ritual para os dezesseis arhat mahastaviras. Buda ordenou-lhes que guardassem e praticassem suas doutrinas e nós também lhes pedimos que o façam. Isso é feito de acordo com o sistema ritual de Dorje Drag.

Depois, no telhado alto, logo abaixo dos cervos e do dharmachakra, colocamos o *dGe-bDun Dung-'Khor* e fazemos a consagração (*Rab-gNas*). Depois disso todos os monges vão com um volume do *Kangyur ou Tengyur (bsTan-'Gyur*) ou outros textos e depois circunambulam uma vez o mosteiro inteiro, e o templo principal três vezes. Em

seguida eles colocam os livros de volta no lugar apropriado e se sentam em seu próprio lugar; depois eles lêem o *bLa-Ma mChod-Pa mChog Nor-Bu'i Phreng-Ba* e fazem oferendas *tsog* reunidas. Se houver monges muito importantes ou elevados monges idosos presentes os outros monges exclamam: *"brTan-bZhugs", "Longa vida!"*.

As pessoas da aldeia se levantam por volta das 5 da manhã com a primeira luz do sol. As crianças dizem *"bKra-Shis bDe-Legs", "Felicidades!"*, à mãe e ela diz: *"Que vocês todos estejam bem!"*. Depois dão arak a ela, álcool destilado, e ela diz: *"Phun-Sum-Tshogs", "Que vocês recebam muito de tudo!"*. Esse sistema parece muito respeitoso para com a mãe, mas na verdade ela já teria se levantado cerca de três horas antes das crianças e preparado toda a comida, deixando tudo pronto.

Os pastores comemoram o ano novo da mesma forma que os aldeões. As crianças dizem, *"bKra-Shis bDe-Legs"* e a mãe responde, *"sKu-Khams bZang"*, em seguida as crianças oferecem à mãe um grande pote de leite com manteiga.

Geralmente não se consome comida boa no primeiro dia. Naquele momento do ano a lua não está visível, mas acreditamos que ela brilha no topo do Monte Meru e, portanto, esse é o novo ano dos deuses. Portanto, fazemos as oferendas de comida *Zhal-Zas Tshogs*, oferendas de fumaça de zimbro, *bSangs,* e assim por diante.

No ***segundo*** dia do mês, todos os monges da casa de Nuden Dorje vêm ao templo principal trazendo o *Kangyur* completo. No salão menor, esses textos são então lidos em voz alta, e o *rDo-rJe sLob-dPon* lê o *bKa'-'Dus Lha-bSang Chen-Mo*. Nas casas dos altos lamas, na cozinha do mosteiro e em todas as casas dos aldeões, tripas e cabeças de ovelhas

são cozidas para o terceiro dia. O cozimento é feito no segundo dia porque acreditamos que o reflexo da lua está brilhando no oceano, o que significa que este é o novo ano dos deuses da cobra naga, que também são os deuses do ato de cozinhar, mas não comemos essas coisas até o dia seguinte.

No t***erceiro*** dia do mês, todos os grandes lamas do mosteiro se juntam à assembleia geral. Todos os aldeões das proximidades solicitam que a cada ano o *Kangyur* seja lido pelo menos uma vez. Este terceiro dia é o ano novo dos humanos, pois nesse dia a lua nova fica visível para nós.
Então comemos comida boa e vamos visitar as casas uns dos outros. O mahavajracharya, junto com o mestre de música umdze, entra no templo no terceiro dia com o assistente da torma (*gTor-Ma*), os assistentes do mestre de música, o gerente dos monges, o Tsultrim Gekö *(Tshul-Khrims dGe-mKod)* e seus assistentes, entre outros. Então cada monge recebe um pedaço de carne bem grande e muitos biscoitos khapse e pequenas batatas vermelhas. Depois disso o Khordong Terchen envia a cada um deles um pedaço de açúcar e biscoitos khapse como um símbolo por terem sido convidados à sua casa. E o oficial de relações públicas lhes diz: *"Esta é a comida do grande lama para vocês."*

Então, do ***quarto ao sétimo*** dia, apenas os textos gerais são lidos, ou seja, o *Chos-sPyod Rab-gSal* é lido pela manhã e as orações de súplica e reparações , as *Chos-sKyong bsKang-gSol,* à tarde.

