

SER GURU RINPOCHE

Possa o gentil orvalho
Das bênçãos de Guru Rinpoche
Suavizar a pele endurecida
Pela ignorância em toda parte

Dedicatória da Patrocinadora

Com Gratidão aos Mestres da Linhagem

Eu dedico

O mérito de patrocinar este livro

Ao meus pais falecidos

Mary e Stan Thompson

E a todos que estudam e praticam o Buddhadharma

Pamela Carr

SER GURU RINPOCHE

Um comentário sobre
A Sadhana do Guru Vidyadhara

Por

James Low

SÉRIE COMENTÁRIOS KHORDONG

Série de Comentários Khordong III

Este comentário foi apresentado na forma de seminários
em Gersbach na Floresta Negra, Alemanha
de 27 a 28 de novembro de 1999 e de 12 a 14 de maio de 2000

Transcrição de Mani

Editado por Gordon Ellis

Composição e design de Andreas Ruft

Fonte unicode tibetana: XenoType Tibetan New.ttf

Foto da capa traseira de Chhimed Rigdzin Rinpoche

por Hans-Maria Darnov, Munique, julho de 1995

© Copyright 2006 James Low

Resto para colocar por Trufford:

ISBN 1-4120-8407-5

Os dados de catalogação na publicação estão disponíveis em...

Índice

Prefácio	7
Introdução: Alguns Aspectos do Tantra	11
Comentário sobre o Vidyadhara Guru Sadhana	31
A. Primeiras Orações	31
B. Prática Preparatória	41
a. As Quatro Reflexões	42
b. Refúgio e Desenvolvimento de uma Atitude Iluminada	47
c. Prática dos Sete Ramos	48
d. Meditação Dorje Sempa	50
e. Guru Yoga	62
C. SADHANA: Parte Introdutória	69
a. Prece das Sete Linhas	71
b. Orações Gerais para a Linhagem	78
D. SADHANA: Práticas Preparatórias	91
a. A Visualização	92
b. Refúgio e Bodhicitta	92
c. Cortando o Limite	102
d. Confissão	107
e. Convite	113
f. Purificando e Abençoando as Oferendas	116
E. SADHANA: Parte Principal	129
a. Visualização da Mandala e da Divindade	129
b. Padmasambhava e suas Manifestações	133
c. A Invocação	144
d. Ofertas	154
e. Louvor dos Três Kayas	160
f. Recitação do Mantra	168
g. Oferendas e Louvor	174
h. Encorajamento na Impermanência	192
i. Orando pelo que Queremos	207
j. Prática curta de Phowa	214
k. Recebendo as Quatro Iniciações	215
l. Dissolvendo-se no Guru e Mantendo a Visão	219
F. Prática do Protetor do Dharma	231
G. Oferendas	243
a. Abençoando as Ofertas e Convidando os Grandes Convidados	243
b. Fazendo Confissão	249
c. Sacrifício	252
d. Oferendas que Compartilhamos	257
e. Permanece	260
H. Conclusão	265

a. Estabilizando o Resultado	266
b. Preces de Aspiração	278
c. Versículos Auspiciosos	283
Apêndices	293
Autorização para Prática	293
Detalhes de Contato e Leitura Complementar	293
Tabela de Ilustrações	294
Títulos Disponíveis dos Comentários Khordong	294

Prefácio

ESTE LIVRO CONTÉM O TEXTO da prática ritual tântrica chamada *A Sadhana do Guru Vidyadhara* e meu breve comentário sobre ele. O comentário é a transcrição editada de duas palestras e de forma alguma pretende ser um relato completo do texto. Em vez disso, é oferecido como um modo dos ocidentais se familiarizarem com a prática tântrica. O texto em si é da tradição nyingmapa do budismo tibetano e é um texto tesouro de Nuden Dorje (1). Eu o traduzi pela primeira vez com C R Lama (Chimed Rigdzin Rinpoche) (2) cerca de vinte e cinco anos atrás e tornou-se a prática longo mais frequentemente reallizada entre os seus alunos.

Este texto ritualístico é muito importante devido à profundidade de seu conteúdo e à brevidade de sua linhagem, em outras palavras, à sua proximidade com Padmasambhava, a raiz de todas as linhagens nyingma. C R Lama faz a seguinte descrição do texto:

Quando Padmasambhava estava na grande caverna de Samye Chimpu, no Tibete, deu iniciações muito importantes a Yeshe Tsogyal, Nanam Dorje Dudjom, Khyeuchung Lotsawa, Achar Sale, e todos os demais vinte e cinco grandes discípulos conhecidos como Je Bang Nyer Nga. Este tesouro do dharma com o qual podemos contar no presente é parte das doutrinas que ele ensinou na ocasião. Nesta sadhana, o próprio Padmasambhava é visto como a emanção de todos os budas e a reunião de todos os herukas e dakinis. os ensinamentos foram difundidos, esta prática incorporou-se aos ensinamentos de Khyeuchung Lotsawa. Khyeuchung Lotsawa teve sete encarnações importantes, os sete Nuden Dorjes, ou seja, Terchen Dundul Dorje e os que vieram após ele. Nuden Dorje Drophan Lingpa Drolo Tsal foi o sétimo dos Nuden Dorjes e foi quem revelou este tesouro do dharma. Depois que o recebeu, guardou segredo por vinte e cinco anos durante os quais praticou muito e recitou treze milhões de vezes o mantra benza guru junto com essa prática e também o Rigdzin Dung Drub de Rigdzin Godem. Este foi o seu primeiro tesouro (gTer) e, posteriormente, revelou e escreveu dezesseis volumes adicionais.

De acordo com o texto, Nuden Dorje Drophan Lingpa ofereceu essa prática primeiramente para a esposa de Lhachen, o Rei de A-Kyong, Tamdrin Wangmo. Quando ela a realizou, raios de luz emanaram de seu corpo, e quando morreu assemelhava-se a uma menina de oito anos. No seu funeral, muitos arco-íris apareceram. Isso aconteceu em A-Kyong, perto do Lago Ko Ko Nor. Depois, o próprio filho de Drophan Lingpa, Gyalsae Padma Don Sal, recebeu os ensinamentos daquela rainha. A terceira pessoa a recebê-los foi Gonpo Wangyal, sobrinho de Nuden Dorje Drophan Lingpa. Ele os recebeu de Gyalsae Padma Don Sal. A quarta pessoa foi Tulku Tsorto (Tsultrim Zangpo) que os ganhou de seu pai e guru raiz, Gonpo Wangyal, que era a encarnação de Achar Sale, um dos vinte e cinco grandes discípulos. A quinta pessoa sou eu, e os recebi de

Tulku Tsorlo, a encarnação de Vimalamitra e Vairocana que recebeu a mente abençoada de Padmasambhava.

De Nuden Dorje até hoje esta linhagem tem apenas cinco membros. Os quatro primeiros desses cinco detentores da linhagem obtiveram ótimos resultados e recitaram pelo menos cem mil mantras benza gurus para cada sílaba do mantra.

Eu mesmo tive menos oportunidades e, por isso, nessa prática e na Byangter Rigdzin Dungdrub, recitei apenas dois milhões e seiscentos mil mantras benza guru . Mas de qualquer forma, quando morrer, eu não terei medo e estarei capacitado para ir a algum lugar fora dos seis reinos. Pode não ser um lugar muito elevado, mas estou certo de que não será um lugar inferior.

Neste momento e de acordo com alguns dos meus sonhos e das previsões de alguns que foram terchens (3) (de acordo com a previsão de Drophan Lingpa) eu decidi dar este ensinamento para aqueles que vão praticá-lo.

Talvez isso seja o certo. Talvez seja errado. Nós não sabemos. Mas é certo que quem tem fé e acredita sem dúvidas em Padmasambhava e nesse sistema terton (revelador de tesouros), e nas linhagens nyingma kama e terma, e fizer a prática, obterá resultados. A linhagem dessa prática não é longa. De Padmasambhava ao meu guru, há apenas cinco. Há também outra linhagem curta que pratiquei em Tsonae Nang em Kham, Tibete Oriental. Eu também obtive algumas linhagens diretas de Drophan Lingpa, Khyeuchung Lotsawa e Padmasambhava, todas não diferentes na forma. Isso ocorreu no tsechu (décimo dia da lua crescente) quando recebi esta iniciação. Neste momento, eu acredito que quem faz esta prática e lê a prece das sete linhas (Tsig Dun Sol Deb) cem mil vezes, e o mantra benza guru um milhão e trezentas mil vezes, com certeza obterá algum resultado.

C R Lama era um iogue muito poderoso, um mestre da energia, e o texto raiz foi traduzido e impresso em uma mandala irada, de cólera e intensidade aterrorizantes. A hesitação foi incinerada no ato e o fluxo de transmissão é um rio incessante de lava derretida do começo ao fim. Rinpoche disse que a tradução e a primeira iniciação, que abriria a linhagem para um grupo mais amplo de discípulos, foi na época principalmente para o benefício de Barbara e Robbie Terris. Uma das expressões favoritas de Rinpoche era 'plena fé', e nosso trabalho em Shantiniketan de 1974 a 1982 foi baseado nesse princípio.

Desde a diáspora tibetana os caminhos pelas quais tais práticas são abordadas têm se tornado mais acessíveis. Assim, a muitas pessoas envolvidas na prática tântrica falta um embasamento rigoroso nas visões filosóficas embutidas nela. Falta-lhes também muitas vezes o amadurecimento que vem com a atenção diligente às práticas preliminares. No entanto, estes são tempos difíceis, e se alguém tiver um sincero interesse na prática deve, eu acho, ser acolhido e conduzido por essa abordagem da existência, da transformação da vida cotidiana na mandala dos iluminados. Espero que este comentário mostre como funciona as várias partes da prática, pois o texto é metódico do começo ao fim. Mas apenas a leitura do texto não pode de forma alguma substituir a necessidade de receber a dimensão tripartite de iniciação, transmissão e instrução por um professor autorizado.

Carma é uma estranha teoria. Por um lado, parece muito ordenado: as ações têm consequências. Nas primeiras traduções para o inglês de textos budistas era muitas vezes apresentada como A Lei, algo inescapável, inexorável e, portanto, um chamado assustador para o despertar. No entanto, em nossas próprias vidas, revela-se como sorte, como oportunidade, como nossa quota, nossa fatia da vida que, ao ser colocado em nossa frente, parece bastante

diferente do que os outros seres estão recebendo. A complexidade do por que as coisas inevitavelmente acontecem sempre nos escapará. Mais importante talvez seja como podemos trabalhar melhor com nossa quota, uma fatia que não é fixa mas revelada através de uma co-provocação dinâmica do potencial de qualquer situação, e de nossa capacidade de participar dela em um estado de abertura.

Este texto emerge de uma sequência de eventos em que estou implicado e, através dos quais, me sinto amparado, mas que pareceram simplesmente ocorrer. O entrelaçamento de momentos ativos e passivos nos quais outros lideram com sua intenção e eu os sigo, e momentos em que tenho uma intenção (descubro-me com a intenção de seguir adiante) e são os outros que sobem a bordo, é incessante. Quando o que conduz nossa imaginação também cativa os outros, liberando inspiração e energia, é maravilhoso, pois revela a sinergia da mandala, o esforço colaborativo não forçado de seguir em frente, estando totalmente nele, pronto para ele, ansiando por ele, vivendo para ele, preenchido e esvaziado por ele, tudo ao mesmo tempo. O dharma é o grande "ele", a revelação inapreensível que nos devolve a nós mesmos, subvertendo as identidades comuns ao nos jogar de volta ao chão sem alicerces que está sempre emergindo como isso ou aquilo.

O desejo inicial de que eu dissesse algo sobre a prática Rigdzin veio de Ruth Kürman, que também organizou os dois pequenos retiros em que isso ocorreu. O vento ameno da boa sorte soprou para que Robert Jaroslowski fosse o tradutor para o alemão. Sua presença tranquila significava que as pausas eram harmoniosas e agradáveis, criando uma atmosfera de fluidez que atravessa o processo de continuidade e ruptura entre as duas línguas. Por alguma razão o pensamento de transcrever as fitas atraiu Mani e ela se aplicou com diligência embora, como disse claramente, a atividade não a atraia de fato. Então, por um tempo, as transcrições definharam, acumulando poeira entre meus inúmeros papéis. De repente, uma nova brisa na cidade, uma rajada suave de entusiasmo, arrastou Gordon Ellis para a importante tarefa de ordenar e editar o material dos dois retiros. Ele fez isso com paciência, habilidade e amor, e os frutos desse trabalho é o que está diante de vocês. A preparação final foi feita por Ruth Rickard e Barbara Terris.

O texto tibetano neste volume foi compilado de várias versões e revisado por Anne Gäbler. O patrocínio oportuno de Pamela Carr acelerou o trabalho final e garantiu a publicação. Agradecimentos calorosos a Torsten Kratt pela permissão de usar seus desenhos das oito manifestações de Guru Rinpoche e a Katharina Winkelmann por sua pintura de Guru Rinpoche na capa. Andreas Ruft fez o layout final com o cuidado e a diligência que trouxe para publicações anteriores do Khordong. Elisabeth Poller-Frischengruber ajudou com o design da capa.

Introdução: Alguns Aspectos do Tantra

NESTE BREVE COMENTÁRIO, examinaremos primeiramente a estrutura do tantra e, em segundo lugar, como *A Sadhana do Guru Vidyadhara*, ou *Grande Rigdzin*, como é conhecida, relaciona-se com os principais temas do tantra.

O que tentarei fazer é reunir duas correntes de explicação. Uma é a explicação tradicional e a outra é uma interpretação mais sociopolítica, histórica, psicológica. Acho que ambas podem ser muito úteis porque, como ocidentais, crescemos com uma maneira particular de analisar

situações. Se o dharma deve se tornar totalmente integrado ao modo de vida ocidental é importante que ele não seja colocado entre parênteses apenas como um conjunto de crenças estranhas, estrangeiras – portanto, alienígenas. Em vez disso, deve haver alguma maneira pela qual ele pode ser processado e assim incorporado. Além disso, acredito que essas duas correntes de explicação estão contidas dentro do próprio dharma.

A primeira relaciona-se com os princípios budistas de causa e efeito e por que as coisas passam a existir. A segunda corrente tem a ver com ideias de validação, que as coisas têm uma verdade por causa de sua origem. Em geral, diz-se que, nessa tradição de tesouros revelados, se acreditarmos que um terma é autêntico, podemos acreditar que é confiável porque se originou com Padmasambhava, então a prova de sua validação reside em sua origem. Como Padmasambhava integra os três *kayas*, acreditamos que este ensinamento é uma demonstração, uma manifestação da condição natural da existência. Desta forma, todos os ensinamentos do terma, incluindo aqueles que iremos estudar, o *Grande Rigdzin*, emergem de uma dimensão de espaço e tempo que está além do nosso espaço-tempo comum. Eles surgem do *dharmadhatu* como uma manifestação da natureza da lucidez.

Por outro lado, em um nível relativo, temos a ideia de co-originação dependente. O princípio básico envolvido aqui é que tudo se manifesta em com base em outros fatores que já haviam se manifestado anteriormente. Uma das exposições mais claras disso está no *Sutra do Arya Salistamba* em que é estabelecido muito claramente nestes termos: tendo por base *isso*, *aquilo* emerge.

Sem causas e condições, nada se manifesta. Vemos isso na história do nascimento de Padmasambhava. Como vocês se lembram, na terra de Uddiyana havia um rei, Indrabhuti, e este rei era velho e cego e sem filhos; e, naquele país, devido a causas e condições, havia muitos problemas: fome, seca e doença. Apesar de os sacerdotes reais e outras pessoas santas no país fazerem muitos pujas e práticas, não conseguiam benefícios com essas ações, mas então, devido a outras causas e condições, surgiu a ideia de orar para Amitabha e, por causa dessas orações, saindo do coração de Amitabha, manifestou-se um lótus cercado por luzes de cinco cores sobre as quais estava uma letra *Hri*. Foi então que, nessa letra *Hri* do lótus no lago Dhanakosha, Padmasambhava surgiu. Ou seja, ele não apareceu simplesmente sem motivo; havia um estímulo, havia um gancho de alguma forma e, em reação a esse gancho, a compaixão assumiu uma forma particular, a saber, a de Padmasambhava.

De maneira semelhante, podemos ver, se tomarmos uma visão histórica ocidental do desenvolvimento do budismo, que depois do príncipe Siddhartha obter a iluminação sob a árvore bodhi em Bodhgaya e começar, com algumas dúvidas e hesitações, a ensinar o dharma, ele também desenvolveu-se de acordo com causas e condições.

O Buda, que era o príncipe Sidarta em seu novo estado, pensava que não havia sentido em ensinar nada do que havia descoberto porque ninguém entenderia, mas então todos os deuses, liderados por Brahma, vieram e imploraram para ele, dizendo: “Por favor, o que você entendeu é muito importante; por favor, ensine-nos”. E ele disse: “Tudo bem!” Foi assim que aconteceu, em razão de causas e condições.

Além disso, se você observar a estrutura do sistema monástico que foi estabelecido na época do Buda, encontrará nos comentários sobre o *vinaya* a existência de situações muito precisas das quais as várias regras para o comportamento dos monges foram criadas. Por exemplo, alguém naquele tempo veio até o Buda e disse: “Buda, você sabe que alguns dos seus monges

vão às casas e exigem carne?” Buda disse: “Ah, isso é terrível, de agora em diante, meus monges estenderão suas tigelas e aceitarão o que quer que seja colocado nelas”. A mesma mensagem foi reforçada quando, de outra vez, alguém veio e disse: “Seus monges estão jogando fora a carne que eu coloco na tigela”, e então o Buda disse: “Não, vocês devem comer o que estiver nelas. Não importa o que se coloque nas suas tigelas, vocês devem comer isso”. À medida em que mais e mais pessoas vinham ao Buda para lhe contar todas as coisas ruins que os monges estavam fazendo, ele dava mais e mais instruções. Então há a famosa história de que quando o Buda morreu, todos os monges estavam chorando e lamentando, exceto um monge que estava rindo, e eles lhe perguntaram: “Por que você está rindo?” Ele respondeu: “O Buda está morto. Chega de regras!” Isso são causas e condições.

O desenvolvimento do budismo, como é o caso da maioria das organizações, é um movimento, uma construção que eclode de uma tensão entre duas posições. Existe uma força centrípeta e uma centrífuga. Isso é realmente o que uma mandala é, ela mantém a tensão entre essas duas forças. Assim como em um laboratório, usamos uma centrífuga para separar as coisas, na história do dharma pontos de diferença entre diferentes monges, diferentes filósofos, levaram ao surgimento de diferentes escolas e às vezes essas tensões levaram a assassinatos, destruição de mosteiros e assim por diante. Por outro lado, temos uma diretriz de devoção ao Buda, uma crença em certos princípios básicos, como impermanência e assim por diante, e esses fatores mantêm unido todo o movimento do dharma, de modo que também é possível aos budistas de todas as partes do mundo se reunirem e encontrarem um solo comum. Portanto, essas duas linhas de explicação são importantes.

De um modo geral, o tantra está preocupado com a continuidade, com o vínculo. Esse conceito em si é especialmente importante em relação ao que os tibetanos chamam de posição hinayana. Isso porque a visão básica, de acordo com o hinayana, é de renúncia, e renúncia significa separação. Por exemplo, de acordo com a visão hinayana, se encontrar coisas que o perturbam, então deve tentar evitá-las. Você pode olhar, portanto, para as sugestões ou os apoios normais em relação a distúrbios emocionais para, em seguida, tentar se livrar deles. Assim, por exemplo, se decidir se tornar um monge ou uma monja, você deveria evitar contato próximo com pessoas do sexo oposto (assim como com pessoas do seu próprio sexo) e deveria proceder à análise do corpo que revele seus componentes crus e brutos. Quando você se acostumar com essa maneira de olhar, em vez de ser fisgado pelas percepções em relação a alguém que você acha atraente, você pode rapidamente transformá-las em algo repugnante. Dessa forma, ao reduzir o mundo inteiro a merda, você se sentirá livre do apego. Essa visão não agrada a todos porque uma das consequências de se viver na merda é que, mesmo que você tente se separar dela, o cheiro entra pelo nariz. Simplesmente tentando criar um mundo esquizoide ao evitar dificuldades será ineficaz porque, por nossa própria natureza, somos dependentes de outras pessoas.

É possível tomarmos essa ideia de origem dependente, de que tudo surge em relação a outra coisa, e experimentá-la como uma ideia muito negativa de algo que nos persegue. Pode-se sentir como alguém segurando um grande polvo, constantemente tentando conectar tudo. Isso surge de não reconhecermos que nós mesmos e tudo sobre nós emergem de forma interdependente, sem nenhuma essência estável separada do processo. Mas mesmo quando vemos isso, podemos sentir que precisamos desligar todo o sistema, tirar o fio da tomada e apagar a lâmpada.

Alternativamente, à medida que experimentamos a mudança da visão hinayana para a mahayana, podemos começar a ver que a co-originação dependente e a interdependência de

todas as coisas assumem uma conotação muito mais positiva: como eu estou conectado com todos os seres sencientes, minha liberação depende da libertação deles; não pode haver solução finita; a única saída é através de, com, e como, o infinito.

De um ponto de vista mahayana básico, posso dizer: “É porque reconheço que estou conectado com vocês que preciso fazer um gesto de compaixão para com vocês.” Isso é apoiado também pela ideia de que nasci muitas, muitas vezes, que em todas as minhas vidas eu tive uma mãe e, portanto, é óbvio que uma vez ou outra vocês foram minha mãe. Logo, posso chegar à conclusão de que, como minha mãe, vocês fizeram coisas boas para mim e assim eu tenho uma dívida de obrigação com vocês.

Aqui na Grã-Bretanha, as pessoas contam todos os tipos de histórias agradáveis sobre suas conexões profundas, mas na verdade, abaixo da superfície, há muitos conflitos históricos que estão ainda muito presentes. Ou seja, você tem que ficar se lembrando, “Oh, essa pessoa foi minha mãe, ela fez isso para mim, portanto...” Há um grande ajuste a ser feito porque o impulso habitual é algo completamente diferente.

À medida que a compreensão da co-originação dependente começou a ser tecida com a compreensão da vacuidade, particularmente após o trabalho de Nagarjuna e depois o trabalho de *yogacara* de Asanga Maitreya, o que vemos é que a conectividade é tomada como um dado. Não é que eu tenha uma escolha se eu estou conectado, mas essa conexão é dada pela própria natureza da realidade, e uma das funções da ignorância é não estar ciente dessa conexão básica.

Alguém pode decidir que não deseja mais pertencer à sua família, não obstante o parentesco de sangue é um dado da realidade. É uma insanidade alguém alegar que não está conectado com sua família. Em muitos jovens, um forte sentimento psicológico emerge a ponto de eles terem que se separar de seus pais para descobrir quem são. No entanto, a base biológica de alguém é inescapável da existência de seus pais. Alimentar-se, vestir-se, aprender a falar a língua, ser apoiado na ida à escola, todas as complexas experiências formativas da vida, do desenvolvimento pessoal, são geradas dentro da família. No entanto, é claramente o caso de muitos jovens que, por se apegarem firmemente à ideia de que não querem ter nada a ver com sua família, mascaram o que é, na verdade, uma realidade manifesta e inegável. Do ponto de vista do budismo mahayana, ocorre o mesmo com todos os seres sencientes. Somos todos parte da mesma família, e negar nossa conexão com outras pessoas é parte do que ignorância significa -- é apenas parte de nossa loucura.