Do ***sétimo ao décimo quinto*** dias, os velhos monges que seguem o Sherab Membar lêem o *sNar-Thang bKa'-'Gyur* e o *bsTan-'Gyur e rNying-Ma rGyud-'Bum*. Depois eles lêem o *bDe-Can Zhing-sGrub* por oito dias. Eles praticam o *bDe-Can Myur-Lam* e o *bDe-Can sMon-Lam* de Raga Asyes, a fim de

facilitar o renascimento na Terra Pura de Amitabha, e o vajracharya ou o abade oferece ensinamentos sobre isso e sobre Amitabha. Neste momento, apenas alimentos brancos [ou seja, sem carne] são comidos. Tradicionalmente, no Tibet oriental, cerca de 99% das pessoas não comiam galinha, ovos ou peixe. Se o vajracharya era famoso e popular, muitos aldeões, talvez um ou dois mil deles, vinham para ouvir o ensinamento. Eles se sentavam na varanda.

Do ***décimo ao décimo quinto*** dia, de acordo com o sistema da Pema Trinle (*Padma 'Phrin-Las*), alguns monges lêem o *sGyu-'Phrul bKa'-Ma*.

No ***décimo terceiro*** dia, alguns monges praticam o *'Khor-sDe sPyi-Tshang,* Purificando Todo o Samsara e o Nirvana de Khordong Gonpo Wangyal (*'Khor-gDong mGon-Po dBang-rGyal*) em Serlog Gang (*gSer-Log sGang*), o lugar onde o tio de Sherab Membar impediu que pedras de granizo descessem, e reuniu todas elas em uma pilha, simplesmente apontando o dedo para elas.

No dia 15, dia de lua cheia, no final do bDe-Can-Zhing sGrub, o mahavajracharya daria uma iniciação, sendo ou a de Ratna Lingpa (*Ratna gLing-Pa*), ou o *'Dro-Ba Kun-sGrol* do Rigdzin Godem (*Rig-'Dzin rGod-lDem*), juntamente com a prática dos mil budas. Outros monges fazem muitas oferendas de *bDe-Can-Zhing Tshogs*. A organização das lamparinas de manteiga é de responsabilidade do *sTong-mChod gNyer-Pa*, o administrador das mil oferendas. Nesse dia, outros monges estão lendo o *Kangyur* e o *sNgags-bSo*, do tesouro de Khordong Terchen.

Do ***décimo sexto ao vigésimo quarto*** dia, além das práticas privadas, somente os textos gerais diários são lidos.

No ***vigésimo quinto*** dia, na casa amarela Serkhang de Nuden Dorje, a prática Jangter do *mKha'-'Gro gSang-Ba Ye-Shes* é lida. Se algum grande lama estiver doente, então ele receberá ajuda por meio dessa prática e também pela dança das dakinis associadas a ela.

Do ***vigésimo sexto ao vigésimo oitavo*** dia, os textos gerais da puja são lidos.

No ***vigésimo nono*** dia é lido o *mKha'-'Gro gSang-Ba Ye-Shes bSu-bZlog*, do lado de fora se possível, senão lê-se o *Phur-Pa bZlog-Pa* de Gonpo Wangyal.

No dia de lua nova lê-se o *gSo-sByong* e em seguida o *sNgags-Srung* do Rigdzin Tsasum Kundu (*Rig-'Dzin rTsa-gSum Kun-'Dus*).

No ***oitavo dia de cada mês*** acontece o ritual do Buda da Medicina (*sMan-bLa, Supreme Healer*). Todos os anos, todos os fundos de oferendas para isso provêm da casa de Sherab Membar. Eles enviam três mil khal [cerca de 42.000 quilos] de cevada a cada ano.

No ***décimo dia*** de rituais realizados a cada mês, as oferendas gerais de chá de *Mang-Ja* são patrocinadas pelos pastores de *Jatami Chen Yu* e *mChog-Tshang*.

No ***décimo quinto dia de cada mês***, a oferenda geral de chá vem da propriedade de Khordong Utrul (*'Khor-gDong dBu-sPrul*), que doa dois mil khal de cevada por ano.

Para a puja *Zhi-'Khro,* três mil khal são doadas pela propriedade de Gonpo Wangyal.

O *sNgags-bSo* no dia da não lua é patrocinado pelo primeiro

Lha-Brang de Sherab Membar. Enviam metade da cevada para a casa, o que equivale a cerca de sete mil khal.

Comentários sobre a Cultura

A cultura tem três aspectos: aquilo que é adquirido por participação, os aspectos tradicionais adotados, e a cultura adquirida pela educação.

Em relação à cultura adquirida por participação, ela é a forma de comportamento presente no ambiente da criança ao nascer. É a cultura 'natural' ou 'dada' pela família. É o que é tido como garantido, o que parece ser normal. Ela é adquirida através da participação e não requer nenhum estudo formal. Tem aspectos que são *absorvidos* por participação, o dialeto da família por exemplo, e aspectos *revelados* pela participação, por exemplo, os traços de caráter da criança em questão e sua disposição pessoal: se são generosos, egoístas, e assim por diante.