Uma das coisas notáveis sobre o budismo é que ele é muito intencional: tem uma orientação teleológica. A intenção do budismo é a iluminação de todos os seres. Isso tem uma implicação importante porque se eu, através do estudo do dharma, tiver uma ideia do que é a iluminação, então vou querer levar essa iluminação para outras pessoas e vou querer ajudá-las a se iluminar. Isso me dá a sensação de que devo fazer coisas para ajudar outras pessoas a se iluminar. Nesse caso, eu poderia orar: “Oh, que todos os seres vão para Zangdopalri”. Mas nem todos os seres sencientes podem querer ir para Zangdopalri; alguns podem querer ir para Sukhavati. Então, devido ao poder da minha oração, algumas pessoas podem se encontrar em Zangdopalri e pensar: “Eu não quero estar aqui! Aqui em Zangdopalri há todas essas pessoas muito grandes, iradas e poderosas, mas em Sukhavati você se senta confortavelmente dentro de seu lótus e há uma música muito suave; é muito mais tranquilo”.

Isso levanta uma questão muito importante. Se gostamos de pessoas, se amamos as pessoas, queremos fazer algo por elas, mas o que as ajudará? Geralmente, o que queremos fazer por elas é uma extensão do *nosso* desejo, queremos levá-los para o *nosso* mundo. É possível saber o que é bom para o outro? Se perguntarmos a eles, eles conseguem nos contar? Eles sabem?

Muitas posições dentro do budismo são dogmáticas porque estão ligadas a uma ideia apriorística do que se aplica a uma determinada situação. É muito mais fácil aplicar uma solução dogmática do que de fato investigar ou indagar. Em termos da tensão centrípeta-centrífuga dentro do budismo, grande parte da dificuldade está localizada na tensão entre o discurso da fé, do dogma, por um lado, e o discurso da prática por outro. Por exemplo, na prática da meditação desenvolvemos a atenção, uma atenção fenomenológica, que é uma atenção ao que existe de fato, mas quando aprendemos o dharma, quando temos o dogma, o discurso do dharma, não precisamos mais prestar atenção ao que está aí porque sabemos antecipadamente o que estará lá. Parece que todas as grandes religiões têm esse tipo de tensão. Por um lado, você tem eruditos e dogmatistas e, por outro, você tem as pessoas que fazem algum tipo de prática; entre eles existe uma grande tensão que, se não for resolvida criativamente, resultará em alienação, não-resolução e cisma em vez de síntese.

Agora, no tantra, parte da continuidade se dá entre posicionamento dogmático e atenção aberta, livre. Segundo a tradição, os tantras surgiram como um conjunto de meios hábeis ensinados por Buda Shakyamuni como parte do terceiro giro da roda do dharma. Isso quer dizer que o Buda Shakyamuni se manifestou na forma de Vajrapani no Monte Malaya no sul da Índia. Alguns pensam que essa montanha é similar ao Pico de Adão no Sri Lanka. Emergindo da sabedoria do Buda houve um movimento, um gesto de sua compaixão, no qual ele se manifestou na forma de Vajrapani e começou a ensinar os métodos do tantra. Cada um dos tantras tem sua própria história de origem, e no Tibete há muitos tantras, alguns originários da Índia, alguns desenvolvidos no Tibete. Se uma iniciação tântrica é oferecida em sua forma completa, a primeira coisa que um professor fará é ler uma história de como esse tantra em particular surgiu. Essas histórias são muito importantes porque apontam para o momento em que o infinito se torna finito, o atemporal entra no tempo; indicam a não dualidade do solo sempre em estado de abertura e a especificidade única dos contingentes vividos e da existência contextual. Algumas dessas histórias já foram traduzidas, como por exemplo a história do *Guhyasamajatantra* que foi traduzida por Alex Wayman. (4)

O importante nessas histórias é que em determinado ponto algum evento ocorre que provoca ou estimula o Buda, muitas vezes na forma de Dorje Sempa (Vajrasattva), a manifestar-se de uma forma particular. Apesar de possuir as três qualidades-chave de sabedoria ou compreensão infinita, compaixão infinita e poder infinito, um buda só se manifesta no mundo se houver uma causa vindo dessa direção. Esse é um princípio muito, muito importante no budismo. É exatamente o mesmo princípio que encontramos na história sobre Buda Shakyamuni em Bodhgaya quando decidiu: "Não, não vou ensinar, não será útil." Então alguém o chamou, e então muitas pessoas vieram e lhe pediram para ensinar e, como resultado, ele passou a ensinar.

É um princípio geral que os professores budistas devem ensinar apenas se alguém os convidar. Da mesma forma, há uma forte tradição no Tibete de que se você quer uma iniciação de um mestre você deve pedir muitas vezes. Ele frequentemente dirá, "Não, não, não", por muito tempo. Um bom exemplo disso é o de Milarepa que, por muitos, muitos, muitos anos, pediu instrução a Marpa e Marpa sempre o mandava embora. Marpa era muito duro com Milarepa -- não dava

mole. Essa mesma aspereza é vista como importante porque mostra o desenvolvimento em Milarepa do poder de uma espécie de gancho. O tempo todo Marpa tinha o anel, mas no início Milarepa não tinha um bom gancho; então se Marpa tivesse dado o ensinamento a Milarepa, o ensinamento logo teria sido esquecido. No entanto, devido a esse desejo ser solidificado mais e mais até atingir o ponto do desespero total, Milarepa desenvolveu um gancho muito forte e então, quando finalmente recebeu o ensinamento, ele ligou-se muito solidamente a ele e permaneceu dessa forma até sua morte.

Isso é muito importante, eu acho, porque podemos facilmente fantasiar e projetar no Buda ou em Padmasambhava a ideia de que eles são algum tipo de figura paterna bonachona e que de alguma forma todas as coisas boas virão deles para nós. Tudo bem se isso servir como suporte para a prática devocional. No entanto, se evolui para uma posição formalista em que se faz o puja como função ritual e imagina-se que Padmasambhava virá apenas fazendo isso, provavelmente não será muito útil. A razão disso é a noção de co-originação dependente: todas as coisas surgem de causas. Isso é fundamental para tudo. Obscurecimentos e padrões limitantes são muito profundos em nós: um grande esforço investido no grande método do tantra é necessário para que a liberação seja alcançada.

De um modo geral, embora existam visões filosóficas budistas diferentes, diz-se que apenas três coisas não têm causa e são incondicionadas: a primeira é o céu azul, que está sempre aí; a segunda é a iluminação, que é a manifestação da natureza búdica, e que está sempre aí; e a terceira é o momento da própria iluminação. Se esse não fosse o caso, o estado de buda, ou iluminação, seria um constructo.

Você faz sua prática e, com base em sua prática, você se aproxima da iluminação ou a iluminação se torna uma possibilidade para você, mas o momento real da iluminação em si não depende de nenhuma das causas e condições que estão operando para concretizá-la, é uma ocorrência separada. Tudo mais surge devido à co-originação dependente e, portanto, é contingente e instável. Assim, até a compaixão do Buda se manifesta em resposta à prática das pessoas e as oportunidades de experiência são raras e fugazes, embora estejam sempre presentes como potenciais.

A partir disso, diz-se que se você vê seu professor como um buda, você obtém a bênção de um buda, mas se você o vê como um ser humano, você só recebe uma bênção do ser humano. Isso porque, mesmo que o professor seja um buda, ele não pode dar a bênção de um buda a alguém que não está em condições de receber a bênção de um buda. A relação entre professor e aluno é uma relação colaborativa. O professor precisa do aluno se não ele não pode ensinar, e o aluno precisa do professor se não ele não pode aprender.

Chhimed Rigdzin Rinpoche costumava contar a seguinte história. Quando era um menino pequeno e precisava dar iniciações, ele ficava sentado em seu alto trono e no final as pessoas se aproximavam para fazer uma oferenda, lhe dando uma echarpe branca ou *katag*. No entanto, havia muitos desses pequenos *tulkus* e as pessoas que se aproximavam não davam *katags* a todos; então ele tinha que ficar sentado lá e, se alguém viesse para dar a ele um *katag*, ele tinha que se curvar para frente para que o colocassem no seu pescoço. Mas não necessariamente se alguém vinha em direção a ele, segurando um *katag* isso significava que iria oferecê-lo. Mas se ele se inclinasse para receber e a pessoa não desse o *katag*, seu professor ficaria muito irritado com ele. Porque a atitude exigida era *reagir* ao invés de manifestar qualquer desejo por si

mesmo. É muito importante atentar a isso; caso contrário, em vez de prestar atenção ao que está lá, trabalharemos com base em suposições.

Em geral, podemos dizer, de acordo com a tradição, que o fluxo de ensinamentos tântricos emergem de muitas situações bem distantes no passado, na própria borda do tempo. Em um nível mais comum, o nível que está sendo cada vez mais revelado através dos estudos de muitos estudiosos ocidentais, o tantra surgiu como um fenômeno sócio-cultural. Surgiu no hinduísmo, jainismo e budismo praticamente ao mesmo tempo. Foi uma reação às tradições religiosas que se tornaram cada vez mais preocupadas com o abandono das práticas mundanas e que tinham uma visão negativa do mundo.

O tantra, como se manifesta no budismo, é um elo muito interessante entre, por um lado, a compreensão da filosofia *madhyamika*, envolvendo uma profunda compreensão intelectual do vazio e, por outro, uma manifestação orientada esteticamente que está ligada à prática devocional e a um caminho de satisfação e êxtase.

Sabemos que havia uma conexão muito profunda entre a antiga Grécia e a Índia do budismo primitivo. Havia um grande intercâmbio cultural e econômico entre essas áreas. Parte disso envolveu a circulação ao longo da antiga rota da seda, assim como movimentações mais ao sul e ao longo da costa. É sabido, por exemplo, que Alexandre o Grande chegou até o rio Indo, porque ainda há pessoas no Afeganistão e no Paquistão que reivindicam ser seus descendentes. Essas pessoas ainda falam dele, 'Sikander' como é chamado, e ele ainda é uma forte presença cultural entre eles.

A arte budista indiana estava apenas começando nessa época e as representações iniciais do Buda eram feitas em termos de símbolos abstratos, como a árvore bodhi (para iluminação), a stupa (para sua morte) e os passos do lótus (ele dando seus primeiros passos), etc. Isso porque foi decidido que o Buda era muito esplêndido para ser representado diretamente e assim apenas aspectos de sua vida deveriam ser representados. Foi somente depois de algum tempo, talvez em resposta às representações hindus de Shiva, que surgiram as primeiras representações do Buda como ser humano e logo depois disso houve o desenvolvimento da arte Gandharvan no que hoje é o Paquistão e o leste do Afeganistão, e na qual Budas e bodhisattvas foram retratados em um estilo claramente grego. Isso pode sugerir que não foram apenas as noções gregas de arte que foram introduzidas, mas também aspectos do pensamento grego.

Uma das grandes tensões na cultura grega antiga era entre o apolíneo e o dionisíaco, ou seja, entre os deuses Apolo e Dionísio. Apolo era filho de Zeus. Ele era um deus do céu, um pouco como Mercúrio, mas sua função principal era fazer com exatidão. Era seu papel dar ordem, direção e também dar forma perfeita. Ele representava a clareza que surge ao colocarmos as coisas em perspectiva da mesma forma que a distância garantirá clareza, permitindo-nos ter uma visão geral. Em contraste, há Dionísio. O culto de Dionísio, provavelmente, surgiu como uma metamorfose dos cultos ancestrais em que se venerava a figura da Mãe e que se voltaram para essa forma masculina quando o poder do matriarcado começou a entrar em colapso. Práticas associadas a Dionísio eram realizadas totalmente através do corpo, usando-se o corpo como um meio de nos ligarmos tanto à natureza quanto ao êxtase. Eles envolviam nudez, dança, (particularmente à noite, em lugares escuros da floresta), sexo, sacrifício, a ingestão de carne e de muito álcool, portanto pode-se ver que há o contraste e a tensão entre o apolíneo e o dionisíaco. Tensões muito semelhantes existiam na cultura indiana, mesmo antes do budismo.

O povo ariano, que migrou para a Índia em algum ponto entre 6.000 e 2000 a.C., veio de perto do Cáucaso. Esses arianos compartilhavam uma identidade linguística com os povos da Europa ocidental, especificamente a língua protoindo-europeia da qual surgiu o grego antigo e o sânscrito. Os arianos eram pastores de gado, então, não surpreendentemente, a vaca e o touro eram muito sagrados para eles, como ainda são na Índia moderna.

Agora, se você tem vacas, você não gosta da floresta, porque as vacas se perdem na floresta e há lobos e muitos outros tipos de animais perigosos: você quer limpar a floresta. Você quer ter um lugar onde haja grama, com coisas fáceis de comer e sem muitas cobras. À medida que os arianos se desenvolveram, muito de sua religião se orientou em torno do céu, em torno do espaço, em torno da abertura. Eles tinham muito medo da escuridão e da clausura. Isso resultou em uma polarização muito forte de 'luz é boa e escuridão é ruim'. Um dualismo paralelo é encontrado no maniqueísmo, que surgiu no que hoje é o Irã provavelmente por volta de 260 d.C. Para eles, Ahura Mazda era um deus da luz no céu, com sua grande cúpula azul, enquanto embaixo estavam as forças da escuridão e a água.

Quando a vida da mente e a vida do corpo foram postas em oposição, a mente com pensamentos abstratos livres de emoções ficou ligada à pureza, enquanto o corpo, com suas necessidades e resíduos, ficou ligado a impurezas. O parto leva à impureza; a menstruação leva à impureza. Havia um medo enorme em torno desse tipo de existência encarnada. Nenhuma cultura pode manter a cisão entre o apolíneo e o dionisíaco por muito tempo. O que se começa a ver, no desenvolvimento do culto de Krishna na Índia por exemplo, é uma integração.

Krishna é de cor azul; azul é bem próximo do preto. Ele está conectado com vacas porque gostava de comer iogurte quando era pequeno. Ele gostava de fazer sexo com as vaqueiras quando ficou mais velho, desfrutando de liberdade e indulgência com os sentidos na floresta. Tinha muitas mulheres, não era um homem casado e tocava sua música, então era realmente o marginal. Há uma transformação cultural muito interessante, na qual uma posição que foi negada e rejeitada pode ser integrada, elevando-a. Isso significa que os brâmanes ansiosos, com todas as suas regras e regulamentos sobre alimentação, banhos e rituais de purificação podem também ter uma relação com essa figura muito mais livre, essa figura arquetípica, que se envolve com a existência corporificada, a sexualidade, o prazer e assim por diante.

Uma coisa muito semelhante aconteceu no budismo, onde no início do tantra você tem pessoas que eram marginais – lavadeiras e prostitutas, por exemplo, pessoas envolvidas em atividades de castas muito baixas – estabelecendo conexões poderosas e libertadoras com pessoas de castas superiores. Um famoso exemplo disso é encontrado na história de Saraha.

Saraha era um brâmane de uma família muito boa. Tornou-se um grande erudito mas não fez nenhum progresso real em seu trabalho espiritual até que um dia encontrou uma mulher que fazia flechas. Essa mulher fabricante de flechas está claramente ligada à cultura tribal porque as flechas são para caçar, algo que os brâmanes não fazem. Ela fez algumas perguntas que ele não soube responder, questões relacionadas com a experiência. Como efeito, ele acordou de seu discurso apolíneo, de seu discurso erudito ligado a ideias do céu, com sua preocupação com a clareza, com os livros. De repente alguém diz: "O que é a vida? Quem é você?", e ele não sabe o que dizer. Dessa forma, ela abre para ele a mandala secreta escondida em sua roupa de baixo e ele ganha o despertar através da mudança dos conceitos para a experiência não-conceitual.

É muito interessante, porque aqui você tem uma estrutura em que essa mulher de casta inferior, que talvez anteriormente tivesse funcionado simplesmente como uma espécie de prazer secreto

e uma indulgência para o homem poderoso, é integrada em vez de excluída, e assim torna-se alguém que o arremessa em um reino de experiência totalmente diferente.

Há uma história semelhante sobre Naropa. Um dia, quando estava ensinando, uma velha veio vê-lo e também lhe fez perguntas que ele não conseguia entender. Como ele não conseguia responder, ela disse: “Ah, você precisa ver meu irmão.” Então Naropa foi ver esse homem, que se chamava Tilopa, e que estava vivendo uma vida muito selvagem, a vida de um intocável, sentado na margem de um rio comendo tripas e cabeças de peixes que haviam sido jogados fora. Tilopa impõe a Naropa uma série de testes que o colocam em contato com os aspectos mais primitivos de si mesmo que havia evitado, sua raiva, seu medo, suas dúvidas e assim por diante. É através de sua confiança intuitiva em Tilopa que Naropa consegue romper o casulo protetor, mas profundamente limitador, de seus conceitos habituais. Há muitas histórias como esta dos primeiros dias do tantra.

O local de ensinamento de muitos dos tantras era um cemitério. Um cemitério era um lugar onde ninguém queria ir; era um lugar de medo; era um lugar onde havia a possibilidade de se entregar às fantasias mais sombrias. Você poderia comer carne humana lá, você poderia trazer pessoas mortas de volta à vida e poderia provavelmente fazer sexo com eles também, se quisesse.

O que você tem aqui é uma quebra de limites, onde coisas que eram mantidas separadas estão agora reunidas. Normalmente, quando você organiza coisas que estavam separadas, isso resulta em ansiedade. No entanto, onde há ansiedade há a possibilidade de uma transformação em entusiasmo. Descobrimos isso ao andar de moto ou escalar montanhas e assim por diante. É também o princípio-chave para entender a perversão sexual. Este processo é usado no tantra, pegando todas as coisas que normalmente o assustam, repugnam e consternam, então se envolvendo com essa ansiedade e fazendo surgir um tipo de angústia existencial, que realmente mexe com o fundo de sua existência, e isso se transforma em entusiasmo. Dessa forma, você pode mobilizar a energia do coração que realmente pode ser usada para a liberação. Pessoas que sabem administrar essa transformação da ansiedade em entusiasmo ficaram conhecidas como “heróis” ou ‘heroínas’. Esse é um princípio geral, eu acho, na cultura mundial e é absolutamente verdadeiro no budismo.

No caso de Padmasambhava, seja ele o que for, seja no que for que acreditemos, ele é certamente um herói mítico. Seu poder surge do destemor. Ele não se deixa dominar pela ansiedade, não se afasta das situações, vai direto a elas. Ele é o verdadeiro yogi porque um yogi é alguém que pode tomar os eventos e sentimentos, os comportamentos que normalmente amarrariam as pessoas em tramas e as vinculariam ao samsara, e usar essas mesmas coisas como um meio para a libertação.

Então, se pensarmos em quais são os dois maiores medos da vida, eles são sexo e morte. E o que é o tantra senão uma longa discussão sobre sexo e morte? O tantra trabalha com as imagens de matar e copular, destruindo a manifestação à qual estamos apegados, e o próprio apego, para copular e fundir-se com o vazio. Isso inverte o padrão comum do samsara onde copulamos com a manifestação enquanto destruimos a consciência da vacuidade.

O tantra em sua raiz é sobre êxtase, e o que é êxtase senão *ek-stasis*, um sair de si mesmo, um ser-tirado de si mesmo? Ao pisar fora de você mesmo, você se reconhece, porque o eu que você pensa ser é um eu que é construído a partir de suposições, de carma, de tendências habituais. Essa é uma das razões pelas quais no tantra nos visualizamos como deuses e deusas,

para que possamos sair de nosso senso comum do eu e deixar para trás todas as nossas suposições e medos e então, nessa identidade imaginada, nos sentimos livres para agir de uma maneira diferente.

Alguns de vocês podem estar familiarizados com os escritos de Herbert Marcuse. Embora algumas de suas ideias não sejam muito sábias, uma coisa interessante que ele escreveu particularmente, eu acho que em *O Homem Unidimensional* (5), é que, se uma revolução ocorrer, para que ocorra uma mudança radical, ela só pode ser realizada por pessoas que não têm lugar no sistema; apenas forasteiros fazem revoluções. Grandes gestos, porém, não duram muito. Por exemplo, você pode ter estado por aí em 1968 e talvez tenha apreciado a excitação da época. Esses dias já ficaram muito para trás. Isso porque os movimentos revolucionários sempre provocam um contra ataque das forças do conservadorismo.

No diálogo entre Trotsky e Stalin, você encontra um debate que é muito comum entre as forças políticas de esquerda, se adotar uma abordagem súbita ou uma abordagem gradual. Em outras palavras, se você busca o sucesso da revolução em um país, constrói sobre isso, e só então passa para o próximo estágio, ou se você impulsiona um movimento universal.

Este é um tema muito importante também no budismo tibetano. Um dos momentos basilares do budismo tibetano é chamado de Conselho de Lhasa, que foi convocado após a partida de Padmasambhava do Tibete. Isso envolveu um monge indiano chamado Kamalashila, um dos principais discípulos de Shantarakshita, que se envolveu em um debate com Hwa Shang Mahayana, um proponente de uma visão alternativa chinesa. Kamalashila era um grande erudito e meditador. Ele escreveu o *Bhavanakrama* (6), um importante guia de meditação. Nesse debate, Kamalashila expôs a posição gradualista, segundo a qual a mudança, através dos estágios e progressões da prática budista, gradualmente removeria as impurezas e impedimentos e, em outra direção, construiria sabedoria e compaixão para assim gradualmente chegar a um estado de iluminação. Hwa Shang Mahayana, por outro lado, falou sobre iluminação. Ele assumiu a posição de que desde que a mente está iluminada desde o início e todo obscurecimento é simplesmente contingente ou adventício – em outras palavras, algo que surge, mas que não é inato – então pode ser removido instantaneamente.

Esse debate, que foi convocado pelo rei, foi vencido por Kamalashila. Podemos ler inúmeras explicações sobre o por que disso, como gerar melhores relações comerciais com a Índia e assim por diante, mas é também muito improvável que qualquer rei, em qualquer lugar, vá dizer que algo espontâneo é uma boa ideia. Ser rei significa se preocupar com controle. O rei é um aspecto manifesto do patriarcado, e o patriarcado tende a ser gradualista. A história da democracia na Europa mostra isso de novo e de novo: que as pessoas, quando defendem seus direitos, são reprimidas; que as forças do conservadorismo, da riqueza e do poder estabelecidos, não desistem fácil.

Hoje em dia aprendemos cada vez mais sobre a história do que se chama de Velho Oeste na América. De acordo com a narrativa de Hollywood, que é muito sedutora, a fronteira foi aberta por uma combinação peculiar de pessoas boas e gentis com malfeitores enlouquecidos. Eu assisti muitos filmes de cowboys e parece-me que existem basicamente dois tipos desses filmes. Um é aquele no qual você vê um trem com colonos chegando, protegidos por mocinhos e atacados por índios maus. O outro é aquele em que você vê um bando de maus rapazes, causando muitos problemas. Geralmente os maus rapazes aparecem no início e matam todos

os índios. Aí, começam a se matar uns aos outros. Depois, o bom xerife chega e coloca tudo sob controle. Finalmente, o trem reaparece e a civilização progride.