Em algum momento nos três ou quatro dias após o nascimento de uma criança ela é apresentada à sua família mais ampla, que está feliz em receber um novo membro. Aqueles que não estão no grupo familiar são indiferentes, pois a criança é apenas mais uma pessoa que precisa de alimentos e roupas. A criança chora, e isso é um sinal de que precisa de ajuda. Quando ela atinge a altura do braço de um adulto, ela é capaz de dizer: "*Om Mani Padme Hung Hri*". Não é preciso ensinar uma criança a dizer isso, pois ela o ouve o tempo todo. Se uma criança está feliz quando vê um lama ou testemunha um lama dançando, então, quando outras pessoas têm dificuldades e tristeza, essa criança também sentirá tristeza e irá desejar fazer os outros felizes. Se alguém tiver problemas com um inimigo, uma criança

boa ficará triste, uma criança mediana não terá reação e uma criança má dirá que isso é bom. Isso é a cultura geral da aldeia transmitida direta e indiretamente em milhares de momentos de interação. Algum conhecimento do bem e do mal é necessário para que seja possível sobreviver no mundo. Esse conhecimento pode ser rígido ou flexível, dependendo de como é adquirido.

Em relação à cultura tradicional, cada região de aldeias no Tibete tinha sua própria cultura local determinando os penteados, sapatos, roupas e ornamentos para homens e mulheres. Não era permitido que as pessoas misturassem diferentes estilos de vestir. Mesmo quando viajavam muitos milhares de quilômetros para fazer comércio ou peregrinação, o estilo de vestimenta de sua aldeia era mantido. As crianças assumem a vestimenta do lugar onde nascem. Elas também mantêm o dialeto daquela região. As aldeias também têm seu próprio sistema de fazer oferendas durante os cultos e isso foi mantido de geração em geração. A conexão na família era mantida falando-se de maneira amigável, tendo vontade de ajudar a todos na família e mantendo uma boa conexão com o meio ambiente. Por exemplo, todos os dias água era levada até a porta e três gotas eram oferecidas aos céus, para as Três Jóias.

Em relação à cultura adquirida pela educação através dos pais, professores e anciãos da aldeia, as crianças aprendem a cultura formal através de histórias e exemplos. Histórias educativas eram também apresentadas quando certos rituais eram realizados para pessoas doentes. Além disso, dramas educacionais, como os desenvolvidos por Druptob Thangtong Gyalpo, Drowo Zangmo, Alche Nangsa, Padma Odbar e assim por diante eram realizados regularmente, e esses dramas mostravam como bons resultados fluíam de boas ações e maus resultados de más ações.

Pedir Emprestado

"*Quem não conhece ninguém não adquire nada*" - pois não é costume emprestar a estranhos. No entanto, se alguém é bem conhecido, então, se precisam de dinheiro ou de cavalos ou iaques, o que for necessário é dado a eles. Se um animal deve ser reembolsado não é necessário dar exatamente o mesmo cavalo. Se um cavalo morreu, então o proprietário podia dizer que precisava de um cavalo com certas qualidades específicas, mas não era permitido exagerar nisso. Nestas circunstâncias, se o proprietário fizesse uma falsa reclamação, toda a aldeia sabia que ele estava sendo ruim e, portanto, faziam ele sentir vergonha.

Se os itens fossem emprestados por um ano, então, normalmente, se uma centena de itens era emprestada, cento e cinco itens deveriam ser devolvidos. No entanto, havia alguns empreendedores gananciosos que queriam cento e vinte de volta por cada cem itens emprestados, como taxa de juros mensal. Havia também um sistema de depósito onde você era obrigado a depositar um item num valor três vezes maior do que o valor que você queria pedir emprestado. Alguns credores eram justos mas outros não tinham vergonha. Por exemplo, um credor podia dizer que viria ao meio-dia do décimo quinto dia do terceiro mês para receber sua dívida, mas depois não vinha para recebê-la, ou vinha tarde, ou dizia que tinha estado lá quando de fato não tinha. Com base nisso eles exigiam mais dinheiro. Muitas pessoas fizeram isso.

No entanto, se um monge faz negócios em nome de um patrocinador ou para levantar fundos para o mosteiro então ele tem de se comportar com muito cuidado porque entende que suas ações têm consequências. Se um monge faz

negócios para ganhar dinheiro só para si, então essa é uma ação horrível.

Ricos e pobres

Primeiro afirmo que, se a partir de amanhã, por nove a dez anos, uma casa não tivesse renda nem colheitas, eles ainda teriam comida suficiente para comer. No Tibete oriental havia tanta comida disponível que não havia razão para que alguém passasse fome. Além disso as pessoas, sejam pastores ou agricultores, comiam alimentos bem simples, que também eram muito saudáveis e nutritivos.

Geralmente cada casa tinha um mínimo de cinqüenta a cem acres e a pessoa mais rica poderia ter mil acres de terra. Se os agricultores não fossem preguiçosos, eles podiam ganhar na colheita trinta a sessenta vezes a semente que haviam plantado. Acreditamos também que se estivermos praticando a virtude, nossos esforços serão frutíferos devido a essa virtude. Assim, antes de iniciarmos uma atividade agrícola fazemos oferendas aos deuses da terra, aos deuses serpente, aos deuses da água, todos eles sob o controle de Vajrapani. No meio da estação de cultivo fazemos oferendas aos Lha Srin De Gye, os oito grupos de espíritos locais, para que eles não causem problemas para as colheitas ou causem geada, granizo, ferrugem ou deslizamentos de terra. Entretanto, se eles pegarem as oferendas e depois provocarem granizo ou causarem ferrugem, havia práticas específicas que para isso. Por exemplo, na minha região praticávamos a Tara Verde de acordo com o Gonpo Wangyal, e isso fazia as colheitas voltarem com força total.

Mediante a colheita sempre damos generosamente às pessoas que estão em retiro mesmo que estejam em

cavernas distantes do nosso país. Um mês após a colheita ter entrado nas casas, realizávamos o kangso para reparação e cada casa também praticava a mandala zhitro das divindades pacíficas e iradas por um a quatro dias, a favor dos muitos insetos mortos durante o trabalho agrícola. Mais tarde, antes de plantar o próximo ciclo, realizávamos os rituais do deus da riqueza.

Cultivos

Nosso principal alimento é a tsampa, então cultivamos a cevada, tanto a branca quanto a azul, para ser assada e moída. Temos também a sowa e o centeio de casca grossa, o yugpo, com o qual também fazemos tsampa. O trigo é cultivado em alguns lugares, mas não em nossa região, que é muito fria. Ervilhas eram cultivadas. Cultivávamos também milho, o marmo lotok. Ele cresce alto e nele brota uns pêlos que chamamos de ngema, mas ele não amadurece totalmente. É o mesmo com o pimentão, o tomate e os girassóis - flores aparecem, mas não sementes.

Dieta Alimentar

No Tibete tínhamos rabanete, nabo, espinafre, repolho e batata cultivados ao redor de Lhasa, mas na minha região não tínhamos interesse por eles. Em geral não comíamos legumes. Somos como tigres, comemos carne. Também comemos tsampa, manteiga, coalhada e queijo. Sempre a mesma comida, portanto não havia dificuldades para nosso corpo.

Em nosso país não fazíamos uso dos ossos ou da carne velha e ruim, porque tínhamos excesso de comida e precisávamos até mesmo jogar coalhada fora. Na estação das chuvas não era possível conservar o leite ou fazer

queijo, então muito era jogado fora. Cultivávamos também uma batata vermelha muito pequena que era comida com manteiga. Não cultivávamos vegetais, mas flores. Ignorávamos qualquer legume, se ele por acaso ele crescesse. Depois que vim morar em Kalimpong comecei a comer legumes. Se eu contasse ao povo do meu país o que eu comia, eles diriam: *"Agora você se tornou uma vaca*!*"*

Carne

Onde conseguíamos carne? Geralmente dos pastores, mas também da aldeia. Por que os budistas comem carne? Sim, parece muito ruim, mas mesmo no Tripitaka tibetano você não encontrará nenhuma restrição clara colocada pelo Buda em relação a comer carne. O Buda diz: "*Por gentileza, não faça isso*". Também evitamos matar animais por causa dos quatro aspectos de acumulação cármica: a base, que é a reificação; a intenção, que é egoísta, a ação, que é dolorosa, e o resultado, que é a felicidade para uns às custas de outros. Como os religiosos seguem o Tripitaka, não negligenciamos esta instrução e, portanto, os monges não matam sua própria carne, mas a recebem de outros.

Os leigos, os pastores e os aldeões, diriam que matar não é ruim porque mesmo que se pratique o 'não matar' estes animais morrerão de qualquer forma dentro de cinco a dez anos.