Se pensarmos nestes termos, Padmasambhava, também conhecido como Guru Rinpoche, é uma mistura de um rapaz muito mau e do bom xerife. Ele é claramente um pouco louco. Quando chega ao Tibete, de acordo com a história, ele está nu. Você pode imaginar, se é um tibetano, que quando vai para a Índia você pode querer tirar a roupa, mas se você for um indiano indo para o Tibete, vai querer vestir alguma coisa! Ele é louco -- ele não se importa. Os locais dizem: "Não vá lá. Esses deuses locais são muito poderosos". Ele responde, "Tanto faz, eu vou lá!" Ele carrega um par de "colts", mantras especiais, que pode disparar com as duas mãos, e sempre consegue a vitória. Isso é muito importante, porque, sem sua selvageria, a crença tibetana é que o budismo nunca teria sido estabelecido. Lembre-se de Shantarakshita: seu nome significa "proteção pacífica"; isso não era suficiente para fazer o negócio; eles tiveram que trazer um assassino de aluguel, esse homem com Dorje Phurba, que diz: "Eu vou esfaquear você! Phat!" É um homem selvagem que chega e diz: "Eu não aceito inimigos. Ou você é meu escravo, ou você está morto!" Bang! Dharmadhatu! Essa é a história de Padmasambhava. Devido à sua atividade o país torna-se pacífico, os deuses locais são controlados. Posteriormente, outros xerifes pacificadores simplesmente tiveram que repetir o que Padmasambhava fez e tudo está sob controle.

Uma vitória foi alcançada. Um sistema psico-espiritual, social, ecológico de controle simbólico sobre as forças de desordem e confusão foi estabelecido por Padmasambhava. Isso trouxe consigo uma metáfora centralizada de poder porque aqui temos uma pessoa que pode controlar tudo. Podemos ver nisso a estrutura de uma mandala: o deus principal está no meio e o poder sai pelas portas para o mundo.

Antes da intervenção de Padmasambhava havia muitos deuses locais, cada um com seu próprio culto que muitas vezes estava tecido na estrutura do poder e da autonomia dos chefes tribais tibetanos. No entanto, com o estabelecimento do mosteiro Samye, provocado pelo poder de Padmasambhava, surgiu um local centralizado para o controle de todas essas forças psico-espirituais no Tibete.

Muitas vezes acontecia que, quando o budismo chegava a um novo país, era através da conversão do rei que então autorizava sua propagação. Esse foi exatamente o padrão no Tibete. Quando Padmasambhava chegou o compromisso da realeza com o dharma existia há várias gerações. O rei na época, Trisong Deutsen, ficou cada vez mais envolvido com budismo, tornando-se um discípulo pessoal próximo de Guru Rinpoche. O budismo gradual, da ordem, da previsão, encaixava-se perfeitamente com uma autoridade centralizada, funcionando através de uma burocracia. Estava em conformidade com a ideia confucionista do papel do rei como mediador entre os deuses e as pessoas. Também se enquadrava na estrutura dos mosteiros na Índia, onde a noção de uma estrutura religiosa hierárquica estava bem estabelecida. No entanto, onde há um movimento em direção ao poder centralizado, como conhecemos muito bem da história europeia, a resistência surge nas províncias, com os barões locais e os proprietários de terras. Isso é o que ouvimos que aconteceu no Tibete, depois de Trisong Deutsen e de seus filhos, que o sucederam. Então Ralpachen tornou-se rei do Tibete, sendo especialmente lembrado por causa de seu cabelo muito longo. Conta-se que, quando ele se sentou, soltou o cabelo e os monges vieram e sentaram sobre nele, que significava simbolicamente sentar-se no topo de sua cabeça. Seu sucessor foi Langdarma que tinha muito mais simpatia pela *bon*, a

religião tradicional, e estava muito mais em comunicação com os líderes locais. Ele começou a desacelerar a expansão do budismo. Temos que lembrar, claro, que Kamalashila já havia sido assassinado: um açougueiro veio e apertou os seus rins até ele morrer. Langdarma, por sua vez, tinha sido assassinado por um monge que havia sido expulso do mosteiro que estava sendo fechado e que voltou vestindo uma capa de duas cores, e um grande chapéu preto. Ele matou Langdarma usando um arco e flecha. Isso levou, em grande parte, a um colapso do governo centralizado no Tibete por duzentos anos e, em consequência, a um grande declínio do budismo, que se deslocou para as periferias, para o Extremo Oriente, para Kham e Amdo, e para o oeste, para Guge e sua área. O monge que matou Langdarma, usando seu chapéu preto, tornou-se simbolicamente a base para a dança do chapéu preto, que é vista como o ato ritual de destruir as forças que usurparam o poder próprio do budismo estabelecido.

Muito mais tarde, temos o que é chamado de período da *nova tradução*, quando muitos tipos de professores vieram da Índia para o Tibete. Alguns desses novos professores deram surgimento às outras três escolas principais: kagyupa, sakya e gelugpa. Eram vertentes muito pequenas fios que gradualmente, e muito mais tarde, passaram a ser vistos como tendo uma identidade. No início eram só alguns professores que vieram da Índia e que tinham alguns alunos.

Na época dessa segunda disseminação do dharma no Tibete, houve grandes mudanças na cultura indiana. Por exemplo, o primeiro ataque muçulmano à Índia e a destruição do templo Somnath em Gujarat. Consequentemente, muito medo se espalhou. Essa nova força muçulmana era muito assustadora.

Houve também uma regeneração do hinduísmo. O hinduísmo moderno estava apenas começando a aparecer. Isso foi por volta do século XI da época cristã. E resultou em que alguns dos intercâmbios até então tranquilos entre o hinduísmo e o budismo começaram a desmoronar. As pessoas tinham que tomar decisões sobre a que lado pertenciam.

Os mosteiros budistas naquela época eram muito grandes e exigiam um grande número de doadores que lhes dessem terras e alimentos, bem como servos, para mantê-los. Um mosteiro era como uma pequena cidade. Foi nesse meio que o tantra, como uma prática de liberação extática, de interação livre entre as forças masculinas e femininas, constituindo-se em uma alternativa radical, começou a dialogar com outras estruturas monásticas. Através de uma tensão dialética, emergiu uma nova síntese em que a prática do tantra tornou-se menos física, mais simbólica, e mais integrada às estruturas monásticas rígidas existentes. Dessa forma, o tantra deixou de ser algo muito selvagem e livre exteriormente para ser algo tecido na estrutura do poder.

Uma das grandes preocupações que surgiram durante este novo período de disseminação do dharma no Tibete foi em relação à possível contaminação. Um monte de perguntas começaram a ser feitas. Esses professores que vêm da Índia são realmente budistas? 7 Isso resultou em um processo de verificação de muitas pessoas, e reis, reis locais, começaram a controlar quem tinha permissão para ensinar. Tornou-se necessário obter um certificado de permissão para ensinar o dharma, e este tornou-se cada vez mais institucionalizado. O resultado foi uma cultura onde, se alguém começasse a ensinar algo, outra pessoa diria: "Pare! Quem é Você? Quem é seu professor? Qual é a origem do seu ensinamento?" Assim, em vez de tentar descobrir se o ensinamento fazia sentido, as pessoas queriam saber se era verdadeiro ou não, de acordo com as origens e o estatuto estabelecido do professor.

Você descobre que, se encontrar grupos tibetanos na Índia, eles sempre perguntarão: “Ah, quem é seu professor? Ah, sim, ele é muito bom, oh, oh, oh”. Elas irão situar você a partir disso. Estamos familiarizados com esse tipo de esnobismo na Europa quando as pessoas perguntam: “São sapatos *Gucci* que você está usando?” ou “Você vai estudar em Oxford?” Encontramos isso em todos os lugares. Há um discurso sobre linhagem, o que significa que se a linhagem é pura, então todos na linhagem são puros. Em lógica, isso é chamado de *solipsismo*, o que significa que o argumento persegue seu próprio rabo. No entanto, subjacente, há uma realidade fenomenológica que as pessoas conhecem bem demais. É difícil confiar em nossa capacidade de fazer avaliações consideradas adultas. É muito mais rápido e fácil confiar em títulos, logotipos, atribuições sancionadas de valor. O fato simples é que o pensar, o pensar discriminativo reflexivo, é um trabalho árduo, especialmente em relação às hierarquias de poder que escondem muitas informações necessárias. Você tem que estar no sistema antes de poder acessar o conhecimento que lhe permite saber se você quer estar no sistema! Que alguém tenha um título não responde necessariamente à questão de ele ter alguma qualidade especial. Esse é um problema com qualquer tipo de estrutura burocrática. O rótulo não descreve necessariamente as mercadorias. Há uma questão muito real aqui porque, se você tem que honrar a linhagem porque a linhagem é pura, e a única prova é a reiteração das declarações, então muitas vezes algumas mercadorias abaixo do padrão estão sendo disfarçadas.

No Tibete, havia alguns lamas muito interessados em êxtase. C R Lama, quando jovem, era muito vibrante e enérgico. Quando nós fizemos um *puja* em sua casa em Shantiniketan havia, talvez, seis pessoas lá, e tínhamos um tambor muito, muito grande feito de um enorme barril de vinho velho que ele trouxe de Calcutá. Muitas vezes, enquanto fazia um *puja*, ele parava e dizia para sua esposa, “Ah, traga um pouco de álcool!”, então todos tínhamos que beber bastante uísque ou conhaque, ou qualquer outra coisa. Isso era projetado para nos soltar, para que não nos levássemos muito a sério. O clima no *puja* era muito selvagem e intenso. Fazíamos muito barulho e o corpo tremia muito. Rinpoche sempre pegava grandes punhados de arroz e os jogava em nós, salpicando-nos de bênçãos. Como resultado, você ficava completamente perdido. Você não sabia *onde* estava. Você não sabia *quem* era: sem os pontos de referência usuais a mente podia se experimentar diretamente. Esse estilo não é tão comum no mundo. Em vez disso, se você for a muitos mosteiros tibetanos, é mais como assistir a um corpo de balé. O Dorje Lopon(8) opera como uma grande dama do Kirov, a companhia de balé de São Petersburgo, gritando para manter todos na linha, todos os tambores juntos, e impedindo-os de agitar seus sinos na hora errada. Isso nos leva de volta para a tensão inerente entre Apolo e Dionísio. Do ponto de vista apolíneo, um *puja* tem que ser feito da maneira certa, com a melodia certa, o mudra certo e assim por diante. Do ponto de vista de Dionísio, por outro lado, a única razão para fazer esses longos *pujas* é “obter” alguma coisa. O propósito é obter algo, não carma (o bom carma é acumulado através da contagem de mantras), algo direto, algo que resulta de você poder sair do seu estado habitual e experimentar algo radicalmente diferente. Essa é uma das razões pelas quais eu mesmo não gosto de fazer esses rituais tântricos com qualquer outra pessoa, porque gosto de fazê-los de uma maneira que faça sentido para mim. Isso significa que, se eu fizer parte da prática, e não gostar de como a fiz, faço de novo e posso fazer de novo até que se torne verdadeiro para mim.

Muitas vezes, na instrução sobre a recitação de mantras, é dito: “Recite este mantra até que você receba um sinal em seus sonhos, ou até que você tenha feito cem mil mantras para cada

sílaba, ou até que você realmente veja Padmasambhava”. Isso é importante. Oferece-nos duas escolhas. A primeira é recitá-lo de uma maneira formal, mantendo a contagem, aconteça o que acontecer, com a atitude de: de qualquer forma, é bom para você! A segunda é tentar obter algo que seja uma experiência. Então, é claro, se você for praticar com um lama como Chhimed Rigdzin, é muito importante se adequar ao sistema, porque há muitas pessoas lá. Todo mundo tem que ficar no ritmo, senão é só uma cacofonia. No entanto, também temos de ver que esse é um aspecto, uma dimensão de um grupo de pessoas. Você tem que ficar no ritmo, senão será uma loucura. Se você estiver fazendo isso, estará se alinhando com um ritmo normativo; o ritmo é tal que todos podem participar. Isso é algo que é importante de ser capaz de fazer, é parte de estar em uma sangha e praticar juntos, mas se você vai usar o dharma diretamente para sua própria transformação, é muito importante examinar sua própria situação, ver qual é o seu próprio ritmo, e isso vai mudar dia a dia. Ao fazer isso, você pode trazer a prática para uma relação direta com sua própria experiência.

Um aspecto importante aqui é cuidar do seu corpo. Assim como quando alguém aprende t'ai chi, existem sistemas de forma longa e forma curta, mas também existe o t'ai chi espontâneo, e você tem isso em quase todas as artes marciais. Existem os formulários padrão, e também a responsividade livre, espontânea. Isso é o que precisamos ter, eu acho, para o dharma, precisamos ter ambos. Isso porque às vezes o corpo quer fazer coisas engraçadas no puja e, se você estiver sozinho, pode deixar seu corpo fazer isso. Talvez você sinta como se quisesse balançar, você pode querer uivar, você pode encontrar-se fazendo muitas coisas diferentes.

Você provavelmente já conhece as histórias dos oitenta e quatro mahasiddhas. Estes mahasiddhas são muito importantes no desenvolvimento do tantra, e do mahamudra em particular. Mais comumente eles são descritos como gente muito louca. Há um, por exemplo, Kukuripa, que foi um grande amigo dos cães. Ele morava em uma ilha, no meio de um cemitério, com centenas de cachorros. Se você for a Berlim, poderá ver algumas de suas reencarnações ali, vagando pelas ruas parecendo completamente ausentes, mas com muitos cães! Na linhagem, dizemos que Kukuripa era ótimo, mas o que os vizinhos pensavam, não sabemos. Quando C R Lama estava em Shantiniketan, Bengala, onde eu morava com ele, muitas pessoas locais pensavam que ele era um praticante de feitiçaria. Achavam que ele era uma pessoa muito perigosa, e não gostavam dele em absoluto.

Isso faz parte da realidade, você não pode agradar a todos. Você assume uma posição na vida, você faz alguma coisa, tenta ficar perto de sua própria experiência, no entanto, outras pessoas não encontrarão necessariamente algum valor nisso. Então há novamente uma tensão com a qual, eu acho, todos temos que conviver. Por um lado, temos o dharma normativo, seguir as regras e regulamentos, ser muito educado e muito atencioso com as outras pessoas. Claramente isso é útil, e também dá às pessoas que não são budistas a ideia de que, “Uau, os budistas são gente muito boa”. O perigo é que, olhando apenas para a tradição, e em relação ao que as outras pessoas pensam, podemos evitar realmente olhar para nós mesmos, e assim acabamos nos tornando uma espécie de clone budista. Por outro lado, podemos nos mover principalmente na direção da experiência e permanecer fiel a ela, que pode ser muito real e muito importante, mas podemos assim nos tornar muito auto-indulgentes, não nos importando com outras pessoas e, o pior de tudo, inventando nosso próprio tipo de dharma como uma justificativa para a posição psicológica que queremos assumir. No budismo, quando falamos do caminho do meio, é um

meio-termo entre este tipo de coisas. Mas o próprio caminho do meio não é uma coisa, é um movimento dinâmico de gerenciar a tensão entre as restrições da existência.

Vamos agora olhar para o primeiro verso de A Saddhana do Guru Vidyadhara ou Grande Rigdzin.

A. Primeiras Preces

Invocação do Guru

OG MIN CHOE KYI YING KYI PHO DRANG NA
DUE SUM SANG GYE KUN GYI NGO WO NYID
RANG SEM CHOE KUR NON SUM TON DZAD PAI
TSA WAI LA MAI ZHAB LA SOL WA DEB

*No palácio de Akanishta dharmadhatu está você
que têm a natureza de todos os budas dos três tempos,
aquele que diretamente revela minha mente como dharmakaya.
Eu rezo a você meu guru raiz.*

AQUI VEMOS A ESTRUTURA USUAL. Em primeiro lugar, você sempre tem uma descrição do lugar, depois da pessoa. Essa é a maneira normal de descrevê-lo, e você a verá novamente mais tarde, na descrição do desenvolvimento da mandala, onde a descrição do lugar também vem antes da pessoa. Assim é na vida: o mundo estava aqui antes de chegarmos. Nós não chegamos primeiro e então o mundo veio, embora pareça assim. O importante aqui é a ideia de que de acordo com um lugar em particular, nos tornamos um tipo de pessoa. Novamente, o que vemos é a ideia de co-originação interdependente: a forma de nos manifestarmos no mundo depende de nosso contexto. Esse *og min choe ying*, ou *Akanishta dharmadhatu*, é o mais próximo que podemos chegar de falar sobre onde se pode dizer que o dharmakaya é. Se você não está acostumado com esse tipo de linguagem, soa, a princípio, como uma série de nomes engraçados. No entanto, esses são realmente termos técnicos para descrever uma função. É como se você não soubesse nada sobre motores de carro e alguém diz: “Ah, isso é um carburador”. Você sabe o que é um carburador, gradualmente você vê a função, e assim a palavra torna-se mais significativa. Nesse contexto, o referido reino mais elevado da existência é aquele que é a essência de todos os budas. E ‘todos os budas dos três tempos’ significa os budas do passado, presente e futuro. Quem são os budas do futuro? Algumas pessoas não muito distantes de nós.

Isso é muito importante porque estamos incluídos. É crucial nesse tipo de prática. Por um lado, apresentamos algo e dizemos que isso é muito especial e usamos a linguagem da hierarquia, enquanto ao mesmo tempo nos identificamos com essa estrutura e encontramos um lugar nela que a reduz a um nível muito democrático ou horizontal. E quem é essa pessoa a quem nos referimos? É nosso próprio guru raiz que nos mostra a natureza dharmakaya de nossa própria mente.

Uma questão importante que sempre surge é por que há tanta ênfase em *gurus* no budismo tântrico? Essencialmente, é porque a tarefa que temos pela frente não é uma tarefa que pode ser alcançada pela função racional de nossa mente, pela dedução lógica, ou por uma investigação muito inteligente. Quem somos não é um problema para ser resolvido, mas um estado de experiência para entrarmos. Se for, como é dito aqui, aquele que mostra diretamente a você a natureza de sua mente, então talvez tudo o que temos a fazer é convidar algum pesquisador especial de neurologia que pode entrar dentro do cérebro e dizer: "Esta é a natureza da sua mente". Sem dúvida ele poderia então lhe contar tudo sobre isso, e você poderia acumular muitas informações, mas isso não necessariamente transformaria nada, seria simplesmente mais acúmulo de conhecimento.

De uma maneira peculiar, nosso próprio senso de identidade é composto de conhecimento. Quando chegamos a um evento, como este encontro, para ouvir ensinamentos sobre o *Grande Rigdzin*, encontramos pessoas que não conhecemos antes e dizemos "Olá" e "De onde você é?" e "O que você faz?" Nós fazemos perguntas e elas nos respondem. Dessa forma, passamos a conhecer algo sobre essa pessoa. Isso, porém, não é o mesmo que conhecê-la. Mesmo se você conhecesse alguém em um evento como esse e decidisse morar com ele ou ela, e vocês estivessem vinte anos juntos nesse tempo, você não necessariamente o conheceria. O guru não é um psicoterapeuta, ele não ganha muito dinheiro fazendo perguntas sobre sua vida. De fato, alguém pode ser seu guru e não saber absolutamente nada sobre sua vida.

Isso porque o que estamos falando aqui é de um nível de experiência que é diferente do que é construído a partir de histórias, eventos, sentimentos, sensações e assim por diante. Uma das razões pelas quais os bons gurus são muitas vezes rudes é porque eles não estão confirmando as suposições de que você tem sobre si mesmo. Todos temos algumas noções fortes sobre quem somos. Se permanecermos dentro desse campo de conhecimento presumido que temos sobre quem somos, talvez não vejamos nada de novo, simplesmente adicionamos um novo tipo de história. Assim, a tarefa do guru é tentar nos abrir para algo novo, um novo tipo de experiência, e como cada pessoa é um pouco diferente, o mesmo guru se comportará de maneiras diferentes para pessoas diferentes. Se você conviveu com C R Lama terá visto isso com muita frequência. Às vezes, ele era realmente horrível para alguém e no minuto seguinte estava sorrindo para outra pessoa. Podia ser bom para alguém um dia e, no dia seguinte ser horrível para a mesma pessoa. O próprio CR Lama era uma pessoa pouco confiável. Não em um sentido profundo, mas em um sentido comum, ele era muito pouco confiável. Ele mudava de ideia sobre coisas, "Eu quero fazer isso... e aquilo... e aquilo."

Uma das qualidades de um guru, certamente em nossa linhagem dentro da tradição tibetana, é que ele está integrado à ideia xamânica da figura do trapaceiro, que você encontra em muitas culturas indígenas norte-americanas, bem como nas da Ásia Central. O trapaceiro é alguém que fará coisas que outras pessoas acham difíceis, um pouco como Drukpa Kunley (9) ou mulá Nasruddin (10), sobre quem há muitas histórias bem conhecidas. Ele é um pouco como o bobo do rei no antigo sistema da corte real, a pessoa que podia dizer o que não devia ser dito. Eu me lembro de alguém, que agora é aluna de C R Lama, contando que quando ela o conheceu ele havia sido convidado para dar uma palestra em uma conferência de alguma grande instituição universitária, em Paris. Os oradores da conferência estavam apresentando suas teses e todos discutiam os documentos. Quando chegou a vez de C R Lama, ele simplesmente começou a falar coisas estranhas. Falou sobre o tempo e a viagem, e quanto mais falava, mais as pessoas

iam saindo, pensando, "O que é isso?" Eventualmente, sobraram apenas cerca de vinte pessoas e, nesse ponto, ele começou a falar sobre o dharma. Isso não foi nada educado com os organizadores da conferência, portanto, neste tipo de situação, é preciso ter cuidado. Se você está do lado de dentro em uma história como essa, pode ser interessante. Se você está do lado de fora, será um pé no saco, como são as histórias de trapaceiros em todos os lugares.

Dentro da tradição eles diriam que o importante é que as pessoas deveriam estar maduras. Se as pessoas não estão maduras, não há nada a ser feito com elas. É apenas uma perda de tempo se alguém não estiver pronto. É a mesma coisa em um hospital. Quando alguém vem para psicoterapia e não é capaz de participar, ou não quer participar, nós apenas o mandamos para casa, dizendo volte quando você quiser fazer algum trabalho. Algumas pessoas podem dizer que a resistência é em si o trabalho, e que se deve lidar com isso, mas a fusão com os estados, ou os humores, cria uma superfície muito densa e pegajosa próxima à qual é muito difícil manter a clareza. A maturidade revela-se através de gestos de afinidade.

Diferentemente da cultura ocidental, onde temos muito mais a tradição de dar explicações, na cultura tibetana, particularmente nesse tipo de cultura conectada ao guru, esse não é o caso. Não é sobre explicações, é sobre experiências. Contudo, em um mosteiro tibetano, você também teria tido contato com um erudito. Os jovens que chegavam ao mosteiro, querendo aprender alguma coisa, recebiam muitas explicações do erudito, do *khenpo* (11), do *geshe* (12). Eles teriam depois alguma instrução mais direta do guru. Então é muito importante para os ocidentais, eu acho, que se você está perto de alguém que está operando principalmente em um papel de guru também deve ler alguns livros, para dar a si mesmo algum conhecimento prévio. Caso contrário, esse vento forte estará soprando e, se as raízes de sua árvore do dharma não forem muito profundas, você poderá ser arrastado.

De um modo mais geral, o que é dharma? Existem muitas explicações diferentes, mas podemos identificar dois aspectos principais do dharma. Uma é que dharma pode significar realidade, a verdadeira natureza de como as coisas são. O segundo significa o ensinamento, em outras palavras, aquilo que o Buda Shakyamuni e as pessoas que vieram depois dele na mesma família, ensinaram. Naturalmente, dharma é uma palavra em sânscrito e os hindus também falam sobre dharma. Os jainistas também falam sobre o dharma. Não são apenas budistas que têm dharma.

No dharma ensinado por Buda Shakyamuni, a principal coisa que ele tenta fazer é explicar por que temos dificuldades na vida, e então nos ensina alguns caminhos, alguns métodos, para sair dessas dificuldades. Essa é a estrutura básica de todos os ensinamentos. Do lado da sabedoria, tentamos entender como as coisas são. Do lado do método, que é outra maneira de dizer compaixão, porque podemos ter compaixão por nós mesmos e pelos outros, tentamos empregar meios que nos ajudam a evitar a confusão e seguir rumo à clareza. O método aqui inclui meios hábeis e ferramentas. Se você vai serrar um pouco de madeira, você precisa ter uma serra, mas você também precisa saber como usar uma serra. Da mesma forma, com relação a uma prática, que é como abordamos um texto como este, precisamos de um método como ferramenta e então precisamos ter habilidade para usá-lo.

Geralmente as pessoas falam desse texto, o *Grande Rigdzin*, como um *puja*. Puja significa veneração. Este tipo de texto puja veio do hinduísmo. Historicamente falando, esse tipo de texto estava presente no hinduísmo antes do budismo. Enquanto a tradição que se desenvolveu no budismo envolvia monges praticando renúncia e meditação, a tradição para brâmanes, no

hinduísmo, era fazer *puja*. Durante o desenvolvimento do budismo na Índia, muitos hindus tornaram-se budistas e trouxeram consigo muitas de suas idéias hindus. Assim, a estrutura de uma prática de *puja* budista é bastante semelhante à de uma prática de *puja* hindu, mas a visão subjacente à prática é diferente. O que é muito importante, com qualquer método, é perceber a visão envolvida nos motivos pelos quais você o usa. Se você é um soldado, por exemplo, é muito importante que sua baioneta esteja afiada, porque você quer que ela corte alguém. Se você é um cirurgião, é muito importante que seu bisturi esteja afiado, porque você quer que ele corte alguém. O método é o mesmo. Aspectos da técnica podem até ser os mesmos, um pouco de esforço físico. A visão torna tudo sutilmente diferente.

Agora vamos começar a entrar nas *Práticas Preliminares* que definem a orientação da visão e que nos mostram como fazer uso do método. Antes, porém, temos que, em primeiro lugar, louvar o guru raiz que é quem me mostra diretamente a natureza da minha mente, como discutido acima; isso é seguido por um verso que dá uma visão geral.

Louvor ao Guru

TA WA LONG CHEN YANG PAI DON TOG SHING GOM PA TRIN DRAL NYI MA TA BUR SAL
CHOD PA TAR CHIN DRUB PAI TAG THON CHING DRAE BU KUN ZANG GO PHANG
NGON DU GYUR DRIN CHEN LA MAI ZHAB LA SOL WA DEB

*Você percebe o vasto significado da visão infinita
e sua meditação*

é clara como o sol livre de nuvens.

Você ganhou os sinais

*dos siddhis da realização de suas ações, e ganhou o resultado do
estágio de Kuntu Zangpo. Nós rezamos ao mais amoroso guru*

Este é um verso muito bom, porque define os quatro aspectos da prática: a visão, a meditação, a atividade e o resultado.

A visão é entender o significado da experiência dessa lucidez infinita, isto é, dharmadhatu. Essa é a visão que deveríamos ter, e a que está sendo sugerida também nesta prática: o que estamos aqui tentando perceber é essa vacuidade infinita. Isso significa que estamos dispostos a colocar toda a nossa confiança, toda a nossa crença, e toda a nossa existência, nessa conexão com algo que é aberto e vazio como o céu.

Esse *long chen yang pai don*, muito profundo e vasto significado, o que é isso? Somos nós mesmos. Nós somos essa dimensão e, uma vez que somos isso, deveríamos entender o que isso é. No início, a visão é apenas algo que você tenta ver, é um pouco como um mapa. Mas estamos tentando manter essa visão, ou seja, manter essa atitude. Então, o que está sendo dito aqui é: "Sua própria natureza, desde o início, é vacuidade infinita sem qualquer limitação." Não é composta. Não é dependente de nada. Isso é a visão. Isso é muito, muito importante de entender, porque a visão é como você está tentando ver o mundo.

Fui ver meu oftalmologista no ano passado, e ele verificou meus olhos. Depois olhou em seus registros e disse: "Oh, você tem uns óculos que prescrevi mas não os usa. Sabe, quando os óculos estão na caixinha, eles não veem nada". Essa é a realidade. A visão é como os óculos.

Você pode ter a visão em um livro, colocá-la em uma prateleira, ou você pode usá-la em sua frente e ler o puja muito rapidamente, mas a única maneira de a visão se tornar real é você usá-la e ver o mundo através dela. É por isso que é chamada de visão. *Tawa* significa 'ver', significa 'é assim que se obtém a experiência'. Para nos ajudar a realmente olhar através desses óculos da visão, temos que praticar, fazendo. Quando você coloca os óculos pela primeira vez seus olhos começam a doer. Você tem que se acostumar com esse novo tipo de experiência, tanto para mantê-la quanto para relaxar nela.

Esse é o significado de meditação, *gompa*. A meditação é a oportunidade de tentar mudar sua visão. Diz aqui que a meditação deve ser "clara como o sol livre de nuvens." As 'nuvens' são as suposições que temos, os hábitos cármicos que temos, os impulsos que temos, nossa própria história pessoal da qual criamos alguma noção de quem somos. Agora, claramente, o que acontece quando tentamos meditar é que há mais nuvens do que sol. Distraímos-nos com muita facilidade. Nosso entendimento não é muito claro. Nós nos afastamos, somos agarrados pelas coisas, e assim por diante. Essas são as nuvens. Através da prática da meditação, no entanto, tentamos fazer as nuvens se abrirem para que haja clareza, e então a visão se manifesta dentro de nós. A vantagem da meditação é que não acontece muita coisa enquanto você a está fazendo. Você geralmente está apenas sentado e o máximo que você tem que fazer é segurar as coisas na mão e agitá-las. Dada a complexidade do nosso comportamento habitual, isso é realmente muito simples. Não ocorre o mesmo ao observar silenciosamente sua respiração, é muito mais complicado do que aquilo. A meditação tântrica é complicada. É complicada porque tenta replicar os acontecimentos da vida cotidiana, mas de forma simplificada, para que você possa entender a estrutura de como você se perde.

Então, a terceira linha é sobre o *chod pa*. *Chod pa* significa comportamento ou conduta. Significa, essencialmente, tudo o que você faz quando não está meditando. E diz que essa atividade deve mostrar o sinal da maior realização, o que levanta, é claro, a questão: como um buda deve se comportar?

No budismo tradicional existem muitos livros sobre a etiqueta de um buda. De um modo geral, um buda deve sentar-se muito silenciosamente e não causar muitos problemas. Ele deve usar roupas limpas e ter muitos arco-íris fluindo a partir dele. Até onde sabemos, embora muita comida e bebida sejam oferecidas a ele, ele não come nem bebe, e certamente não caga nem mijá. Dessa forma, as pessoas têm muitas ideias de como é um buda. Há uma lista tradicional das trinta e duas maiores e sessenta e quatro menores marcas do corpo búdico. Por exemplo, ele tem um *ushnisha*, um massa física crescendo em cima de sua cabeça e uma pequena protuberância, a *urna*, entre os olhos. Tem imagens de conchas nas palmas de suas mãos, teias entre os dedos e um pênis retraído como um cavalo. Isso é o que a tradição nos diz.

Na Inglaterra eles acreditavam, antigamente, que a realeza tinha sangue azul. Era uma crença de que pessoas especiais tinham uma realidade fisiológica diferente. Eles também acreditavam que o toque do rei ou da rainha poderia curar a lepra. Nas histórias do nascimento de Buda Shakyamuni, havia um homem sábio que foi consultado pelo rei, pai de Sidarta, que disse: "Oh, este bebê que vai nascer ou será um grande rei, governante de todo o mundo, ou será um grande iogue." Na tradição budista há muitos exemplos dos poderes e atributos do rei sendo adicionados às descrições do Buda, portanto, há uma pergunta muito importante que precisamos fazer aqui: como você sabe se já conheceu um buda? Quem sabe? A maioria das qualidades de um Buda são invisíveis. Muitas vezes as pessoas pensam que estão encontrando um buda porque alguém

lhes disse que é um buda. Alguém diz: “Oh, papai Rinpoche está vindo para a cidade. Você vai ver o Papai Rinpoche? Ele é muito maravilhoso!” Você entra em um corredor e lá está o Papai Rinpoche. Em primeiro lugar você pode ver que há o trono e o assento e algumas flores bonitas, e você se senta lá esperando, e de repente todo mundo se levanta. Então você se levanta. De dentro, vem Papai Rinpoche, e Papai Rinpoche se senta. Então você volta a sentar. Isso é o que você fazia na escola primária quando o professor entrava na sala de aula. Essas são as marcas de hierarquia, poder, diferenciação e assim por diante, a socialização para a aceitação das estruturas de autoridade. Isso é algo a que voltaremos novamente. Qual é a conduta de um buda? Como ele deve se comportar?

Finalmente, o resultado, *drae bu*, que você ganha é o estágio de Kuntu Zangpo. Kuntu Zangpo é o buda original, significando um símbolo da iluminação perfeita, então você se torna totalmente estabelecido na percepção de sua própria verdadeira natureza. Agora quem tem tudo isso? “Oh, é meu, meu... Oh! Meu precioso guru, ele tem todas essas coisas boas!” Isso é uma surpresa! Então, se você quer saber como um buda se comporta, veja o que seu guru faz. Isto é muito importante.

Há duas visões possíveis aqui. Uma é que você pode identificar regras e regulamentos que lhe permitirão determinar se algo é bom ou não. Existem certos critérios, certas categorias, de tal forma que se algo se encaixa nessas categorias, então você sabe que está seguro. A segunda visão, que é a visão estabelecida aqui, é que tudo vem do dharmadhatu. A natureza de tudo o que se manifesta, seja com o que se pareça na superfície, é puro desde o princípio. Se você entende isso, isso é iluminação. O estado de Buda é reconhecer a natureza de sua própria base, e nisso todas as falhas e limitações são auto-liberadas. Isso é muito importante. Por isso, o texto de Chetsangpa (14) diz muito claramente que alguns gurus são empresários, mentindo e trapaceando para lucrar, outros são muito brutos e raivosos, alguns têm muitas mulheres, outros ficam muito bêbados, ainda há aqueles que são monges. No entanto, a forma que a pessoa mostra não é importante. O importante é que eles percebam o fundamento de sua própria natureza. Isso é muito importante. Uma visão básica decorre disso: como não sabemos qual é a percepção das outras pessoas, devemos tratar todos como se fossem um Buda; devemos tratar a todos com infinito respeito; devemos tratar todos com validação e crença em seus potenciais e em suas possibilidades.

B. Prática Preparatória

MUITOS DE NÓS TEMOS QUE VIVER em cidades muito feias e vemos como as pessoas podem ficar tristes e deprimidas, apenas pela exposição diária ao barulho e à sujeira e a falta de preocupação com outras pessoas. Vale a pena lembrar nessas circunstâncias que a beleza é muito importante no tantra. Na introdução a esta sadhana, no prefácio, C R Lama estabeleceu a linhagem da transmissão da parte principal do texto. Então temos a primeira parte do *ngondro* (15), que não é diretamente dessa coleção, é mais um *ngondro* geral que é usado em conexão com muitos dos *termas* de Nuden Dorje Drophan Lingpa. No preâmbulo, antes do *ngondro*, ele diz simplesmente: “Nós nos curvamos a esse *rangrig gyalpo*”, que significa a natureza iluminada de nossa própria mente. Ele então continua dizendo que em tempos futuros a vida será muito difícil para os seres. Eles sucumbirão facilmente ao poder da distração. Naquela época, embora o dharma siga o mesmo, embora a natureza da realidade siga a mesma, as pessoas não terão

tempo para fazer qualquer prática. Portanto, por amor a essas pessoas estúpidas que não têm muita inteligência, eu estou ensinando essa prática muito simples. O texto diz:

*Saudação à minha própria lucidez natural.
No futuro, os seres sencientes terão, grosseira e fixamente, os cinco venenos (estupidez, raiva, desejo, orgulho, ciúme) e estarão sob o poder da hesitação preguiçosa e de outros assuntos sociais. Embora todos os dharmas sejam livres de posições relativas e sejam vastos como o espaço que os permeia, quem fará a prática de meditação da sadhana para perceber esta verdade? Isso está escrito para pessoas tolas e estúpidas que querem praticar, para leigos e seres de inteligência fraca, para que possam obter os votos de refúgio e praticar o dharma incessantemente nos seis períodos de cada dia, Eu (Padmasambhava) ensinei isso.*

a. As quatro reflexões

KYE MARIN CHEN LUE DI U DUM VA RA TAR
NYED KA CHI NAE MI THOB TSE DIR NYED
DAL JOR TONG LOG MA JED CHOE LA BUNG
NAM CHI NGE MED CHI WA MI TAG SOM
GE DIG LAE DRAE MI LU DOR LEN CHO
DROGA DUG DUG NGAL SUE KYANG ZOD DU ME

Ai de mim! Agora tenho este corpo precioso tão raro como o lótus Uudumbara, tão difícil de conseguir e que não voltará a ser conquistado por mim no futuro. Não devo sair de mãos vazias desta vida que tem liberdades e oportunidades. E sim deve lutar pelo dharma. Não sei quando vou morrer, então devo sempre pensar na morte e na impermanência. Que as ações virtuosas e pecaminosas têm consequências (de felicidade e tristeza) é definitivamente verdade, então devo examinar claramente e saber o que deve ser abandonado e o que deve ser adotado. Não há ninguém que possa suportar os sofrimentos dos seis reinos do samsara.

Esses pensamentos são as reflexões básicas que são usadas na tradição hinayana para dar às pessoas a forte sensação de que o samsara é um lugar perigoso e difícil. Nossa tendência normal, e nosso desejo, é tornar nossa vida tão fácil e confortável quanto possível. Mas se sua casa está pegando fogo, pintar as paredes internas não será muito útil. Muitas vezes não queremos olhar para a situação real em que nos encontramos. Na psicanálise fala-se das defesas do ego, repressão, dissociação e assim por diante, que são todas as maneiras pelas quais procuramos evitar olhar para a realidade porque ela é dolorosa. Se você é muito bom em repressão e dissociação e assim por diante, pode se convencer de que, na verdade, a vida não é dolorosa e acreditar: "Ah, basicamente, estou muito feliz, e de vez em quando algumas coisas

ruins acontecem comigo.” Nesse nível, o que o budismo quer dizer é: “Isso é um absurdo. Basicamente você está realmente ferrado, mas de vez em quando você está feliz.” Esta vida humana que temos é rara, como uma flor de *udumbara*. Isso significa que você não a percebe com muita frequência. Se nós olharmos a encosta, e cavoucar por baixo da terra, encontramos milhões de pequenos insetos, muitos milhões de insetos, mas muito poucos seres humanos.

No primeiro ensinamento que o Buda ofereceu, no Parque dos Cervos, em Sarnath, ele apresentou as Quatro Nobres Verdades: o sofrimento, a causa do sofrimento, o fim do sofrimento, e os meios para acabar com o sofrimento. Um aspecto fundamental da causa do sofrimento é o não reconhecimento das três marcas da existência condicionada: impermanência, ausência de natureza própria inerente e sofrimento. Elas trabalham juntas para reforçar umas às outras. Muito do nosso sofrimento surge porque as coisas são impermanentes, e as coisas são impermanentes porque não têm natureza própria inerente. Ter clareza sobre a impermanência e a morte é extremamente importante. Embora, a princípio, isso possa fazer você se sentir um pouco triste e abalado, depois vai deixá-lo muito feliz. Quando você se acostumar com isso, o pensamento de impermanência e morte se tornam como dar a descarga no vaso sanitário. Toda a merda da sua vida é simplesmente levada embora. Então, porque não vai durar, você não precisa se envolver tanto.

Na *sadhana*, fala-se sobre os dezoito aspectos do nascimento de um ser humano precioso:

KYE MARIN CHEN LUE DI U DUM VA RA TAR
NYED KA CHI NAE MI THOB TSE DIR NYED
DAL JOR TONG LOG MA JED CHOE LA BUNG.

*Ai de mim! Agora tenho este corpo precioso tão raro como o lótus udumbara,
tão difícil de conseguir e que não voltará a ser conquistado por mim no futuro.
Não devo sair de mãos vazias desta vida que tem liberdades e
oportunidades, mas deve lutar pelo dharma.*

Ele dá muitos detalhes relacionados a isso nas notas:

*Existem oito liberdades e referem-se a não ter nascido em nenhum dos seguintes estados: infernos, fantasmas insaciáveis, animais, deuses de vida longa, comunidades sem dharma, entre aqueles que têm visões erradas, bárbaros do país fronteiro, um idiota. São dez oportunidades, as cinco que vêm de si mesmo é ter um corpo humano perfeito, nascer em um país onde o dharma esteja presente, ter os cinco órgãos dos sentidos livres de falhas, não ter cometido nenhum dos cinco pecados sem limites e ter fé no dharma puro. As cinco que vêm de outros são que um Buda perfeito e completo veio ao mundo, que ele ensinou o dharma, que as doutrinas que ele ensinou ainda estão preservadas, que existe o sagrado *arya sangha* praticando o dharma, que existe um guru compassivo que ensina o dharma a seus devotos discípulos.*

O que é realmente importante nisso é reconhecer que entrar no dharma pode transformar radicalmente sua vida. Claro que muitos cristãos evangélicos dirão o mesmo: “Quando Jesus entrou na minha vida, de repente tudo ficou diferente.” Em um certo nível, realmente não importa

o que entra em sua vida, desde que seja algo que o retire da preocupação com suas próprias necessidades, desejos e fantasias muito limitados. Nesse momento você pode começar a olhar para outras pessoas e ver o quão horrível é não ter nenhum propósito em sua vida. Tomar refúgio e entrar no dharma é obter algum mapa da existência para que, mesmo quando os ventos do carma e das circunstâncias da vida o levarem para um lado e para o outro, de alguma forma, após a tempestade, você possa contar com o mapa, retraçar sua vida e pensar: “Bem, de toda forma, eu quero fazer isso.” Dá significado, profundidade e propósito. Isso é o que é realmente importante.

O que se está tentando dizer é que, embora o consumismo capitalista esteja preocupado simplesmente com o poder de compra das pessoas e está comparando todos em relação ao poder de compra de cada um, as pessoas na verdade são muito diferentes. O budismo em si não é em absoluto contra – certamente não em sua forma tântrica – o dinheiro e as riquezas. Você pode ser um milionário e praticar tantra, esse não é o problema. O problema com o capitalismo consumista é que ele diz às pessoas: “Se você comprar certas coisas e colocá-las em você, e ao seu redor, sua vida estará bem garantida bem, você estará seguro”, e isso é mentira! O benefício real vem do esforço para não depender de objetos. É assim que é.

NAM CHI NGE MED CHI WA MI TAG SOM
GE DIG LAE DRAE MI LU DOR LEN CHO
DROGA DUG DUG NGAL SUE KYANG ZOD DU ME

Não sei quando vou morrer, então devo sempre pensar na morte e na impermanência. Que ações virtuosas e pecaminosas têm consequências (de felicidade e tristeza) é definitivamente verdade, então devo examinar claramente e saber o que deve ser abandonado e o que deve ser adotado. Não há ninguém que possa suportar os sofrimentos dos seis reinos do samsara.

A virtude e as coisas más desenvolvem-se a partir de causas e têm efeitos; esse princípio nunca está errado, ele não engana. Então você deve ter muito cuidado em parar de fazer coisas más e tentar fazer coisas boas. Assim, finalmente, diz-se, em todos os lugares onde você for nesses seis reinos, você só encontrará sofrimento. O objetivo desses versos é gerar medo, um profundo medo e ansiedade.

Hoje em dia, muitas pessoas negociam na bolsa de valores. Elas compram ações, títulos, mas é claro que é apenas um jogo de azar. Mais cedo ou mais tarde, pode-se prever, os preços irão cair. A vida é assim. Quando as coisas estão se valorizando, as pessoas sorriem, e quando o valor das mesmas coisas caem, as pessoas parecem muito tristes. Você não tem escolha porque, devido ao poder do seu próprio apego, você reage às situações. Uma coisa má acontece com você -- você não tem escolha -- você fica infeliz. Se morrermos agora e renascermos em algum reino horrível, e nascermos como um porco, seremos muito infelizes ou talvez muito estúpidos até mesmo para saber que deveríamos estar infelizes com essa triste limitação de nosso potencial. Se você já ouviu um porco sendo morto, ele não está feliz, não está feliz em absoluto. Muitas situações na vida não são felizes. Não só não continuaremos a viver muito tempo neste corpo, mas em nossa próxima vida poderemos estar em qualquer lugar. É por isso que eles dizem que você deve praticar o dharma, porque, de alguma forma, o dharma tenta comprar para você uma passagem para um lugar melhor.

No início do ano, eu estava ouvindo um lama *bon* ministrar alguns ensinamentos *dzogchen*, e ele disse no final: “Sim, mas é claro, vocês ocidentais, vocês têm comida demais e nunca praticarão essas coisas”. Eu acho que temos que levar isso a sério, porque usamos nosso dinheiro e nosso poder de mudar o mundo, de alterar o lado do objeto, o lado da situação, para facilitar nossa vida. Na verdade, se você mora em uma cidade, quase tudo que você vê é feito por seres humanos e pode ser mudado por seres humanos, mas para um tibetano, vivendo em uma pequena vila cercada por enormes montanhas e ventos uivantes, os seres humanos são muito pequenos. O mundo é muito grande e poderoso, portanto, mudar os próprios hábitos faz mais sentido do que agir para alterar os fatores externos.