Lenha

Se você não fosse preguiçoso ou velho e não fosse cego ou deficiente, então a cinco minutos a pé de sua casa e sem muito esforço você poderia facilmente coletar um fornecimento de madeira para cinco dias. O fogão da cozinha deveria ter sempre fogo aceso para que tivéssemos

água quente disponível e pudéssemos fazer chá sempre que precisássemos. Usávamos água quente para cozinhar carne ou chá e podíamos facilmente providenciar mais, se convidados aparecerem. Se bebíamos água quente? Não, isso era apenas para aqueles que não conseguiam digerir o chá.

Alojamento

Os pastores vivem em tendas pretas feitas de pelo de iaque. Essas tendas podem ser grandes ou pequenas, de vinte a cinqüenta pés de diâmetro e de cinco a doze pés de altura de cada lado. Eram feitas de tiras de lã, cada uma delas tecida até um vão de largura. Essa tecelagem bem estreita as tornava muito fortes.

Os agricultores têm de quatro a cinco quartos, cada um com uma porta e sem janelas laterais, apenas um longo buraco no telhado para a saída da fumaça e a entrada da luz, que tinha de ser coberto em tempo de chuva. Suas portas eram inúteis. Às vezes, pela manhã, já vi pessoas dormindo cercadas por ovelhas e cães. Quando lhes perguntei: "*Vocês não mantêm a porta fechada?*", eles responderam: "*Sim*", então perguntei: "*Então, por onde as ovelhas entraram?*". Eles respondiam: "*Pela porta*". Tínhamos também ladrões. Alguns roubavam por serem pobres, mas havia também alguns ladrões ricos.

Animais

Na minha região uma pessoa pobre tinha entre cinquenta a cem iaques, dez a vinte cavalos e uma a quinhentas ovelhas, mas os ricos tinham mil cavalos [*tongta*] e dez mil dzo e iaques [*trindzo*]. Contando os dzo eles apenas apontam para uma grande massa negra, enquanto olham da colina para

baixo. Um dzo tem um iaque como pai e uma vaca como mãe, assim como uma mula tem um cavalo como pai e uma asna como mãe. Eles também possuíam algumas ovelhas e cabras, mas não era costume entre nossos pastores ter muitas cabras.

Havia também animais não domesticados, como o drong, que é como um búfalo mas com chifres muito longos, de até cinco ou seis pés de comprimento. Se fossem mortos e pesados davam talvez cinqüenta quintais de carne, algo semelhante a um elefante indiano. Havia também o kyang, um pequeno cavalo das montanhas e o gyara[1], gowa[2], shawa[3], nawa4, tso5, chiru6 e kyin7 - havia muitos animais com chifres e patas fendidas, incluindo veados almiscarados. Havia tigres, leopardos, ursos, tremong8, felinos da floresta, raposas, lobos, sa9, yu10 - muitos carnívoros diferentes.

Havia grandes corvos, cha tra ma, chung gong kye, ke chi war, nyu dzang e muitas outras aves.

Também dentro e próximo às águas havia sapos, peixes pequenos e grandes e algumas vezes nos grandes rios havia peixes que conseguiam até bloquear o rio - mas isso é um mau sinal!

Havia algumas cobras, pequenas e muito perigosas. Havia muitas criaturas voadoras, como borboletas, insetos de fogo e assim por diante, mas não tínhamos abelhas melíferas. Em nossa casa havia gatos, ratos, moscas comuns e traças.

As Estações

Do final do quinto mês até o final do sexto mês havia seis semanas de chuva contínua durante as quais nunca se via o sol ou o céu. Também no Tibete, no décimo primeiro e

décimo segundo meses do ano havia muita neve e uma época sem ar, durante o qual os idosos tinham dificuldade para respirar e muitos morriam.

Em longas viagens era necessário atravessar muitos rios e, do terceiro ao décimo mês, por haver poucas pontes, muitos desvios eram necessários e isso tornava a viagem bem lenta. Entretanto, do décimo ao início do terceiro mês era possível ir a todos os lugares rapidamente porque os rios ficavam congelados. Assim, uma viagem que levava dois dias no verão dava para ser feita em meia hora no inverno. Por essa razão, quando as pessoas viajavam por motivos culturais ou para conhecer outras pessoas, preferiam fazê-lo no inverno.

Comer e beber

Nosso chá vem da China. Adicionamos leite a ele e só muito raramente, manteiga. Em algumas áreas próximas as pessoas faziam uma espécie de sopa com tsampa e chá forte e isso era comido com queijo, coalhada e carne. O leite e as coisas doces eram considerados alimentos para crianças.