No nível da felicidade ordinária nesta vida, é claro que é maravilhoso poder ter aquecimento central e luz elétrica, e bons hospitais, isso faz a vida maravilhosa de muitas maneiras. Não é que precisamos nos livrar disso, mas em termos de budismo, nos encantarmos com esses novos e maravilhosos avanços é um novo tipo de estupidez, um novo tipo de auto-embotamento, onde compramos essa fantasia de que estamos no controle do mundo, que podemos fazer as coisas acontecer do jeito que queremos. Há uma fantasia onipotente bem no fundo do coração da ciência racional ocidental. Em uma noite fria, se você dirigir seu carro pela estrada, ela talvez esteja um pouco escorregadia e perigosa, mas dentro do carro é quente, você pode colocar uma música. Se você tiver que andar pela neve no escuro, através da floresta, tropeçando e caindo e com os sapatos completamente molhados, você tem um sentimento diferente sobre a morte. Dessa forma, é muito fácil esquecermos que vamos morrer. Mesmo que tenhamos bons amigos que morreram, talvez terrivelmente, *eles* morreram, *nós* não morreremos, e há um tipo particular de satisfação que outra pessoa morra, e não você. Você se sente triste na hora, mas sabe aonde a morte foi: ela bateu na porta ao lado, não na sua. Uma das grandes bênçãos de ser um terapeuta é que eu sento o tempo todo com pessoas que estão sofrendo, e eu não estou sofrendo. Na verdade, sou pago porque elas estão sofrendo. É uma diversão maravilhosa. Na psicoterapia eles falam sobre 'sintonização empática', então se Robert está sofrendo então eu *realmente sinto* o que ele está sofrendo, mas isso é bobagem, porque *ele* está sofrendo, e eu estou me sentindo próximo do que ele está sofrendo. Não é a mesma coisa e isso é importante, porque somos muito estúpidos como pessoas. Coisas terríveis acontecem no mundo, em Kosovo, Timor Leste, e assim por diante. Você pode assistir na televisão. Você sente-se um pouco triste, mas então vai jantar, e pensa: "Ah, bem, de qualquer forma, minha vida está bem." É por isso que, embora essas *Quatro Reflexões* possam ser muito simples e muitas vezes acho que sabemos o que são, na verdade, são ferramentas importantes para usar, porque elas foram projetadas para mudar sua mente, para abrir uma lacuna, e nessa lacuna você pode colocar uma nova visão do dharma.

b. Refúgio e Desenvolvimento de uma Atitude Iluminada

HRI RANG DUN CHOE YING PADMA NYI DAI TENG
KYAB KUN DAG NYID RIG DZIN PADMA JUNG
DRUB NYE TSEN CHOG GYE DANG RIG DZIN TSOG
TSA SUM GYAL WAI KYIL KHOR DZOG PAR SAL

Hri. No vasto espaço diante de mim, no topo do lótus, do sol e da lua, está a incorporação de todos os refúgios, o vidyadhara Padmasambhava com as oito formas excelentes que obtiveram siddhis e as hostes de vidyadharas. Assim, medito claramente na completa mandala das três raízes de Buda (guru, yidams, dakinis).

NA MO DAG DANG THA YAE SEM CHEN GYI
LU MED KYAB NAE NAM LA KYAB SU CHI
JANG CHUB SEM KYE DRO LA THUGJE ZIG

Adoração. Eu e todos os seres sencientes ilimitados tomamos refúgio nos inabaláveis lugares de refúgio. Desenvolvemos a intenção altruísta de ajudar os outros. Por favor olhe com compaixão para todos aqueles que se movem no samsara e nos ajudam.

Tomamos refúgio porque temos medo. Se você não está com medo, você não precisa de nenhum refúgio. Isso é muito importante. É por isso que a prática do dharma pode se tornar muito lenta, porque as pessoas perdem o contato com o medo, então eles apenas praticam quando têm vontade, e não porque precisam fazê-lo. Da mesma maneira, Chhimed Rigdzin Rinpoche, que tinha diabetes muito grave, e seu nível de açúcar no sangue costumava subir e descer o tempo todo, tinha que controlá-lo com injeções. Nós somos iguais. Nosso pâncreas, nosso pâncreas dhármico, não está funcionando, e nossas esperanças e medos estão subindo e descendo o tempo todo. A menos que injetemos em nós mesmos de forma apropriada essa dose de dharma, ficaremos muito doentes. Mas acho que todos sabemos que Chhimed Rigdzin era um paciente muito ruim, que não gostava de prestar muita atenção ao seu nível de açúcar no sangue. Sempre que podia, comia outra coisa, e então Gudrun tinha que gritar com ele. Rinpoche não queria saber se tinha diabetes. Ele sabia: “eu gosto dessa comida”, e isso era o que ele sabia, não queria saber nada sobre diabetes; ao agir assim, ele mostra exatamente o que fazemos. Não queremos saber sobre nada sobre samsara. Queremos saber das coisas que gostamos. Queremos fazer as coisas de que gostamos, e então ficamos muito surpresos quando ficamos desestabilizados. É muito importante prestar atenção ao nosso próprio estado. Tomar refúgio define um marco na nossa intenção de mudar nossas vidas. Isso será discutido mais detalhadamente adiante.

c. A Prática dos Sete Ramos

NA MO CHI NANG SANG WAI MANDAL KOD DE BUL
CHAG TSAL CHOD BUL NYE SHAG JE YI RANG
CHOE SUNG KUR ZHUG GE WA YONG LA NGO
CHOG DANG THUN MONG NGOE DRUB DENG DIR TSOL

TSOG ZHING RANG LA THIM PAE DIG DRIB DAG
RANG GYUD DORJE SEM PAE JIN GYI LOB

Adoração. Nós claramente imaginamos e oferecemos as mandalas externas, internas e as secretas. Fazemos prostrações e oferendas, confessamos e purificamos nossos pecados e faltas e nos regozijamos com a felicidade e virtudes dos outros. Pedimos ensinamentos do dharma, imploramos que nossos refúgios persistam e nos dediquem todas as virtudes para a completa iluminação de todos os seres. Por favor, conceda-nos realizações reais supremas e ordinárias. A assembleia das deidades se dissolve em luz e é absorvida por nós, purificando todos os nossos pecados e obscurecimentos. Que nossas naturezas sejam abençoadas por Dorje Sempa.

A oferenda de mandala que temos aqui é projetada para gerar mérito. Isso, mais uma vez, é um aspecto de um momento histórico particular no desenvolvimento do dharma, onde havia a ideia de que a iluminação é algo que você alcança depois de uma jornada, e para seguir a jornada, como em qualquer jornada, você tem que ter os recursos necessários. Para a iluminação, esses recursos são as duas acumulações de mérito e sabedoria. Olhando para isso do ponto de vista tibetano (e os tibetanos são pessoas muito práticas) eles são muito preocupados com causa e efeito. De um modo geral, em uma oração cristã, nós dizemos: “Oh, querido Deus, pedimos-lhe humildemente que nos dê isso”. E não sabemos se Deus dará o que queremos, porque somos crianças muito más, e talvez papai não permita que tenhamos o que queremos. Essa é a estrutura da oração cristã.

Com uma oferenda de mandala é completamente diferente. Você dá esta mandala ao Buda e ele lhe dá algo de volta. É um intercâmbio muito direto. O Buda não precisa de sua mandala, mas fica feliz em recebê-la. Você lhe dá a mandala e ele lhe dá algo de volta. Isso é uma coisa muito importante para nós realmente entendermos. Esta é uma visão diferente do tipo ansioso de relacionamento pai-filho do cristianismo. Essa é uma relação contratual, causal e interativa. Se você oferecer algo, você receberá uma resposta clara. Você oferece, então recebe uma resposta clara. Não há dúvida ou acaso envolvidos nisso. Fazemos oferendas a todos os budas, bodhisattvas, deidades e assim por diante. Eles ficam felizes. Eles se dissolvem em luz e, em seguida, em nossos corpos. Este é o primeiro nível de purificação, e através dele somos abençoados por Vajrasattva.

Vajrasattva é uma deidade muito importante no budismo tibetano. Significa “ser indestrutível” ou “natureza indestrutível”, e representa a manifestação de nossa própria natureza búdica em uma forma imutável. Nossa natureza é realmente Vajrasattva, mas devido ao karma, devido a esses hábitos e tendências, perdemos contato com ela nossa natureza como Vajrasattva, então oramos a Vajrasattva para nos lembrarmos que somos Vajrasattva.

Se você estiver com uma garota adolescente que tem *anorexia nervosa* e a convidar para se olhar no espelho, ela sempre se verá muito mais gorda no reflexo do que qualquer outra pessoa a verá. O que temos que tentar fazer é ajudar a menina a olhar para si mesma como realmente

é, ver a realidade, a realidade fenomenológica – o que está aí – ver que isso é mais real do que a percepção fantasiosa que ela está cozinhando por dentro. Ocorre o mesmo conosco. Olhamos no espelho de nós mesmos e vemos nossas falhas, nossas confusões, nossas limitações. Quando fazemos essa prática, olhamos no espelho e tentamos ver a imagem de Vajrasattva. Vajrasattva é nossa natureza real e, se realmente vemos Vajrasattva, acordamos, somos Vajrasattva, e então a fantasia e a ilusão de que “eu sou uma pessoa má, não posso fazer isso, gostaria de ser mais do que isso”, todas essas histórias que nos acompanham são descartadas.

As deidades no budismo tibetano são métodos. Elas estão aí para serem usadas. Reverenciamos essas deidades como um método para reconhecer quem *nós* somos. Não se trata de estabelecer alguma hierarquia absoluta no mundo, mas de tentar usar nossas próprias tendências de idealização e focalizar a idealização em uma forma pura de vacuidade para reconhecer nossa própria natureza. Essa meditação em Dorje Sempa, meditação em Vajrasattva, é muito curta, mas contém a essência de toda a prática tântrica.

d. Meditação Dorje Sempa

HRI RANG GI CHI TSUG PAD DA JA OD LONG
LA MA DOR SEM DORJE DRIL DZIN KAR
LONG KUI GYEN DZOG THUG KAR DA TENG HUNG
YIG GYE KOR WAR DUD TSII GYUN BAB NAE
TSANG BUG NAE ZHUG DIG DRIB DAG PAR SAM

Hri. No meio da luz do arco-íris sobre um lótus e da lua no topo de minha cabeça é meu guru na forma de Dorje Sempa que é de cor branca segurando um vajra e um sino. Ele usa todos os ornamentos de sambhogakaya e em seu coração sobre um disco lunar está a letra Hung em torno da qual o mantra de cem sílabas gira. Dele desce um fluxo de amrita que eu visualizo entrando pelo buraco no meu crânio e purificando completamente minhas transgressões e obscurecimentos.

No coração da deidade está sua sílaba-semente, Hung, e em torno dessa sílaba o mantra está girando.

OM VAJRA SATO SA MA YA MANU PA LA YA
VAJRA SATO TE NO PA TI SHTA DRI DHO ME BHA WA
SU TO KYIO ME BHA WA SU PO KYIO ME BHA WA
A NU RAKTO ME BHA WA SAR VA SIDDHI MA ME PRA YA TSA
SAR VAR KAR MA SU TSA ME TSI TAM SHRI YAM KU RU HUNG
HA HA HA HABHA GA WAN SAR VA TA THA GA TA VAJRA MA ME MUN TSA
VAJRA BHA WA MA HA SA MA YA SA TWA AA

As cinco cognições pristinas. Dorje Sempa com o poder de ser firme em seus votos. Você deve proteger a mim e a todos os que seguem você e confiam em você! Dorje Sempa, você deve me ouvir! Você deve me cuidar! Você deve pensar em mim! Por favor, purifique todos os meus pecados. Você deve pensar fortemente em mim. Você deve ficar comigo e não se separar de

mim. Conceda-me todas as realizações reais. Você deve fazer todas as ações necessárias. Todos os traços cármicos sutis que vivem no coração devem se tornar vazios. Dê-me o dharmakaya, sambhogakaya, nirmanakaya e svabhavikakaya. Vitorioso, você é como todos os tathagatas. Dorje Sempa, por favor, cuide de mim fortemente. Dorje Sempa. Grande juramento. Devemos obter realizações. Devemos obter o cumprimento de nossos votos.

O mantra está girando em uma espiral que sai do *Hung*, a partir do topo, espiralando em torno e então voltando à base. Ao girar, os raios de luz vão saindo e se transformando em *dud tsii*, o néctar purificador que preenche o corpo de Vajrasattva e então flui para o nosso corpo.

Então há um pedido de perdão e o curto mantra de Vajrasattva:

OM SA MA YA AA SA MA YA HUNG SA MA YA BENDZA SA MA YA
DAG ZHAN GYI TSE RAB KHOR WA THOG MA ME PA NAE SAG PAI
DIG DRIB NYE TUNG DRI MAI TSOG THAM CHE TSA WA NAE
JANG ZHING DAG PA JIN GYI LAB TU SOL

Votos do corpo: perdoe meus lapsos. Votos de fala: perdoe meus lapsos. Votos da mente: perdoe meus lapsos. Votos Vajra: perdoe meus lapsos. Eu e todos os seres, em todas as nossas inúmeras vidas anteriores, acumulamos pecados, obscurecimentos, faltas, manchas e causas para cair em estados de tristeza; tudo isso nós te imploramos para limpar desde a raiz e assim nos abençoar com a pureza.

OM BENDZA SATWA HUNG AA

Om. Ser indestrutível, purifica-me!

Algumas pessoas podem visualizar ou imaginar as coisas com muita clareza. Eles podem ver coisas em três dimensões, com muitas cores, com movimento. Outras pessoas não podem ver nada. No nível de prática do tantra chamado *mahayoga*, a precisão da visualização é considerada muito importante. Mas a prática que fazemos, essa prática inteira, não é uma prática de mahayoga. É uma mistura dos estilos mahayoga, anuyoga e dzogchen. Em anuyoga, o sentimento é mais importante do que a precisão da percepção. Mahayoga está preocupado com a purificação do objeto e anuyoga, com a purificação do sujeito; dzogchen, com a purificação de ambos. Isso significa que mesmo que você não consiga visualizar nada, não importa, apenas acredite. Você só tem alguma ideia, algum sentimento. O sentimento é importante, porque é um sentimento que entra em você e então seus músculos se contraem, suas entranhas agitam-se. Sem saber nada sobre a prática do *tsalung* e todas as técnicas complexas de respiração envolvidas, você mesmo fará o *tsalung* aqui. Sua lucidez vai para o canal central, e você receberá uma bênção. É sentimento o que está mais próximo de nós; a percepção está mais distante. Se você visualizar Padmasambhava muito claramente mas não tiver sentimento, isso não o beneficiará e não beneficiará Padmasambhava. Ele não precisa que você olhe para ele. Mesmo que você não possa ver Padmasambhava claramente, se você tiver algum sentimento, você obtém o benefício, porque o sentimento o colocará em contato.

A explicação da prática em si é muito direta. Claramente o importante é ter fé. Você tem que acreditar que algo está acontecendo. É muito parecido com teatro. Quando você vai ao teatro ou ao cinema, a coisa mais importante é que você suspenda o ceticismo. As pessoas entrarão no palco e eles se apresentarão como outra-coisa-ou-outra-pessoa. Eles não são aquilo, eles são atores, mas você tem que acreditar que eles são aquilo. Quanto mais você se permite entrar no que vê no palco, mais impacto terá em você. Às vezes você vai ver uma comédia e se descobre rindo de algo completamente estúpido. Nem é real, mas você descobre a si mesmo rindo. Ocorre o mesmo aqui: agora fazemos teatro Dorje Sempa! Eis Dorje Sempa. Ele é muito brilhante, tem um sininho: *dingle dingle ding, nga nga nga* — isso é teatro! Você sabe que ler uma peça é muito diferente de ir ao teatro e assisti-la. É por isso que é muito bom fazer o puja com C R Lama, porque ele é um mestre do teatro. Teatro é maravilhoso. Não é um insulto dizer que o tantra é teatro. Teatro é perfeito. Toda a vida é teatro. Em sânscrito dizem que é *leela*, é uma peça. Assim como você tem *leela* de Krishna, então aqui temos *leela* de Dorje Sempa. Essa é a peça de Dorje Sempa, um drama em que algo é encenado e... nada acontece. O teatro é real, a ilusão é real. O que vivemos como nossa vida cotidiana é teatro. Nossa realidade é ilusão

Você pode conhecer a peça *Hamlet* de Shakespeare. Nessa peça é usado o recurso de “a peça dentro da peça”. É algo que você encontra em muitos tipos de dramas, mas nessa peça é muito interessante.

Resumidamente, o amado pai de Hamlet, morreu, ele foi envenenado. Hamlet tem certeza de que sua mãe arranhou o envenenamento de seu pai porque ela estava apaixonada por outra pessoa. A família é disfuncional. O próprio Hamlet está desmoronando. Ele está agindo como louco, gritando com as pessoas, e sua mãe fica dizendo: “Ah, calma, calma. A vida mudou. Não se preocupe, você vai superar isso”, mas ele diz: “Algo está podre aqui. Algo cheira muito mal!” Quando alguns atores de teatro chegam ao castelo, Hamlet fala com eles e escreve uma pequena peça para eles representarem na qual um rei é envenenado. Então a rainha e o novo rei estão sentados assistindo essa peça e de repente esse novo rei fica muito irritado e perturbado. “O que é isso?” Ele se sente muito insultado. Hamlet está olhando para ele. “Ha, ha, agora vamos ver.” Assim, dentro dessa peça de Shakespeare temos uma peça em que a mãe e o padrasto estão tentando fingir que nada aconteceu, e então a terceira peça, essa encenação dramática que mostra a falsidade da segunda peça, traz vida dramática à primeira peça.

De forma similar com o dharma, ou com este puja em particular, o que temos aqui é um texto teatral. Dentro desse texto, nosso drama, o drama de ser James ou Robert, é perturbado por ter que entrar no drama de ser Vajrasattva. Mas, para o drama funcionar, você tem que acreditar nele, você tem que entrar nele, porque se você realmente acredita no roteiro de ser James, ou Robert, ou Rainer, ou quem quer que seja, e você está lendo seu próprio roteiro o tempo todo, então você está apenas murmurando essas palavras do puja, do lado de fora, por assim dizer, enquanto o que você realmente sente é “Eu sou James, eu sou James”, e assim nada mudará. Daí porque, naturalmente, nos mosteiros tibetanos, eles montam o palco de maneira muito bonita. Têm muitas pinturas e estandartes pendurados, têm belas estátuas, têm luzes, têm cores, têm música, têm sinos e tambores para a participação do público. A coisa toda está aí.

O que você tem é um movimento duplo. O teatro do puja leva você para fora de você mesmo para devolver você a você mesmo. Por isso a fé é muito importante. A fé é um método. Não é que você esteja abrindo mão de sua liberdade, que você esteja se tornando escravizado em um culto, mas você está usando a fé, que é uma intensa focalização da atenção, como meio de

entrar nesse dramático movimento, que provoca uma profunda transformação psico-espiritual. Isso porque fé é uma atitude que permite que as possibilidades ganhem vida. Não é a fé que algum grande papai vai salvá-lo. Pelo contrário, fé é algo que você faz para mudar seu relacionamento consigo mesmo, para que você possa entender algo novo. Fé é uma mistura de abertura e confiança. Por exemplo, se alguém vai esquiar encosta abaixo, com um grande grau de dificuldade, talvez envolvendo um salto, tem que relaxar, tem apenas que pensar, “Ah, eu consigo”.

Isso se relaciona com algo que analisamos anteriormente, a saber, a relação entre ansiedade e controle. Normalmente, quando ficamos ansiosos, tentamos lidar com isso controlando. Ou tentamos nos segurar ou tentamos controlar o que está acontecendo exteriormente. Mas um bom esquiador, em uma descida em zigue-zague, não pode exercer um controle rígido. Ele tem que estar em um controle muito relaxado para poder trabalhar com o que surge. Você pode perceber o mesmo tipo de coisa através da dança, onde é necessário se perder para se encontrar. Você tem que abandonar o controle e a definição de si mesmo para abrir um espaço em que você é revelado a você mesmo de uma nova maneira. Esse é realmente o propósito da fé dentro desse tipo de prática, é uma forma de transformar a experiência.

A prática do Dorje Sempa é muito importante, porque o resultado final de realizá-la é que você deve acreditar que sua natureza é pura. E você não apenas acredita que é pura, mas começa a ter a experiência de que sua natureza é pura.

O que 'pura' significa aqui? Na visão do dzogchen, que anima esse texto, existem dois níveis de pureza. Existe a pureza que existe desde o princípio, *kadag* em tibetano, e a pureza que é o estar livre de obscurecimentos, *drime dagpa*. Ou seja, desde o início nossa própria verdadeira natureza, a natureza búdica, sempre foi pura, nunca esteve oculta de forma alguma, mas devido ao poder da ignorância, apego e confusão, temos vagado no samsara, acumulando karma, sendo obscurecidos, reagindo, ficando cheios de ideias engraçadas sobre nós mesmos, esperanças e medos, muitas, muitas coisas girando ao nosso redor. Todos esses obscurecimentos podem ser removidos. Quando eles são removidos, o que é revelado é essa pureza original. Quando você percebe a pureza original, percebe que ela nunca esteve obscurecida. Esse é um drama paradoxal, as coisas não são o que parecem ser.

Um dos meus professores, Jatral Rinpoche, me explicou que é como se você estivesse deitado na cama, tendo um pesadelo, e na cama está seu irmão, que está acordado, e sacudindo-o para tentar acordá-lo. A realidade é que a pessoa está apenas deitada na cama. A cama é quente e segura. O irmão é o guru, sacudindo-o e dizendo: “Acorde, acorde! Nada para se preocupar. Você está seguro na cama.” O samsara é o drama do pesadelo, é isso que é. Nele, muitas coisas parecem estar acontecendo que são reais, importantes e poderosas e que dominam você, mas na realidade, como em um sonho, como em um pesadelo, não há nada realmente aí, elas não têm substância. No entanto, assim como alguém que está profundamente adormecido, quando é acordado, volta novamente a dormir. Isso é o que nós fazemos. Recebemos a iniciação, mas somos muito viciados em nosso sonho, em nosso drama. E por que? Porque somos a estrela do nosso próprio drama. Em nosso próprio drama, o mundo gira ao nosso redor. Quando acordamos um pouco e temos mais consciência, nosso drama ainda está acontecendo, mas está acontecendo também em um mundo de dramas de outras pessoas. E, no entanto, de novo paradoxalmente, é ao reconhecer que temos apenas um pequeno papel na peça inteira que nos tornamos centrados em nosso próprio terreno, bem no centro de tudo. Assim, é importante sentir

o sabor da prática desses pujas tibetanos. Não é preocupado, ansioso, sério. É relaxado, confiante, aberto, com o sentimento de ter direito a fazer uso desses métodos que o levarão de volta para casa.

De um modo geral, a visão que tentamos realizar no tantra e no dzogchen é a da não-dualidade. Não-dualidade significa que não estamos preocupados com duas coisas separadas, por exemplo, sujeito e objeto, eu e outro, quente e frio, samsara e nirvana. Todos os opostos são percebidos, porque eles não têm natureza própria inerente, como realmente liberados de qualquer base que cause oposição. Por exemplo, se você pegar uma ideia comum, de quente e frio: aqui está quente e lá está frio. Podemos dizer: “Quente é o oposto de frio”, nós os colocamos lado a lado, eles estão indo em direções diferentes. Você prova algo e pensa: “Não está tão quente”. Se não estiver tão quente, está indo na outra direção. O que há na outra direção? Frio. Assim, em vez de ficarem lado a lado eles parecem estar de alguma forma vinculados. Todos os opostos estão conectados. Dessa forma, 'quente' não tem significado por si só. Você não pode ter uma ideia de quente sem ter uma ideia de frio. No verão, quando está com calor, você toma sorvete. O sorvete é como a neve. No inverno, quando você está com frio, você liga o aquecimento, o que é como o verão. A visão da não-dualidade não é algo muito sagrado e elevado no céu. É muito comum. Assim como o quente e o frio estão conectados e há um movimento entre essas polaridades, então, em vez de estar lado a lado como coisas separadas, são mais como pontos no movimento de uma onda, quente/frio, quente/frio.

Da mesma forma, na tradição hinayana, certamente na visão tibetana dela, samsara e nirvana são colocados lado a lado. Nós não gostamos do samsara, queremos atingir o nirvana. Queremos atingir o nirvana porque não é como o samsara. Se samsara e nirvana fossem a mesma coisa, você ficaria muito desapontado. Se você for para a Índia, não vai querer comer salsichas com batatas. De um modo geral, queremos que haja diferença.

Mas na visão mahayana, especialmente com uma compreensão madhyamika da natureza da vacuidade como a ausência absoluta de qualquer tipo de auto-existência inerente, o que tomamos como a existência inerente de qualquer coisa é simplesmente uma série de nomes que se aplicam a uma aparência, um conceito, uma experiência. Através disso, chegamos a ver que não há auto-existência inerente no samsara, e não há auto-existência inerente no nirvana. Ou seja, tudo está vazio. Quando você reconhece que tudo está vazio, sua experiência chama-se nirvana. Quando você não percebe que tudo está vazio, sua experiência é chamada de samsara. Dessa forma, tanto o samsara quanto o nirvana têm a mesma base, que é a vacuidade, e eles se revelam inteiramente dependentes de você reconhecer suas verdadeiras naturezas. Todos os métodos que são empregados no budismo podem ser dispostos ao longo de um continuum, de acordo com o quanto a crença absoluta e identidade com a vacuidade eles manifestam (16).

Por exemplo, você pode querer adquirir algum mérito e pensar: “Na minha próxima vida, eu vou para o inferno porque sou uma pessoa má, então todos os dias eu vou acender uma lamparina de óleo na esperança de obter algum mérito para tornar minha experiência no inferno não tão ruim.” O inferno é real, a lamparina de óleo é real, o mérito é real, coloque-os todos juntos e você terá um pouco de benefício. Isso por um lado. Por outro, se realmente examinarmos a natureza de nossa própria mente, e reconhecermos que desde o início nada estava lá, que nossa própria mente não têm qualquer natureza inerente, e que tudo o que surge na mente não tem natureza própria inerente, com a confiança nisso, não haverá nenhum obscurecimento a ser removido. Somos nós que construímos, para nós mesmos, uma visão de como nosso mundo é,

e o que é real e o que é falso. De acordo com a visão da não-dualidade, que é a visão básica do dzogchen e dos tantras superiores, desde o princípio, nada jamais nasceu.

Por exemplo, estamos sentados em uma sala. Essa é uma frase fácil de entender, porque você olha em volta e pensa: "Sim, estamos sentados em uma sala." Qual é o status da sala em que você está sentado? Claramente, as boas pessoas evangélicas que construíram esta sala esperam que quando partirmos, no domingo à tarde, o prédio ainda esteja aqui. Se, ao partirmos, alguma parte do prédio for conosco, eles vão escrever uma carta muito brava e exigir algum dinheiro. Claramente, a percepção comum é que esta sala existe. Mas quando olhamos ao redor, podemos ver tábuas de madeira. Todas essas peças de madeira podem ser desmontadas. Este linóleo pode ser removido do chão. Devido à justaposição, à arrumação em conjunto dos vários elementos aqui, experimentamos "a sala". Essa experiência de estar em uma sala nos faz sentir seguros, mas o quarto existe como ideia, existe como conceito. O conceito dá à manifestação da sala uma forma particular. Se um cachorro entrar aqui, ele não vai pensar: 'Isto é uma sala'. O cachorro está na sala, mas ele não acha que está em uma sala. Isso não ocorre porque o cachorro é estúpido. Não, é porque ele não tem um conceito de sala. O *conceito* de sala cria a sala. Organizamos as informações dessa forma porque todos nós já estivemos em muitas salas no passado, então quando chegamos aqui nosso campo perceptivo é organizado em termos desse conceito, que já carregamos dentro de nós. O que realmente temos aqui é alguma pressão em nossas nádegas, alguma pressão nos tornozelos, uma determinada experiência visual, um odor de ar um pouco viciado, porque todos estamos respirando o mesmo espaço fechado. Isso é o que experimentamos. Em relação ao meu traseiro, sinto um pouco, tipo, "Ah, está ficando um pouco dolorido". Com base nessa sensação, digo a mim mesmo, "Este chão é duro". 'Duro' é algum conceito na minha cabeça, que eu coloquei no que está sob mim com base em alguma sensação que sinto.

Mas se, em vez de ir para o nível de conceituação e do rótulo, eu simplesmente ficar com a sensação, o que é isso? Da mesma forma, olhamos para fora. Nós vemos algumas coisas. Contornos, pedaços de madeira, outras coisas, e então dizemos: "Oh, isso é uma pessoa. Isso é uma parede. Isso é madeira." Este é o encontro de percepção e concepção. Construímos a experiência de estar na sala enquanto estamos na sala. Embora a construamos, colocamos camadas em nossa construção com a crença de que a construção é, na verdade, a revelação de algo que existe por si mesmo. Essa é a principal diferença na percepção do samsara e do nirvana. As construções do samsara são realmente construções, mas confundem-se por parecerem revelações. E então, às vezes, as experiências que a gente pode ter de abertura, ou nirvana, embora sejam realmente revelações de nossa verdadeira natureza, pensamos que são uma construção criada por nossa própria meditação. Portanto, é muito, muito importante continuar examinando repetidamente o papel que nossas próprias suposições têm na criação do mundo em que existimos. Por isso, no budismo, dizemos que essa experiência que temos é uma dimensão do carma, é uma manifestação do nosso carma. Desse ponto de vista, a razão pela qual somos capazes de concordar que estamos sentados em uma sala é porque temos karma compartilhado para ter o mesmo tipo de experiência. Dessa forma, o que aparece estar existindo como-a-sala-em-si, começamos a ver que é na verdade um processo de coprodução entre a manifestação e o movimento da nossa própria mente. Fará muita diferença se fizermos assim, porque passamos a ver que o conceito de 'sala' está apenas flutuando no topo, como uma rolha na água. As ondas de experiência continuam se movendo.

No dzogchen, falamos de uma base onde há dois caminhos. Um deles é o caminho do samsara, o outro é o caminho do nirvana. A amplidão está sempre presente e nela podemos relaxar, nos abrir para a qualidade dinâmica pulsante de experiência, mas que, para iniciantes, gere ansiedade. Ou podemos tentar ficar com a segurança da conceitualização, que nos permite prever a natureza do mundo que vivemos. O custo disso, no entanto, é que perdemos a experiência em si, e nos encontramos nos movendo em um mundo de organização conceitual, construção, previsão ansiosa e assim por diante. Claramente, a questão aqui é a ansiedade e o aspecto chave da prática do dzogchen é o relaxamento. O desejo que o ego tem, esse senso centralizado de organização, é sempre que, para estar seguro, preciso organizar meu mundo. Eu preciso controlá-lo, e estruturá-lo e moldá-lo. Para praticar o dzogchen e este tantra temos que nos colocar em um estado de relaxamento.

O relaxamento é uma qualidade da fé. Por fé aqui não quero dizer uma crença particular em algo, mas mais uma fé de coração aberto, ou confiança, que é um gesto para fora. Por exemplo, uma criança pequena cai da bicicleta e se machuca. Ele corre para casa e diz: "Oh, papai, papai, (ou mamãe, mamãe), olhe! Veja! Veja!" E o pai pega a criança, segura-a, acalma-a. A confiança da criança de que o pai será capaz de tirar a dor é satisfeita. A criança se sente melhor e, se você a está segurando, você a sente relaxando. Você sente a tensão de tentar conter a dor sendo liberada, de forma que o evento doloroso passe e a criança esteja livre para seguir em frente, em outras palavras, esteja aberta e disponível. Então desliga e vai fazer outra coisa. À medida que a criança relaxa, ela volta-se para si mesma. Essa é a função dessas práticas de meditação tântrica elevada e das práticas de meditação Dzogchen. Quanto mais relaxamos, mais abandonamos o fardo de tentar nos construir e nos deixamos abraçar pela prática, pela visão. Relaxamos, voltamos a nós mesmos e conseguimos permanecer cada vez mais nesse estado.

Em termos de Guru Yoga, costumamos aderir a uma cultura de elogiar o professor, ver o professor como sendo muito especial, muito maravilhoso, tendo alcançado de todas as coisas boas, para permitir que nossa capacidade de idealização, esperança e confiança para avançar.

A causa do sofrimento é o apego a entidades. Eu me apego a entidades. Esse é um processo de dualidade. Eu estou separado dessas coisas, eu quero essas coisas, assim eu agarro essas coisas. Então me sinto bem porque tenho as coisas que quero. Essa é a estrutura que causa sofrimento no samsara. Nós estivemos no samsara por muito tempo, e todo o tempo que estivemos aí estivemos usando essa estrutura. Isso significa que somos todos especialistas em apego. Absolutamente perfeitos. No entanto, o Buda ensinou o caminho do tantra. O tantra faz uso de nossa capacidade de apego para nos trazer libertação. Por isso é chamado um método muito hábil, e é por isso que eles dizem que um iogue tântrico é capaz de fazer uso de coisas para a liberação que prenderiam uma pessoa comum ao samsara. A razão pela qual os apegos no samsara nos trazem dor é porque quando nos apegamos a algo, a coisa a que nos apegamos, especialmente se nos apegamos a uma pessoa, provavelmente não fará exatamente o que queremos.

Muitos de nós ficam bem surpresos ao conhecer outra pessoa e começar uma doce história de amor, que essa pessoa, embora a amemos, acaba por não fazer o que queremos. Sempre me surpreendo com isso, que vemos mais claramente em crianças. Elas sempre ficam muito surpresas quando seus pais não fazem o que elas querem. "Mas eu quero! Sim, vamos para os balanços! Eles são legais, os balanços. Você gosta de balançar! Venha, papai! O que poderia ser mais interessante?" Assim, claramente temos muita habilidade nesse sentido.

Na prática do Guru Yoga, como neste texto, estabelecemos o guru como o foco do nosso apego. Todas as coisas que queremos de qualquer outra pessoa em nossa vida colocamos no guru. "Você é a única fonte da minha felicidade. Você é joia que realiza desejos. Você é o único que tornará todos os meus sonhos verdadeiros." Então dizemos que nosso próprio guru é a mesma coisa que Padmasambhava, e que Padmasambhava é a essência de todos os budas. Isso é semelhante ao tipo de coisas que as pessoas dizem de uma forma romântica. Todas as esperanças e sonhos se tornam concentradas em um ponto.

A razão pela qual Padmasambhava nunca o enganará, como diz a primeira oração que fazemos na prática principal, *kyab nae lu me kon chog rin po che* (você é o refúgio infalível), é porque ele não existe. Isso é realmente verdade. E porque ele não existe, quando ele nos dá sua bênção, nós também não existimos. Através desta fusão com a figura do guru, voltamos ao solo não nascido de nossa própria natureza real em que, claramente, a manifestação está aí, a claridade está aí, a experiência está aí, mas nada vem como uma entidade separada tendo uma existência inerente verdadeira.

Assim, o Guru Yoga começa com uma descrição. Na nossa frente está Padmasambhava, e ele parece bem. Sábado à noite, todo arrumado, parecendo muito brilhante!

e. Guru Yoga

HRI RANG DUN CHOE YING PADMA NYI DAI TENG KYAB KUN DAG NYID RIG DZIN
PADMA JUNG DRUB NYE TSEN CHOG GYE DANG RIG DZIN TSOG TSA SUM GYAL WAI
KYIL KHOR DZOG PAR SAL

*Hri. No vasto espaço diante de mim, no topo do lótus, sol e lua
são a personificação de todos os refúgios, o vidyadhara Padmasambhava
com as oito formas excelentes que ganharam siddhis,
e as hostes de vidyadharas. Assim eu medito claramente
na completa mandala do buda das três raízes.*

Então fazemos a Prece da Linhagem, começando com os gurus dos nove níveis de transmissão.

Prece da Linhagem

E MA HO GYAL WA GONG GYUD RIG DZIN DA GYUD DANG GANG ZAG NYEN GYUD
MON LAM WANG KUR GYUD KA BAB LUNG GYUD KHA DRO TAD GYAI GYUD LAE THRO
TER GYUD SHOG SER TSIG GI GYUD KA BAB LUNG ZIN YI DAM ZHI THRO DANG KHA
DRO CHOE SUNG CHE LA SOL WA DEB GUE PAE CHAG TSAL CHOD BUL KYAB SU CHI
TSA WA YAN LAG DAM TSIG DOM LAE GAL NYAM CHAG NYE TUNG SHAG SHING JIN
GYI LOB

*Maravilhoso! A linhagem da compreensão profunda dos jinas, a linhagem de símbolos dos
vidyadharas
e a linhagem daqueles que ouviram o ensinamento, a linhagem de*

aspiração e iniciação; a linhagem das autoridades e a linhagem das dakinis de confiança. A linhagem de afortunados descobridores de tesouros e a linhagem daqueles que viram pela primeira vez os novos livros de tesouros. Aqueles que foram instruídos a praticar, e as pacíficos e ferozes deidades-caminho, e as dakinis e os guardiões do dharma: a todos eles rezamos.

Com devoção nos prostramos, fazemos oferendas e tomamos refúgio.

Confessamos nosso alheamento das promessas firmes de nossos votos raiz e votos ramos, nossos votos perdidos, faltas e quedas. Por favor, abençoe-nos com a pureza.

As nove linhagens são descritas muito claramente nessa prece. Elas são as maneiras pelas quais a transmissão do ensinamento do dharma vêm ao mundo. Relembrar a transmissão nos recorda de nossa dependência da gentileza dos outros. Sem eles, estaríamos encerrados na bolha da nossa pseudo-autonomia e preocupação auto-centrada. A lembrança e a gratidão nos ligam a algo maior do que nós mesmos e através disso somos apresentados à nossa própria natureza, assim nos prostramos, fazemos oferendas, purificamos nossos votos. Pedimos purificação e então cantamos esta prece.

Implorando ao Guru

EH LA MA KHYEN NO CHOE KU NANG WA THA YAE KHYEN NO EH LA MA KHYEN NO
LONG KU THUG JE CHEN PO KHYEN NO EH LA MA KHYEN NO TRUL KU SHAKYA THUB
PA KHYEN NO EH LA MA KHYEN NO GU RU PADMA JUNG NAE KHYEN NO KYE DRIN
CHEN TSA WAI LA MA KHYEN NO KHYEN

Oh! Guru, pense em nós! Dharmakaya Nangwa Thayae: pense em nós!

Oh! Guru, pense em nós! Sambhogakaya Chenrezig: pense em nós!

Oh! Guru, pense em nós! Nirmanakaya Shakyamuni: pense em nós!

Oh! Guru, pense em nós! Guru Padmasambhava: pense em nós!

Oh! O mais bondoso Guru raiz : pense em nós! Pense em nós!

O que isso significa, o que estamos tentando fazer, é como escrever uma carta de amor, você esquece todo o resto. "Oh, querida, onde você está? Eu preciso muito de você." Simples assim. Você entra em uma pequena espiral na qual apenas este objeto tem algum significado. Isso está sendo usado para um propósito muito específico.

O problema mais comum para os meditadores é a distração, o fato de acharmos difícil colocar toda a nossa atenção em uma coisa. Então, se estamos fazendo uma meditação básica, como tentar manter o foco de sua atenção na respiração, isso é bastante difícil porque a respiração, para a maioria de nós, não é muito sexy. Os pensamentos e sonhos que vêm em nossas cabeças quando deveríamos estar nos concentrando em nossa respiração, por outro lado, são muito atraentes. Eles nos levam para todos os tipos de lugares interessantes e agradáveis. Então, como um pai muito inteligente, Padmasambhava decide: "Bem, se eles querem ter algo sexy, nós daremos algo sexy para eles olharem, então eles ficarão interessados." É simples assim, e é por isso que você tem toda essa gama de deidades, porque pessoas diferentes têm interesses fetichistas diferentes. Você tem meninos-deuses dançantes, como essas boy bands que são

muito populares entre as meninas de doze anos, e então você tem o tipo das Barbies. Você ganha qualquer tipo de coisa que o faça ir em frente. O principal é ir em frente. Esse é um método. Se o método não funciona, não há benefício. Se você é um homem gay, provavelmente não estará tão interessado em ir para a cama com Marilyn Monroe. Você pode estar interessado em falar sobre vestidos com ela, mas você provavelmente não quer fazer sexo com ela. É exatamente o mesmo no dharma. Não adianta ir e tomar iniciações em uma prática que você nunca vai fazer porque você não a acha sexy. Hoje em dia, no Ocidente, muito poucas pessoas têm casamentos arranjados, nos quais a família, os pais, decidem com quem você vai se casar. Ou seja, dever e obrigação não fornecem mais uma intenção contida -- os indivíduos tendem a sentir que o valor do que se escolhe é inseparável do sentimento de fazer uma escolha livre.

As pessoas costumavam ir até o C R Lama e dizer coisas como: "Oh, Rinpoche, eu deveria fazer Dorje Drolo?" Rinpoche diria: "Se você quer fazer Dorje Drolo, faça Dorje Drolo." "Ooh, eu tenho esse problema, o que devo fazer?" "O que você gostaria de fazer? Oh, você gosta de fazer isso, então você faça isso." Ele disse para mim, "Sabe, se eu conto às pessoas o que fazer, elas nunca fazem aquilo, então agora eu apenas digo..." E isso é importante, porque em culturas mais tradicionais as pessoas foram educadas a querer o que elas têm, mas em nossa cultura somos treinados para conseguir o que queremos, por isso é muito importante realmente trabalhar que tipo de prática vai fazer sentido para você. Você precisa ler diferentes tipos de práticas e perceber que, se você se comprometer a fazê-la, deveria tentar ficar aí. A taxa de divórcio é muito alta, na vida comum e na prática do dharma. Isso é realmente importante.

É exatamente essa prática, quando entoamos esse *eh la ma khyen no*, que estamos fazendo. Estamos tentando trazer à tona a energia libidinal, a energia do desejo, e também do desejo sexual, da união. No tantra, vemos um menino e uma menina trocando beijinhos, e isso é o que vemos. Não é uma ilusão. Um dos grandes traumas da minha infância foi que eu tinha uma bonequinha, e entre as pernas dela havia apenas plástico liso, e eu sempre ficava muito surpreso: "Por que essa bonequinha não tem alguma coisa aí?" Era muito confuso, e você pode ter a mesma idéia sobre essas deidades tibetanas. Talvez você imagine que é tudo tranquilo, mas não, não, não, não! Energia sexual, desejo, desejo de união que traz abertura ao coração, aquecimento no corpo, o anseio, isso é muito importante. Nossa própria natureza real é andrógina, nós somos homens e mulheres, então você pode rezar para o mesmo sexo, para o sexo oposto, não importa, a devoção vai estar aí. Podemos nos unir com o nosso próprio oposto porque ambos somos anima-animus, seja o que for, seja como escolhermos descrevê-lo.

Então, quando você recita esta prece para o guru, você pode recitá-la cem vezes, mil vezes. Recitada com devoção, você pode fazer isso com choro em sua voz, você pode fazer isso gritando com uma voz brava, você pode fazer isso de qualquer maneira, o principal é estar aí, fazendo a prática. Esta é uma prática de paixão.

Enquanto você estiver recitando-a, acredite, assim como é dito mais tarde no texto, que a luz vem de três lugares do guru, da testa, da garganta e do coração, fluindo em seu corpo.

Solicitando as Quatro Iniciações

DAG ZHAN LUE NGAG YID SUM MIN CHING DROL WANG ZHI KUR THOB DRIB ZHI KUN
DAG NAE NAE NGEN LOG PAI LAM NAE DRANG NAE KYANG KYE DANG TSE RAB KUN
TU JE ZUNG SHOG

Eu e todos os outros seres solicitamos as quatro iniciações que amadurecerão e liberarão nossos corpo, fala e mente. Obtendo-as, os quatro obscurecimentos serão purificados. Por favor, guie-nos para fora do caminho errado dos estados de infortúnio nesta vida e em todas as vidas futuras; por favor, apoiem-nos firmemente!

Você e todos os outros seres sencientes são preenchidos com esta luz do arco-íris. Vocês obtêm essas quatro iniciações. Você tem uma forma condensada aqui de uma parte posterior da prática. (Consulte a Seção E:k)

Nesse ponto, se você tiver tempo, logo após o *nae*, você pode fazer a dissolução. O guru vem ao topo de sua cabeça e se dissolve em uma esfera de luz. A esfera é absorvida em seu coração. Seu corpo se dissolve na esfera e então, unida, ela se dissolve no nada. Temos as duas linhas finais, *nae ngen log pai lam nae drang nae kyang/Kye dang tse rab kun tu je zung shog*, que dizem: 'Por favor, proteja-nos desses maus caminhos e em todas as minhas vidas futuras que eu nasça perto de você'.

A visão da iluminação contida no tantra é bem social. Isso porque a ideia geral é que quando você se ilumina você vai e vive na terra búdica de outra pessoa, até você conseguir sua própria terra búdica, mas de qualquer forma, sempre há pessoas por perto. De um modo geral, a maioria dos lamas sempre tem muitas pessoas ao seu redor. Isso é um sinal de status, exatamente como ocorre com um rei -- quanto maior o rei, mais servos lhe é permitido possuir; você deve conhecer a história do Rei Lear e a tragédia do número cada vez menor de sua comitiva -- mas também está enfatizando que a iluminação não é algo que você consegue para si mesmo. A iluminação é simplesmente mudar a articulação que você tem em relação aos outros. Porque somos seres sociais, estamos sempre vivendo em conexão com outras pessoas, e assim a iluminação não é diferente. Uma maneira de dizer isso é que *dharmakaya* é para nós e *samboghakaya* e *nirmanakaya* são para outras pessoas. Ao reconhecer nossa própria natureza nos tornamos livres. Então nos manifestamos para o bem dos outros, fazendo o que eles exigem.

Uma das dificuldades dessas longas práticas é que leva muito tempo para fazê-las. Se você realmente praticá-las, será colocado em um estado ligeiramente alterado, o que quer dizer que, se você tiver que voltar para sua realidade de trabalho, isso pode ser bastante difícil. Mas se entendermos que o princípio central é que usamos a prática para transformar nosso próprio estado e nossa experiência do mundo, então podemos fazê-la de uma forma muito condensada. Se alguém está interessado em futebol, e você menciona o nome de um bom e famoso jogador de futebol, eles ficarão animados muito rapidamente. É o mesmo princípio. Se você estudar o *dharma* e praticar o *dharma* regularmente, será capaz de mobilizar-se para a meditação. Nossa tarefa é fazer o *dharma* por nós, não o *dharma* pelo *dharma*, ou pelo lama, ou por qualquer outra pessoa. O *dharma* precisa estar em uma forma que possamos usá-lo.

Você pode fazer o Grande *Rigdzin* de vez em quando. Se puder, faça-o a cada dia. Caso contrário, você faz o *Rigdzin Curto*. Mas você também pode fazer essa prática na qual, sem quaisquer preliminares, você pode visualizar em um instante *Padmasambhava* à sua frente. Se você não conseguir visualizá-lo claramente, como eu disse antes, você apenas imagina que ele está lá. Então você pode recitar. Dependendo do horário que você tiver disponível, você pode fazer a Prece das Sete Linhas. Você pode fazer o *Mantra Bendza Guru*, se preferir. Ou, mais rapidamente, você pode simplesmente recitar *Om Ah Hung, Om Ah Hung, Om Ah Hung, Om Ah*

Hung, e ao dizer *Om Ah Hung*, as luzes brancas, vermelhas e azuis entram em você. Você toma essas iniciações em um instante. E imediatamente sente uma identificação. Você pode fazer uma dissolução repentina. Pode simplesmente absorver o Guru diretamente em seu coração. Você pode levá-lo para o topo de sua cabeça e depois para baixo. Você pode fazer essa prática durante todo o dia. Pode fazer isso em três minutos.