Para pessoas saudáveis, pela manhã, quando já podiam ver as linhas da própria mão, elas tomavam chá e tsampa, e comiam queijo e manteiga. Depois, por volta das 9 horas da manhã eles tomavam chá e comiam tsampa. Ao meio-dia, elas comiam tsampa, carne, manteiga e coalhada. Às 16h, chá e tsampa. Às 20h, chá, tsampa, thugpa [sopa], carne, requeijão, queijo. Cada aldeia tinha seus próprios costumes em relação à alimentação e até mesmo cada casa tinha suas próprias práticas. Era considerado essencial ter quatro refeições por dia, mas cinco era ainda melhor. Se uma pessoa comia apenas quatro refeições então a última refeição era às 17h30min.

Os monges comiam a mesma comida, mas os que haviam tido a ordenação completa de gelong não comiam alimentos que exigiam corte ou mastigação após o meio-dia.

Dormir e acordar

Os leigos acordaram ao primeiro cantar do galo. Comiam para encher a barriga e depois saiam para fora e voltavam para almoçar às 14h. Eles não trabalhavam depois disso e dormiam imediatamente após o jantar.

Os monges também acordavam com o canto do galo. Eles recitavam as escrituras e praticavam meditação. Continuavam assim durante todo o dia seguindo o padrão do seu mosteiro, e depois dormiam após o jantar e a conclusão das recitações diárias requeridas. Monges jovens adormeciam cedo e monges velhos podiam ir dormir mais tarde. Entretanto, ninguém dormia das 4h30 até às 5h da manhã, quando o céu está brilhando. Essa é a visão do povo da aldeia e a prática dos monges da aldeia, porém os monges do mosteiro tenham uma ideia diferente.

Notas

1 Gyara, um tipo de cabra-antelope, Capricornis sumatraensis.

2 Gowa, gazela tibetana, Procapra picticuadata.

3 O Veado de McNeil, Cervus elaphus elaphus macneilli.

4 Nawa, Ovelha-azul ou bharal, Pseudois nayaur.

5 Tso, outro tipo de gazela.

6 Chiru, antílope tibetano com chifres muito longos,

Pantholops hodgsoni.

7 Kyin, Ibex, Capra ibex.

8 Tremong, urso pardo tibetano, Ursus arctos pruinosus.

9 Sa, leopardo das neves, Panthera uncia.

10 Yu, lince.

Rigdzin Godem
e Sikkim

Há três excelentes encarnações que são as maiores reveladoras de tesouros (*gTer-sTon*), cada uma tendo as bênçãos do Corpo, da Fala e da Mente de Padmasambhava. O Terton semelhante ao Sol, que é a encarnação do Corpo do Guru, é Ngadag Nyang Nyima Odzer (*mNga'-lDag Nyang Nyi-Ma 'Od-Zer*). O Terton lunar, que é a encarnação da fala do guru, é o Guru Chokyi Wangchuk (*Guru Chos-Kyi dBang-Phyug*). O Terton que é como uma jóia que realiza desejos, a encarnação da Mente do Guru, é Rigdzin Gokyi Dem Truchen (*Rig-'Dzin rGod-Kyi lDem-'Phru-Can*).

Aqui estamos lidando com a encarnação da Mente, Rigdzin Gokyi Dem Truchen, conhecido como Rigdzin Godem. Ele nasceu no décimo dia do primeiro mês do ano do boi de água, na parte norte do Tibet, na aldeia de Toryor Nepo (*Thor-Yor Nas-Po*), em frente do lado leste da colina chamada Riwo Trabzang (*Ri-Bo bKra-bZang*). Seu pai, Lopon Dudul (*sLob-dPon bDud-'Dul*), pertencia ao povo Hor; sua mãe era Jochem Sonam Khyedren (*Jo-lCam bSod-Nams Khye-'Dren*) e

ele se chamava Ngodrub Gyaltsen (*dNgos-Grub rGyal-mTshan*).

O texto *'Khrungs-Rabs sGron-Ma rNam-gSum* diz: *"Sua cabeça é grande com uma cúpula alta, como sinal de que sua visão e entendimento são muito elevados e de difícil compreensão. Ele tem uma marca na brahmaranda, bem na coroa de sua cabeça, o sinal de que seu portal de sabedoria está aberto"*. Assim são listadas suas características simbólicas.

Também o texto *sNying-Thig Man-Ngag Don-bDun*, que é um tesouro (*gTer*) do próprio Rigdzin Godem, diz: *"Nascido no ano do boi de água, ele possui o símbolo de uma marca, e, como sinal de ter sido abençoado por Padmasambhava, penas de abutre emergem duas vezes na coroa de sua cabeça"*.

Assim, aos doze anos de idade, três penas de abutre apareceram na coroa de sua cabeça e quando ele tinha vinte e quatro anos, mais duas penas de abutre surgiram, para que ele tivesse cinco no total.

Aos vinte e cinco anos, ele encontrou a jóia Man-Shel da naga, na fonte chamada Dutsi Chumig (*bDud-rTsi'i Chu-Mig*). Ele a mostrou a Zangpo Dragpa *(bZang-Po Grags-Pa*) que morava no eremitério chamado Manglam Ritro (*Mang-Lam Ri-Khrod*). Com a sua orientação, no oitavo dia do mês da cobra do ano do cavalo de fogo, aos vinte e nove anos de idade, dos três pilares de pedra da rocha branca *'Dzeng* perto do topo do Riwo Trabzang, ele retirou as chaves ou guias para três grandes tesouros (*gTer*) e mais cem pequenos tesouros (*gTer*), e depositou ali alguns tesouros substitutos (*gTer-Tshab*).

Por volta das nove da noite do quarto dia do mês da ovelha daquele mesmo ano, na caverna de Zangzang Lhadrag

(*Zang-Zang Lha-Brag*), no cume do Riwo Trabzang, parecido com um monte de serpentes perigosas, Rigdzin Godem retirou a urna[1] de couro castanho do tesouro, feito por três pessoas cujos nomes terminam cada uma em Gon (*mGon*). Essa urna era dividida em um compartimento central e quatro compartimentos laterais, dos quais ele tirou os grandes tesouros profundos (*gTer*), conhecidos como os "cinco tesouros", o Dzonga (*mDzod-lNga*). Descrevendo-os brevemente, no centro está o *sNying-mDzod sMug-Po*, o conjunto de tesouros do coração, de cor castanho-avermelhado (*n.t - maroon coloured*). A leste encontra-se o *Dung-mDzod dKar-Po*, o conjunto de tesouros de conchas, de cor branca. Ao sul está o *gSer-mDzod Ser-Po*, o conjunto de tesouros dourado, de cor amarela. A oeste está o *Zangs-mDzod dMar-Po*, o conjunto de tesouros de cobre, de cor vermelha. Ao norte está o *lCags-mDzod Nag-Po*, o conjunto de tesouros de ferro, de cor preta. Esses grupos de tesouros contêm os textos sobre *bLa-sGrub; rDzog-Chen dGongs-Pa Zang-Thal e Ka-Dag; rTsa-rLung Phag-Mo Zab-rGyas; Thugs-sGrub gSang-sGrub Drag-Po rTsal*, entre outros. Rigdzin Godem escreveu mais de quinhentos textos com base nesses textos centrais.

De maneira geral, esses tesouros profundos Ter (*gTer*) são o único método para trazer felicidade ao Tibete e a outros países, agora e no futuro. Em particular, os Jang Ter (*Byang-gTer*) são os que promovem o Darma, previnem as guerras, terminam as epidemias, pacificam os conflitos internos, controlam demônios, alimentam o estado e controlam as doenças perigosas, pois contêm tudo o que é necessário para beneficiar os seres.

Essas doutrinas também contêm a chave ou o guia para muitos lugares, especialmente para os sete grandes lugares santos secretos. Por essa razão, o Jang Ter é famoso em toda

parte como "O único Ter (*gTer, tesouro*), que é como um ministro protetor, promovendo benefícios para todo o Tibete".

No final de sua vida Rigdzin Godem foi para o Sikkim (*"Bras-Mo gShongs"*) e abriu o caminho para os lugares santos[2]. Ele se tornou o Guru de Chogdrub De (*mChog-sGrub-sDe*) o Rei de Gung-Thang, e isso trouxe felicidade para o povo do Tibete.

Então, finalmente, tendo realizado muitos feitos como esse, aos setenta e dois anos de idade e com vários sinais surpreendentes ele integrou sua mente ao espaço abrangente do dharmadhātu. Assim, ele beneficiou substancialmente tanto os seres sencientes quanto o dharma.

De Ladakh ao oeste até *Dar-rTse mDo* [Tachienlu] perto da fronteira chinesa, e das terras mongóis ao norte até o Sikkim de antigamente ao sul, houve muitos detentores da linhagem do Jangter, e agora eles também podem se espalhar para os países ocidentais.

Quando o Rigdzin Godem Truchen (*Rig-'Dzin rGod-lDem 'Phru-Can*) estava abrindo o caminho para os lugares santos do Sikkim, ele fez essa oração:

"Corpo, Fala, Mente". Grande Professor, conceda-me todas as verdadeiras realizações. Embora eu saiba que as aparências mundanas são ilusórias, ainda surge o apego a essas aparências desconcertantes como sendo algo inerentemente real. Minhas aflições e seus traços sutis ainda não terminaram. Por favor abençoe-me, cortando a raiz de todas as esperanças e desejos.