Então, se você tiver tempo, pode começar logo cedo com a prática do *Rigdzin Curto*, e durante o dia, sempre que você se sentir um pouco perdido ou confuso, ou descobrir que dispõe de um momento, pode fazer esta breve prática de foco e ela o trará de volta. O principal é manter a ligação com a prática porque ela mantém você estabelecido na visão, o que transforma sua experiência. Assim como um alcoólatra profissional, apropriadamente, começa o dia com um bom copo de uísque, e no trabalho vai ao banheiro de vez em quando para dar um gole em uma pequena garrafa, e à noite faz a prática da garrafa cheia, deste modo devemos também procurar alcançar este estado de imersão total em Padmasambhava. Você deve chegar a tal estado que entre este grande gole e o próximo grande gole, você precisa de um pequeno gole. Esta é a verdadeira devoção. Esta é a maneira em que a visão tântrica ganha vida, em que o mantra nunca fique longe dos seus lábios, a visualização nunca saia de sua consciência, e você encontre-se vivendo em uma realidade transformada.

C. SADHANA:

Parte introdutória

A Invocação Introdutória de Padmasambhava

KYAB NAE LU ME KON CHOG RIN PO CHE THUG JE NGA WAI U GYEN PAD MA LA DAG
GI JE TAR SOL WA TAB PA ZHIN NYUR DU DRUB PAR JIN GYI LAB DU SOL

*À jóia preciosa que é meu refúgio inabalável, Ugyen Padma que tem compaixão, eu rezo pela
bênção de que tudo o que eu pedir possa ser rapidamente alcançado.*

DO PONTO DE VISTA OCIDENTAL, este é um verso muito interessante porque diz, 'Precioso Padmasambhava, você é a essência da compaixão, o refúgio inabalável, venha e me dê o que eu quero.' Não é "Venha e me dê o que você quiser", não seja feita a *tua* vontade, mas a *minha* vontade seja feita. É muito importante que na prática tântrica nos incluamos nisso. Esse tipo de texto em tibetano é muitas vezes chamado de *trinley*, que significa atividade.

Uma das grandes batalhas que ocorre muitas vezes na religião monoteísta é a batalha contra a magia. No monoteísmo, porque o poder reside em Deus, Deus decide o que é bom para você. Deus é o pai, e "papai sabe tudo". Considerando que, de acordo com os princípios da magia, em quase todos os países -- eu acho que podemos falar da África, da Ásia e da Europa de antigamente -- há uma correlação ou conexão muito mais clara entre uma atividade que um indivíduo realiza e seu efeito no mundo. Se você faz um determinado tipo de atividade, um certo tipo de resultado virá. Assim, se você colocar água em uma panela e a levar ao fogo, ela vai ferver. Mas se você colocar leite em uma panela e levar ao fogo, e não ficar de olho, ele vai transbordar. A água nunca vai transbordar, mas o leite vai. Se você conhece as qualidades dos

materiais com que está trabalhando, você poderá ver como obtém resultados diferentes ao fazer coisas diferentes.

No budismo tibetano, existem muitos tipos diferentes de deidades, muitos deuses locais diferentes, espíritos e assim por diante, cada um deles com algumas qualidades especiais. Ao aprender sobre as qualidades dos diferentes deuses, você pode fazer uso deles para propósitos especiais. Essa é uma relação técnica, mas o clima tem que ser de respeito e atenção devida aos detalhes.

Se você for ao dentista, ele tem muitas ferramentas e espero que saiba o que fazer com elas. Espero também que o clima seja respeitoso e educado, mas mesmo assim ele vai *ssssss* e *rrrrr*, e então: "Agora me passe o dinheiro!" Mas quando você vai ao dentista não é só o dentista que faz alguma coisa, porque você tem que ficar de boca aberta. Não é uma coisa usual ficar de boca aberta. Você está deitado lá, muito quieto, você não se move muito, mas isso também é participar. Muitas vezes, quando conceituamos uma situação achamos que estamos sendo passivos, mas na verdade estamos fazendo alguma coisa. É fácil cair em um modo de pensar mestre/escravo no qual é como se o mestre fizesse tudo: "O rei construiu seu palácio em cinco anos". Oh, sim? Quem construiu? Os trabalhadores! Mas o papel deles, o esforço deles, torna-se invisível no discurso da hierarquia. Isso obscurece a natureza participativa de nossa dimensão. O que é realmente importante é ver que esse mundo é um diálogo, é uma troca contínua.

E assim você pede a Padmasambhava que algo seja feito. Na verdade, você também pode dizer a Padmasambhava para ele fazer algo. Então você tem que saber o que quer. Se você não sabe o que quer, então não será muito útil. Se você sabe o que quer, mas é muito tímido, isso também não vai ajudar. Se você diz (em voz muito baixa e tímida), "Padmasambhava, eu quero ser um buda para poder salvar todos os seres", é muito importante pensar no que você quer, porque você pode realmente obter aquilo, mas aí o que? Porque, embora na tradição mahayana tenha se desenvolvido a ideia de terras búdicas de forma que quando você morrer é possível nascer em uma terra de Buda, próximo a ser o grande Buda, essa não é toda a história. É a questão da sua visão. Quando você morre, você vai para o céu, se tiver sorte, e você pode simplesmente ficar confraternizando com algum grande deus lá em cima. Então há todos esses querubins, serafins, e também há você lá. Você não precisa fazer nada além de louvar a Deus: "Você é ótimo, você é excelente." Se você se lembra de Elvis Presley, ele também tinha muitas pessoas ao seu redor, dizendo: "Você é ótimo, você é ótimo. Mil dólares, mil dólares." Claro que sabemos que não foi muito bom para Elvis Presley ter essas pessoas em volta dele. Fãs psicóticos são muito perigosos. É muito melhor para um buda ter alguém por perto que possa zombar dele. Você precisa manter a visão da vacuidade e não se deixar seduzir por nenhum ambiente, caso contrário a integração não-dual será ocultada por sua própria prática do dharma.

Isso é importante porque, de outra forma, tudo se torna muito santo, muito sagrado e completamente separado da vida comum. Isso significa que precisamos saber o que queremos. O humor, a felicidade e o riso têm um grande lugar no budismo tibetano, mas ao mesmo tempo a tarefa básica é séria, porque há algo a ser entendido, que é a natureza de nossa própria mente, e com isso vem um compromisso de ajudar outras pessoas a também reconhecerem suas naturezas.

a. Prece das Sete Linhas

HUNG UR GYEN YUL GYI NUB JANG TSHAM PE MA GE SAR DONG PO LA YAM TSHEN
CHOG GI NGOE DRUB NYE PE MA JUNG NAE ZHE SU DRAG KHOR DU KHAN DRO
MANG POE KOR KHYE KYI JE SU DAG DRUB KYI JIN GYI LAB CHIR SHEG SU SOL GU RU
PAD MA SID DHI HUNG

Hung. Na fronteira noroeste da terra de Urgyen / Sobre o caule e o estame de um lótus / Você é aquele que tem as realizações supremas e maravilhosas / Padmasambhava de grande renome / Com um séquito de muitas dakinis ao seu redor / Seguindo e confiança em você, eu realizo a sua prática / Portanto, para conceder suas bênçãos, por favor, venha aqui! / Guru Padmasambhava, conceda-me a realização verdadeira da budeidade!

Essa é uma prece muito famosa, e há inúmeros comentários sobre ela. C R Lama disse muitas vezes que todas as coleções adequadas de *termas*, textos-tesouros, terão esta prece dentro delas. Essa prece por si só pode ser usada como a sua prática inteira. Tulku Thondrup já publicou o comentário de Mipham Rinpoche sobre o texto em *Lotus Branco (13)*, e é algo muito útil de ler.

De um modo geral, esse verso tem a estrutura básica da prática. Ele quer dizer, em primeiro lugar, que este objeto é muito bom, é muito elevado, é muito especial. Então dizemos: “Estou com você” e, em seguida, “Você deve fazer algo por mim”. Esse é o acordo. Acreditamos que é muito eficaz porque Padmasambhava quer ajudar as pessoas. Mas, como vimos anteriormente, não é educado ajudar as pessoas se elas não querem ser ajudadas. Você não pode realmente ajudar as pessoas, seja como for, se elas não quiserem ser ajudadas porque o objetivo do budismo não é mudar o comportamento, mas mudar o entendimento, pois a partir disso uma mudança no comportamento surgirá.

Quando os muçulmanos chegaram à Índia, uma das coisas que eles fizeram bastante foi matar vacas para envolver os hindus no ato de comer, ou mesmo tocar, carne de vaca. Eles matavam uma vaca e espalhavam o sangue em templos hindus. Isso poluía o templo e qualquer um que entrasse em contato com o sangue. Eles forçavam hindus a ficarem cobertos de sangue de vaca, e então outros hindus mais rígidos diziam: “Agora você perdeu sua casta, você nunca vai poder escapar disso”. Tendo perdido sua identidade hindu, eles viravam párias e ficavam, portanto, mais abertos à conversão ao islamismo. Assim, essas pessoas eram forçadas a sair de uma estrutura dogmática para outra. Esse exemplo mostra a vulnerabilidade da identidade religiosa construída na prática ritual, inserida em uma nítida diferenciação de bem e mal, puro e impuro. Tudo o que é criado entrará em colapso com tempo, cada construção composta tem sua própria destruição embutida nele.

A iluminação, por outro lado, não se trata de acreditar em um sistema dogmático, é uma transformação da natureza da experiência. Você não pode transformar a profunda estrutura da experiência de outra pessoa, fazendo algo por ela, se ela não quiser que aconteça. Nós mesmos temos que fazer o esforço, e é por isso que essa prece é muito importante, porque está dizendo que essas duas forças vêm juntas: Padmasambhava, que já é iluminado, e nós, que queremos ser iluminados. Em um nível exterior, Padmasambhava é essa presença poderosa, uma pessoa iluminada, que é diferente de nós, e através dessa prece, pedimos que ele venha e nos dê essa bênção. Em um nível mais interior, Padmasambhava é a nossa verdadeira natureza, que está

oculta de nós. Como frequentemente é explicado, na primeira linha, *ur gyen yul gyi nub jang tsham*, a região noroeste é onde samsara e nirvana se encontram, e o país de Urgyen é dharmadhatu. A verdadeira natureza da realidade está precisamente nesse ponto onde samsara e nirvana estão conectados.

O *pema gesar dong po* (na segunda linha), o lótus, como sabemos, sempre representa a pureza. A pureza natural, *kadag*, e a pureza que se desenvolve através da prática, estão unidas em pureza infinita. Então, a terceira linha, *yam tshen chog gi ngoe drub nye*, indica que todas as boas qualidades estão presentes naquele lugar. Ou seja, se você realizar este estágio, se você realmente se integrar com essa fase, tudo que você precisa estará aí.

Uma das coisas sobre viver em nosso mundo é que passamos por muitos estágios de progressão. Muitas vezes, quando chegamos a um estágio, parece que esse estágio é o último da nossa vida. As crianças pequenas podem ficar muito orgulhosas quando podem sentar-se no penico e vão sozinhas ao banheiro. Então eles olham para baixo e dizem: "Ah, terminei!" A gente vai assim pela vida, por todas essas etapas. Talvez você vá para a universidade e pense: "Ah, agora eu consegui meu diploma, está terminado!" Mas então você tem que conseguir um emprego. Então você tem que aprender alguma coisa mais. Há sempre algo mais, e algo mais. É da própria natureza do nosso mundo nunca chegar a um ponto final seguro enquanto estamos vivos. Você vê isso com Bill Clinton, provavelmente o homem mais poderoso do mundo na época, que foi completamente humilhado. Muitas pessoas ricas, nós sabemos, passam por momentos muito difíceis. Pessoas com muitas grandes qualidades passam por tempos muito difíceis. Mas aqui diz *yam tshen chog gi ngoe drub nye*, você obteve todas essas qualidades e elas não parecem mudar. Por que isso? Bem, em nosso mundo, sempre nos colocamos no cenário, pensando: "Eu tenho essas qualidades. Este sou eu." Essa identificação cria uma falsa noção, como se pudéssemos sustentar algo para sempre como uma posse. Ao passo que, para Padmasambhava, suas qualidades surgem sem esforço, além da apropriação, livres de serem objetos de identificação do ego. Ele não repousa em suas realizações, não repousa em coisa alguma. Integradas à natureza pura da base, todas as qualidades tornam-se seus ornamentos.

Por exemplo, se o rio estiver fluindo, você pode colocar as mãos na água e dizer: "Ah, agora eu tenho um pouco de água". Mas a água está se movendo por entre seus dedos. Tudo é impermanente, e é impermanente porque está fluindo. Não podemos possuí-la, ou domá-la, ou torná-la nossa. É por isso que nossas qualidades sempre mudam. As qualidades que você tem quando é jovem mudam à medida que envelhece. E conforme você envelhece, seu corpo muda muito, e você obtém qualidades diferentes mais uma vez. Essas qualidades, que vemos como sendo nossas qualidades, na verdade surgiram de acordo com o princípio da co-originação dependente. Por exemplo, eu tenho uma amiga, que recentemente ficou um pouco doente e disse: "Mas eu nunca fico doente. Eu sou uma pessoa muito saudável." Mas isso é uma ilusão porque ela está falando como se de alguma forma ela tivesse feito seu próprio corpo e o tivesse feito completamente saudável e está totalmente identificada com isso. Mas ela não tem ideia do que está acontecendo lá dentro. Sua saúde é o acaso de alguma herança genética, ou de seu carma atual.

Esse apego a um senso de eu, a uma auto-identidade, como ocorre quando fazemos a afirmação "Eu sou este corpo, eu sou eu, eu sou assim, eu sou dessa maneira", é chamado de *dagdzin* em tibetano. *Dag* significa 'eu' enquanto *dzin* significa 'segurar' ou 'alcançar'. Posso dizer: "eu tenho este relógio", mas é porque o estou segurando. Se eu parar de segurá-lo, ele

cai. Ter algo, nesse sentido, envolve esforço. Quando coloco o relógio de lado, meu corpo não o segura mais, mas minha mente sim, pois continuo a pensar que este é o meu relógio. Toda apropriação requer determinados recursos. Você pode pensar que tem muitos recursos, mas na verdade você realmente só tem acesso aos recursos por um dado período de tempo. Depois disso, sua relação com as coisas ao seu redor muda. Colegas saem ou se aposentam, bens são quebrados ou perdidos, e seus próprios interesses mudam, de modo que o que era antes considerado precioso agora é jogado fora como lixo.

Então, quando se diz *yam tshen chog gi ngoe drub nye, nye* significa 'ter' em tibetano, mas Padmasambhava não tem essas boas qualidades no sentido de que eu tenho um relógio, porque o relógio vai quebrar ou se perder ou algo assim, ou vou morrer e ir para outro lugar. Suas qualidades são tecidas diretamente na natureza de sua realização dharmakaya. Assim como os raios fluem naturalmente do sol, a tradição nos diz que essas qualidades de Padmasambhava surgem sem esforço da natureza do dharmakaya, que é sua verdadeira natureza imutável, que é o reconhecimento da vacuidade. Claro, é muito difícil representar isso em linguagem, porque nossa linguagem é toda sobre apego material. Padmasambhava é um caminho de realização. Padmasambhava é uma forma de compreender o ensinamento.

A próxima linha diz *pema jung nae zhe su drag*. *Pema* refere-se ao dharmakaya, e *jung nae* significa "uma fonte". Ter um lótus como o lugar onde você surge representa a forma kaya, o samboghakaya e o nirmanakaya. Esses dois aspectos da forma kaya, esses dois tipos de manifestação, juntamente com o dharmakaya, são a unificação da natureza de todos os budas. Essa é a natureza de Padmasambhava.

Isso nos leva à quinta linha, *khör du khañ dro mang poe kor*, que indica que "ao redor desses três kayas tudo está se manifestando". Na tradição indiana, dakinis são deusas de aldeias inferiores que causam problemas. O que é muito importante sempre, na compreensão do dharma, é reconhecer essas diferentes visualizações. Se você misturar tudo, terá uma sopa muito ruim. Quando tentamos entender esse verso em termos da visão da prática, *dakini* não se refere aqui a algum princípio feminino, alguma garota voando por aí. *Kha* é o céu, significa o espaço, significa vazio, dharmakaya e *dro* significa 'ir, mover-se'. O que está acontecendo dentro deste kha, este espaço de iluminação? Todos os pensamentos, os sentimentos, as sensações, a experiência, as experiências que surgem para nós, incluindo a experiência de ser alguém tendo a experiência.

Há muitos acidentes de carro porque as estradas são muito estreitas mas não tem tantos acidentes de avião, porque o céu é muito grande. É assim que é. Na sua cabeça, geralmente, há muitos acidentes de carro. Você dirige na estrada estreita de seu carma com seus pensamentos, seus sentimentos, suas sensações, suas rotas habituais, suas obsessões. Pensamentos e sentimentos juntam-se. Você se preocupa. Você acha que cometeu erros. Mas no grande céu do dharmakaya há muito espaço. Não há estrada, nenhuma estrada no céu, então há espaço suficiente para pensamentos, sentimentos e sensações surgirem e passarem. Essa é a base da meditação. Na prática do dzogchen, você chama isso de *rangdrol*, que é a auto-liberação de tudo que surge. Significa que você mantém o espaço como o meio em que você trabalha, e não essa estrada estreita de sua própria volição auto-identitária. Muito frequentemente, quando surge em nós um pensamento ou uma sensação, é seguido imediatamente por um sentimento: não gostamos de ter esse pensamento ou gostamos muito de ter esse pensamento, e dessa forma esses pensamentos viram um grande engavetamento na auto-estrada. A vida para quando você

fica preso em algum movimento repetitivo. Essa é a estrutura de estados como depressão, agorafobia, alguns dos transtornos psicóticos e assim por diante, onde você fica simplesmente executando os mesmos pensamentos. Não há movimento na vida, os carros estão simplesmente batendo uns nos outros de novo e de novo.

O texto diz *khor du khan dro mang poe kor* que significa, 'neste estado de dharmakaya, sua mente pode estar muito ocupada, você pode ter muita experiência'. Alguém como C R Lama fazia muitas coisas acontecer. Durante todo o dia ele fazia muitas coisas diferentes. Como vimos anteriormente, no tipo de meditação hinayana, tendemos a ver a perturbação do mundo como muito grave e difícil, e por isso tentamos evitar toda essa perturbação tornando nossas mentes muito calmas e pacíficas. Tentamos suspender a atividade mental. Dentro da prática do tantra, por outro lado, tentamos experimentar todos os tipos de manifestações, manifestações físicas, manifestações interativas que normalmente nos perturbariam, tentamos experimentá-las como a dakini, ou como o movimento livre que sai do chão de dharmakaya.

Então dizemos *khye kyi je su dag drub kyi*, 'seguinto você, fazendo a sua prática', o que significa, "integrando nossa compreensão ao estado de dharmakaya." É assim que você segue Padmasambhava. Você não segue Padmasambhava, comprando uma estátua de Padmasambhava. Nós o seguimos, tornando-nos como ele, inseparáveis dele. Seguimos Padmasambhava fundindo-nos em Padmasambhava, identificando-nos com ele. Este é o significado da sétima linha, *jin gyi lab chir sheg su sol*, por favor, venha aqui e nos dê sua bênção. A bênção não é uma coisa que recebemos, mas uma experiência da qual participamos. Se você mantiver Padmasambhava à distância, isso não será tão útil. O propósito de atingir a iluminação é ser útil para outras pessoas. Se você apenas disser a Padmasambhava, "Você é muito grande", isso não será fazer muito bom uso dele. Por exemplo, digamos que você conhece alguém, gosta dele ou dela, e pensa: "Ah, ele (ou ela) é muito legal", e todos os dias você diz a essa pessoa: "Oh, você é tão bonito (ou bonita). Oh, eu realmente admiro você e gosto de olhar para você." Então, em um certo ponto, a pessoa pode pensar: "Bem, por que você não me beija?" Padmasambhava está disponível para o sexo, isso é absolutamente certo. Como nós já vimos, união, fusão é o símbolo, um símbolo sexual para a não-dualidade, para juntar o que está separado. Se você respeitar alguém, você pode permitir que suas qualidades se manifestem no mundo. Não é uma questão de apenas colocá-lo em uma prateleira em algum lugar. Eu faço sua prática. Ou seja, eu vou visualizar você e fazer essa prática de dissolução, e você vem aqui e me dá a bênção. Essa é uma prática de união. Nós usamos o poder da devoção para criar uma espécie de situação magnética, na qual essa força poderosa está lá e nosso desejo está aqui, e quando esses dois se unem temos uma atenção direcionada na prática.

Um dos problemas sexuais masculinos mais comuns é a ejaculação precoce. É normal que todos os homens de vez em quando ejaculem bem rápido, mas às vezes o homem fica um pouco preso nisso, e então prevê que da próxima vez vai acontecer de novo. Essa ansiedade então garante que isso aconteça. De uma maneira semelhante, você pode ter uma meditação prematura. Então você faz o puja, e chega ao ponto em que se dissolve, e... "Aaah, acabou... Oh! Mais uma vez!" Você faz cento e vinte páginas de preliminares, e então... lá se foi! Não é muito satisfatório para você, nem para Padmasambhava. É assim: "Oh, eles tocam esses sinos, eu desço, estou pronto, estou vestido adequadamente, coloquei minhas vestes, estou de bom humor, e aí eles se esquecem de mim! Eles vão texto abaixo sem sequer dizer "Olá", muito menos chegar a me conhecer." É por isso que é muito importante entender qual é o verdadeiro

princípio da prática tântrica. É a transformação do seu senso de auto-identidade através do uso da identificação com a divindade. Esse é o princípio de todo o tantra, e isso requer tempo.

No final, dizemos *Guru Pema Siddhi Hung*. Esse é o mantra, e dá uma validação especial ao que foi descrito. Se fizermos isso de forma dualista, estaremos dizendo: “Por favor, me dê isso agora”. Se fizermos isso de maneira não dual então esse Guru Pema Siddhi Hung está... está aqui ! Simplesmente entramos... está aí.

É muito útil ter muita fé. Você pode orar como uma criança desesperada que perdeu seu pai. Você pode sentir-se só. Você pode chorar. Você pode trazer muita paixão, mas isso é apenas a primeira metade. Você está usando essa intensificação para promover a fusão, e a fusão, no ponto de fusão, exige que você esteja calmo, profundo e claro, caso contrário a emoção irá levá-lo direto para além da abertura.

De um modo geral, os nyingmapas acreditam que esta prece tem muito poder de abençoar, que é uma verdadeira expressão da energia de Padmasambhava, e que, ao dizer essa prece, a ressonância, que é inerente a ela, ajuda a nos colocar em alinhamento com a natureza dos três kayas. Como você sabe, C R Lama acredita muito nessa prece. Ele sempre incentiva pessoas a fazer o maior número possível de recitações da Prece das Sete Linhas.

b. Preces Gerais para a Linhagem

KUN ZANG DOR SEM GA RAB SHI RI SING UR GYEN PADMA JE BANG NYI SHU NGA KA
TER GYUD DEN TSA WAI LA MA SOG DREN CHOG YAB SAE YONG LA SOL WA DEB

Para Kuntu Zangpo, Dorje Sempa, Garab Dorje e Shri Singha, para Padmasambhava e seus vinte e cinco discípulos, ao meu guru raiz que possui as linhagens de kama e terma, e a todos os guias supremos, tanto gurus como discípulos, rezamos.