Corpo, Fala, Mente, Grande Professor, conceda-me todas as

verdadeiras realizações. Por conta das manifestações impermanentes das más ações deste período degradado a renúncia surge em mim, e descarto o objeto das minhas esperanças e desejos. Mesmo assim, mais tarde, fico perturbado com o sofrimento de desejar os objetos de uso diário. Por favor abençoe-me, cortando a raiz do desejo e da ânsia.

Corpo, Fala, Mente. Grande Professor, conceda-me todas as verdadeiras realizações. Grandes métodos para eliminar as aflições dos três venenos têm sido falados pelos Jinas em muitos ensinamentos, e no entanto, eu me submeto muito fortemente ao poder dos traços cármicos sutis que são tão difíceis de abandonar. Por favor abençoe-me, cortando a raiz das más ações.

Corpo, Fala, Mente. Grande Professor, conceda-me todas as verdadeiras realizações. Situações causais externas, situações causais internas e situações causais que ocorrem repentinamente, todas surgem da raiz da crença na dualidade. Eu sei disso agora, mas ainda assim não estou livre do poder dos obstáculos de Mara. Por favor abençoe-me para que minha mente possa emergir de maneira nua.

Corpo, Fala, Mente. Grande Professor, conceda-me todas as verdadeiras realizações. Por favor, abençoe-me com a liberação do grilhão da crença na dualidade. A mente em si é não-composta, vindo facilmente à sua própria maneira. Ela não é feita pelas boas ações e qualidades dos Budas, e não está atada pela prisão do afundamento, da nebulosidade e da vacilação. Com a luz brilhante, radiante, natural e radiante da Lucidez, a vasta mãe do dharmata e sua criança se encontrarão.

Assim, não se deixando estupidificar pelos maus amigos das situações preguiçosas e descontraídas, protegerei forte e amorosamente a boa casa de sunyata e, com isso, a mãe e a criança do dharmata se encontrarão rapidamente.

Então, a partir desse momento, devo agir fortemente em benefício daqueles vagando pelo samsara. Devo realizar os atos de um Bodissatva. Devo realizar uma grande onda de virtude em benefício dos outros. Devo obter o poder efetivo de retomar e esvaziar o samsara".

Notas

1 A urna tem um côvado de altura, tem o formato de uma jóia e a circunferência máxima de um braço inteiro.

2 Anteriormente, havia sido uma terra escondida e desconhecida.

DEDICAÇÃO

Se houver qualquer mérito neste livro nós o dedicamos a todos os seres sencientes. E se não houver mérito algum, que ele se dissolva em sua própria natureza vazia.

ཕན་པར་བསམས་པ་ཙམ་གྱི་ཀུང་།

ས་ངམ་རྒྱས་མཆོད་དང་ལས་ཁྱད་འཕགས་ན།

ས་མས་ཅན་མ་ལུས་ཐམས་ཆད་ཀྱི།

བདེ་བ་ཉོན་བར་རྩོལ་པ་ཁམ་ཙི་དག་ས།།

"Quando a simples ideia de ajudar os outros
é mais excelente do que a adoração a todos os Budas
É desnecessário até mesmo mencionar a grandeza do esforço pela felicidade de todos os seres, sem exceção."

[Do Bodhicharyavatara, por Shantideva].

Bibliografia

Low J. *Simply Being: Texts in the Dzogchen Tradition, (Simplesmente Ser: Textos da Tradição Dzogchen)*, 3ª ed., (CPI Antony Rowe, novembro de 2010)

Lama, C.R. e Low, J. *Radiant Aspiration: The Butterlamp Prayer of Aspiration*, (Simply Being, julho de 2011)

Low, J. *Being Guru Rinpoche: A Commentary on Nuden Dorje's Terma, Vidyadhara Guru Sadhana*, (Trafford, Canadá, 2006)

Low, J. *Being Right Here: The Mirror of Clear Meaning. (Shambala Publications, 2004)*
Estando Bem Aqui: "O Espelho do Claro Significado" Ed. Meditando Junto, 2021)

Lama, C.R. And Low, J. R. *The Seven Chapters of Prayer, as taught by Padmasambhava of Urgyen, known in Tibetan as Le'u bDun Ma,* (edition khordong, 2008)

Dudjom Rinpoche, Jikdrel Yeshe Dorje. Dorje, G. (Tr e Ed). *The Nyingma School of Tibetan Buddhism: its fundamentals and history,* (Wisdom Publications, Boston, 1991)