NAM DAG KU NGA CHOG TU ZUG ZANG WA YE SHE GYAM TSO SER GYI LHUN PO DRA
DRAG PA JIG TEN SUM NA LHAM ME WA GON PO CHOG GYUR KHYE LA SOL WA DEB

*Você cujo corpo perfeitamente puro possui uma forma supremamente excelente,
com uma cor como a da Montanha Dourada (Sumeru), e
cujo conhecimento é como o oceano, cuja fama ilumina os três
mundos, rogamos a você que é o protetor supremo.*

GYAL WA NYID LAE LHAG PAI LUNG NGA ZHING THRIN LAE DZE PA SAM GYI MI KHYAB
PA TEN DANG DRO WAI TSA LAG CHOG GYUR PAI UR GYEN RIN PO CHE LA SOL WA
DEB

*Você cujos ensinamentos são mais excelentes do que os do próprio Jina,
que realiza atividades além do alcance do pensamento, a mais excelente
causa do florescimento tanto da doutrina como dos seres sencientes,
Padmasambhava, nós rezamos a você.*

Todas essas preces são concebidas para criar um clima de devoção e segurança, e a confiança de que no passado as pessoas fizeram esse tipo de prática e obtiveram algum tipo de benefício. Elas estão aí para deixar você no estado de espírito e ajudar a fornecer à sua mente as imagens e histórias desses grandes heróis e heroínas para que permaneçam como inspiração e apoio, criando uma sensação de pertencimento.

Oração ao Guru de Três Kayas

HUNG MA CHOE TROE DRAL LA MA CHOE KYI KU DE CHEN LONG CHOE LA MA CHOE
KYI JE PE DONG LE TRUNG LA MA TRUL PE KU KU SUM DOR JE CHANG LA SOL WA
DEB

Hung. O guru sem artificios, livre de todas as posições relativas, é o dharmakaya. O guru da grande felicidade, o senhor do dharma, é o sambogakaya. O guru nascido do caule do lótus é o nirmanakaya. Nós rezamos aos três kayas de vajradhara.

Essa é considerada uma prece muito poderosa. Ela descreve a tripla natureza dos kayas de Padmasambhava e do nosso próprio guru. É a bênção desses três kayas que é a coisa mais importante para entender. Quando a recitamos lentamente, nós a usamos para nos integrarmos com o estado de dharmakaya descrito na primeira linha. Abandonando o esforço mental, não adotando nenhuma intenção ou posição, ficamos presentes ao que está acontecendo, sem adotar ou rejeitar. É a prece que o próprio C R Lama usava para oferecer sua comida quando estava em casa, por isso tem um lugar íntimo em nossa linhagem. Você pode recitá-la para fazer uma oferenda de alimentos antes de cada refeição. Se você fizer isso para a comida, então no final, em vez de dizer *sol wa deb*, você diz *choe pa bul*, 'oferenda'.

Preces Gerais

RIG DZIN JANG CHUB SEM PAI GONG PA YI GANG ZAG LAE CHAN NAM LA JIN LAB TE
DUE TSOE DI NAE NGAB GYA THA MAI BAR SANG NGAG KA ZHIN DRUB PAI DAM TSIG
CHAN GANG ZAG NYEN KHUNG GYUD PA LA SOL WA DEB

Através da mente dos bodhisattvas vidyadhara, os afortunados receberam bênçãos. Por isso, desde aquela época até os quinhentos anos finais, aqueles guardiões dos votos praticarão de acordo com as instruções dos tantras. Oramos para a linhagem daqueles que ouviram ensinamentos.

O poder da bênção original mantém o ensinamento até os quinhentos anos finais, período durante o qual o dharma começa a desaparecer e a se misturar com falsos ensinamentos. Esse é o período de tempo atual e assim há uma necessidade ainda maior de manter a prática tradicional correta.

DAE PAI SANG GYAE NAM KYI THUG KYI SRAE DA TAR ZHUG PAI SANG GYAE KU YI
TSAB MA ONG SANG GYAE THAM CHAE DUE PAI PAL YON TAN LHUN GYI DRUB PAI LA
MA CHOG DOR JE THOD THRENG TSAL LA SOL WA DEB

O filho do coração de todos os budas anteriores, o representante de todos os budas que permanecem no presente, o poder reunido de todos os futuros budas, o mais excelente guru com magníficas qualidades que surgem sem esforço, Dorje Thod Threng Tsal, oramos a você.

Este verso elogia uma das formas iradas de Padmasambhava, destacando que ele é inseparável de todos os budas dos três tempos, e que seus ensinamentos e práticas não podem ser superados.

TAE PA TSAM GYI DRO NAM WANG DU DUD DIG PA TSAM GYI DE GYED DRAN DU KOL
SAM PA TSAM GYI GOE DOD CHAR TAR BEB UR GYEN GYUD PAR CHE LA SOL WA DEB

*Simplesmente com seu olhar poderoso todos os seres são reunidos.
Simplesmente com sua ordem, as oito classes de espíritos o atendem como servos.
Simplesmente com seu pensamento, tudo o que precisamos e desejamos cai como chuva,
Padmasambhava com sua linhagem, rezamos a você.*

Essa prece destaca o domínio de Padmasambhava das quatro atividades: pacificar, incrementar, intimidar e destruir.

JE TSUN PAD MAI JIN LAB NYER THOB CHING BAE YUL NAE GO JED CHING ZAB TER
TON DRUB PAI WANG CHUG NU DAN DOR JE LA SOL WA DEB SO DAG GYU JIN GYI LOB

Ele ganhou plenamente a bênção de Padmasambhava e, abrindo a porta de uma terra secreta, revelou os profundos tesouros. O senhor dos siddhas, Nuden Dorje, oramos a você para abençoar nossas mentes.

Essa prece à primeira encarnação de C R Lama realça que ele já foi um dos vinte e cinco discípulos próximos de Padmasambhava, em outras palavras, Khe'u Chung Lotsawa, e que através dessa conexão ele prosseguiu para revelar uma importante coleção de termas.

YE NAE RANG RIG DOD MAI CHOE YING SU CHOE KUN NAM PAR DROL WAI GYU
THRUL GYI THA YAE GYAL WAI KHOR LOI GON CHIG PU WANG GYUR DRUB PAI LA
MAR SOL WA DEB

*No dharmadhatu imutável da natureza original de sua mente
todos os fenômenos foram totalmente liberados como ilusões mágicas e assim
ele se tornou o único senhor das infinitas doutrinas de Jina.
Oramos ao poderoso guru siddha.*

Este verso dirige-se à encarnação de Nuden Dorje:

KAL DAN MIN DROL URGYAN LING CHOG TU DE TONG ZUNG JUG OD SAL CHOE NYID
DON NGON SUM TON DZAD ROL WAI DOR JE LA SOL WA DEB SO CHOG THUN NGO
DRUB TSOL

*O afortunado que no excelente reino de amadurecimento e liberação de
Padmasambhava compreendeu a união da felicidade e sunyata, a claridade da condição
natural e pôde demonstrar isso aos outros. Dechen Rolpai Dorje, rogamos a você que nos
conceda os siddhis supremos e os comuns.*

DAM PA DE DAG KUN GYI JE ZUNG ZHING NGUR MIG DZIN PA TUL ZHUG DAM PA YI
GYAL TAN NYIN MOR JED PAI LHAG SAM CHAN TSUL THRIM ZANGPOI ZHAB LA SOL WA
DEB

*Você que é considerado como um discípulo por todos os santos, o mais excelente e
determinado praticante vestido de vermelho; você cujos pensamentos elevados
trazem à luz do dia as doutrinas do Jina,
Tsulthrim Zangpo, a seus pés rezamos.*

Este verso dirige-se a Tulku Tsorlo, o principal professor e guru raiz de C R Lama.

DO GYUD TAN CHOE MAN NGAG ZAB MO YI CHOE NAM GANG LA ZHUE PAI TSA WA
DANG GYUD PAI LA MA MA LUE THAM CHE LA TAG TU GUE PAI YID KYI SOL WA DEB

*O possuidor de todos os profundos dharmas do sutra, tantra, shastras
e as instruções secretas, meu guru raiz e todos os gurus da linhagem
sem exceção, a você, eu rezo sempre com uma mente dedicada.*

GANG ZHIG DAE PAE LA MAI TSOG NAM LA TSIG DI TAG TU SOL WA DEB JED NA DAG
SOG GYUD LA LA MA KHYE NAM KYI YE SHE ZIG PAI JIN LAB JUG PAR SHOG

*Se para vocês, as hostes de gurus, com essas palavras, rezamos sempre com fé que possa
entrar em nossas mentes a bênção de sermos protegidos
Pelos seus conhecimento supremos.*

Então chegamos à prece da linhagem. Mais uma vez começa por abordar o dharmakaya na primeira linha; na próxima linha, ele aborda o sambhogakaya; e então Padmasambhava como nirmanakaya na terceira linha é a inseparabilidade de todos os três kayas.

A prece da linhagem

E MA HO RANG ZHIN KYE ME CHOE KU NAN THA YAE RANG DANG GAG MED LONG KU
CHEN RAE ZIG NYI MED RANG JUNG TULKU PADMA JUNG SOL WA DEB SO CHOG
THUN NGOE DRUB TSOL

*Maravilhoso! Nangwa Thayae, a verdadeira natureza do dharmakaya não nascido;
Chenresi, o brilho natural do incessante sambhogakaya;
Padmasambhava, o nirmanakaya não-dual e auto-existente: oramos
para você conceder as realizações efetivas supremas e as comuns.*

Nangwa Thayae, (sânscrito: Amitabha), é o buda do paraíso ocidental, Dewa Chen (sânscrito: Sukhavati). O principal bodhisattva daquele reino é Chenrezig (sânscrito: Avalokitesvara). Padmasambhava nasceu da letra Hri no coração de Amitabha

LAE CHEN DAG PAI KHOR NGA DROG BAN JE ZAB TER NGA DAG NUE DAN DRO PHAN
LING SANG WAI DZOD DZIN TAM DRIN WANG MOI ZHAB SOL WA DEB SO CHOG THUN
NGOE DRUB TSOL

*O afortunado círculo puro de cinco e Drogban Je, e aquele que tem o tesouro profundo, Nuden
Drophan Ling, e Tamdrin Wangmo que detém o tesouro secreto, aos seus pés oramos para
você conceder as realizações efetivas supremas e as comuns.*

GYAL WAI NYU GU PADMA DON SAL ZHAB SANG DZIN PA WO GYE RAB DOR JE TSAL BI
MA LA NGOE TSUL THRIM ZANG PO DANG KA DRIN KHOR MED TSA WAI LA MA LA SOL
WA DEB SO CHOG THUN NGOE DRUB TSOL

*Para Padma Donsal, o filho de Jina, e Sangdzin Pawo Gyerab
Dorje Tsal, e o verdadeiro Vimalamitra, Tshultrim Zangpo,
e meu guru raiz cuja bondade nunca pode ser retribuída,
imploramos para vocês concederem as realizações reais supremas e as comuns.*

TSA SUM KUN DUE RIG DZIN PADMA JUNG YI DAM GYAL WAI KYIL KHOR LHA TSOG
DANG ZAB TER CHOE KYONG SUNG MA THAM CHE LA SOL WA DEB SO CHOG THUN
NGOE DRUB TSOL

*Padmasambhava, o vidyadhara que compreende todas as três raízes,
e as deidades-caminho das hostes da mandala de Jina
e todos os protetores do dharma e guardiões do tesouro profundo,
imploramos para você conceder as realizações reais supremas e as comuns.*

DE TAR SOL TAB CHOE NYID JEN PAR TOG NANG RIG SAL TONG JA OD THIG LEI KHAM
CHAG TSEN KU DANG YE SHE NGON GYUR NAE KA DAG LHUN DRUB DOD MAI TSAL
DZOG SHOG

*Em harmonia com o que acabei de suplicar, possa a condição natural ser realizada tal como é,
com aparências/idéias, lucidez fundamental e vacuidade, a esfera de luz do arco-íris da
sabedoria, com o símbolo da deidade, os kayas e os conhecimentos prístinos e supremos*

tornando-se claramente manifestados em mim e para mim, devo realmente tornar-me o fluxo de energia primordialmente puro, que surge sem esforço, original e genuíno.

Com a bênção da linhagem, nossa própria natureza nos é revelada, e apenas com isso todos os outros aspectos do ensinamento e da prática tornam-se claros, sem esforço, na grande não dualidade da quietude e do movimento.

O importante de uma prática como uma prece de linhagem é que ela está estabelecendo a autenticidade da produção do ensinamento. Isso significa que se pode ter confiança de que não foi concebida apenas como uma fabricação da mente de alguém, mas é parte de um processo no qual muitas pessoas a realizaram. Assim, tanto se carrega a essência e todo o poder de sua prática, como se prova sua eficácia, porque as pessoas não a fariam a menos que tivesse algum benefício. Isso nos leva ao final da parte introdutória.

D. SADHANA:

Práticas Preparatórias

Vamos então para a parte principal da prática, que começa com

OM BENZA SA MA YA DZA

Cinco cognições prístinas. Mantenham seus votos vajra. Venha aqui!

O USO DESTE MANTRA trará uma identificação imediata com o estado de Padmasambhava, com o estado desses três kayas. O que você vai encontrar nesse tipo de texto de meditação é que há uma pulsação mutável, como uma onda, que o atravessa. Em um momento, temos a prática de nos identificarmos imediatamente com o estado de Padmasambhava e então, no momento seguinte, estamos visualizando-o na nossa frente, e melhor do que a nós mesmos. E essa pulsação segue todo o caminho. Isso é muito importante porque, em nossa experiência comum na vida diária, às vezes podemos ver com clareza, às vezes podemos estar confusos. Frequentemente, quando ficamos confusos, começamos a pensar: "Ah, agora estou confuso", e nos afundamos cada vez mais nesse estado de espírito. Ao permitir a pulsação entre separação e unificação, impedimos que esses momentos sejam colocados lado a lado como dois estados diferentes e começamos a experimentá-los mais como um pulso de energia.

a. A Visualização

HRI RANG DUN CHOE YING PADMA NYI DAI TENG KYAB KUN DAG NYID RIG DZIN
PADMA JUNG DRUB NYE TSEN CHOG GYE DANG RIG DZIN TSOG TSA SUM GYAL WAI
KYIL KHOR DZOG PAR SAL

*Hri. No vasto espaço diante de mim, no topo do lótus, sol e lua,
está a incorporação de todos os refúgios, o vidyadhara Padmasambhava
com as oito formas excelentes que ganharam siddhis e
as hostes de vidyadharas. Assim eu medito claramente*

na mandala completa das três raízes de Jinas.

b. Refúgio e Bodhicitta

HRI DOD MAI RANG DANG KU SUM LA MA JE KYAB KUN DUE PA RANG RIG PADMA
JUNG RIG TSAL TRUL PA KYIL KHOR YONG DZOG LA RANG NGO SHE PAI NGANG DU
KYAB SU CHI

*Hri. O esplendor primordial do louvado guru dos três kayas,
a reunião de todos os refúgios, minha própria lucidez, Padmasambhava:
na mandala completa, na emanção da onda de energia da lucidez,
no estado de conhecimento da minha própria natureza, eu busco refúgio.*

HO DAG ZHAN KUN TAG THRUL PAI CHING PAI DRO THA ME KHOR TSOR JING WAI
SEM CHEN NAM ZUNG JUG RANG NGO SHE PA GYAL WAI ZHING MON JUG DON DAM
JANG CHUB SEM KYE DO

*Ho! Eu e todos os outros somos os seres que estão presos pela confusão da
discriminação reificada, os seres sencientes afundando no oceano ilimitado de
samsara. O reino do jina é conhecer nossa própria natureza de união completa.
Desenvolvemos sua atitude altruísta de intenção iluminada
e praticamos e entramos na bodhicitta absoluta.*

Refúgio é uma prática muito importante no budismo. Todas as diferentes tradições budistas têm algum tipo de prática de refúgio e, em geral, você pode saber a diferença entre um budista e um não-budista no fato deles tomarem refúgio ou não.

Agora, existem maneiras formais de tomar refúgio e maneiras reais de tomar refúgio. Quando recitamos essa prece de refúgio, isso é uma maneira formal de fazê-lo. Dizemos: “Esta é a realidade. Esta é a visão, ou esta é a pessoa, na qual eu confio, em que me refugio. Eu uso você para minha proteção.” Mas isso é uma declaração. Tomar refúgio realmente no budismo, ou no Buda e no dharma, e nas várias coisas sobre as quais falamos, significa que quando você tem um problema em sua vida, você usa o dharma para ajudar a si mesmo com o problema. Em um nível você pode dizer: “O mundo é muito difícil. Coisas ruins vêm do mundo em minha direção, então eu quero ter refúgio no Buda. Por favor, coloque algumas paredes de acrílico entre eu e essas coisas horríveis.” Infelizmente, quando começamos a fazer meditação percebemos que os problemas não vêm de fora. Eles estão vindo de dentro. Então dizemos: “Por favor, Buda, tome um pedaço de acrílico e enfie-o na minha bunda. Separe-me de todos essas coisas más.” Então temos que continuar movendo-o de um lado para o outro quando os problemas surgem, porque o dharma é uma cunha que a princípio temos que introduzir entre nós e os objetos de nosso apego. Nós ficamos enganchados nas coisas que desejamos, nas coisas que queremos, nas coisas que não queremos. Nós ficamos viciados em orgulho, ciúme, e assim por diante. Não podemos colocar algo do lado de fora para nos protegermos disso. Temos que manter essa lucidez do dharma dentro e usá-la momento a momento para lidar com o que está surgindo. Isso é tomar refúgio no dharma.

Por outro lado, tem aquela história: “Oh, eu fui a este lama e tomei refúgio, e ele me deu um nome tibetano, e agora eu faço essa prática, então sou budista.” Isso não é refúgio. Esse é um novo tipo de identidade com a qual você vai ficar apegado. O melhor refúgio está em reconhecer a natureza de sua própria mente. É assim que tomamos refúgio em Padmasambhava. Nós o usamos na prática da meditação como um meio para reconhecermos a natureza de nossa própria mente, de modo que, em um nível relativo, podemos usar a forma externa de Padmasambhava. Nós a visualizamos como uma forma de refúgio porque ela nos lembra que existem outras possibilidades. Em um nível infinito, nos integramos ao estado de Padmasambhava. Nós nos transformamos através da identificação plena com Padmasambhava, e isso nos dá o refúgio direto desse estado de dharmakaya.

Poderíamos dizer, em termos ocidentais, que Padmasambhava é um significante que carrega muitas mensagens. Às vezes Padmasambhava pode ser um herói centro-asiático. Há muitos heróis no mundo. Ele é uma figura heróica. Ele tem todas as características do herói arquetípico. Você pode vê-lo como a pessoa, a figura histórica, que trouxe o budismo tântrico para o Tibete. Você pode vê-lo como essa grande e poderosa figura de iogue, uma manifestação do samboghakaya que tem os oito aspectos, e também podemos vê-lo como essa forma de nossa própria natureza. Geralmente, é útil estar ciente de toda a gama de possibilidades que estão presentes em uma leitura de Padmasambhava e então, de acordo com sua própria situação, você pode se concentrar na visão que será mais útil para você naquele momento. Assim, se você se sentir triste e solitário, pode rezar para uma figura paternal, se quiser inspiração, pode se identificar com a figura heróica, enérgica e, se você quiser se reconhecer, você pode fazer a prática de dissolução e permanecer nesse estado. Nesse refúgio, é para o lama que tem os três kayas como uma manifestação primordial, uma exibição primordial, para a qual nos voltamos. Ou seja, o guru é aquele que está sempre mostrando a integração da sabedoria fundamental e da manifestação.

Talvez precisemos dizer, apenas brevemente, o que são esses três kayas, porque muitas vezes são muito difíceis de entender. Há muitas leituras dos três kayas. Eles não são uma coisa, mas têm muitos entendimentos diferentes e interpretações. Na realidade, os três kayas são uma experiência, um tipo de experiência. Mas para descrever essa experiência, para aprender sobre ela, temos que usar a linguagem, e essa linguagem nos leva para outro mundo. Um mapa não é o mesmo que um território, e a linguagem não é o mesmo que experiência, mas precisamos de alguma clareza na linguagem para obter a experiência. No entanto, até que tenhamos a experiência, a linguagem não será muito significativa. Quando você é novo nessas ideias, muitas vezes pode acabar com um pouco de dor de cabeça, porque parece muito abstrato e complicado.

Diz-se que o Dharmakaya é como o céu. É aberto, não tem forma, nem sabor, nem cor. Quando fazemos a prática de dissolução e entramos nesse estado de luz, e então toda a luz se dissolve, se conseguirmos manter nossa atenção totalmente nesse ponto de luz, à medida que ficamos cada vez menores, vamos nos fundir com esse esse objeto, e dessa forma ele se vai. Nesse ponto sua atenção não tem onde repousar, mas não desaparece. Está lá, mas não está repousando sobre nada. Você tem um amplo sentido de lucidez de abertura, presente em nada. Dentro desse estado, nada está ocorrendo.

E então, algo surge. Esse é um ponto muito, muito importante para os meditantes e se você não entender bem a visão, você pode se tornar muito estúpido aí. Algumas pessoas imaginam que este estado aberto de dharmakaya, porque é descrito no texto como sendo sua verdadeira

natureza, é algo em que devem permanecer por um longo período de tempo sem que nada mais aconteça, e assim pensam que não ter pensamentos, sensações ou sentimentos é uma boa conquista. Mas se você não tem nenhum pensamento, isso é simplesmente um estado de ausência de surgimento da lucidez e, em um nível polêmico, isso é o que os budistas dizem que Shiva faz no topo do Monte Kailash. Shiva é o grande inimigo no tantra budista. Algumas deidades budistas estão dançando sobre Shiva. Não porque os budistas não gostam dos hindus, mas porque no sistema budista pensa-se que a compreensão de Shiva envolve um estado de ausência de lucidez, uma espécie de grande nada que é o resultado da yoga. Yoga envolve segurar, recuar, sem excitação, acalmar tudo, e manter esse estado. Mas, mais cedo ou mais tarde, os pensamentos voltam. Como, naturalmente, nós acreditamos em renascimento, então mesmo que você morra, os pensamentos voltam. Por isso o samsara é tão horrível. Você não pode se libertar dele cortando seus pulsos. Você não pode se libertar dele com uma overdose. Os budistas diriam que Shiva tentou uma overdose, uma overdose de meditação. Então, quando ele acordou no pronto-socorro, “Mahadev, o que você está fazendo aqui?!”

Na visão budista, porque estamos implicados com a não-dualidade, não separamos a vacuidade, ou a abertura, da manifestação, são inseparáveis. É claro que, a princípio, sabemos muito mais sobre a manifestação do que sobre a vacuidade, logo temos que tentar praticar muito para obter a experiência da vacuidade. Mas o objetivo não é a vacuidade, é a integração da vacuidade com a manifestação. Isso é atingido através do estado dharmakaya no qual, quando nossa lucidez repousa na vacuidade e quando os pensamentos surgem, somos capazes de experimentar diretamente que sua origem é a vacuidade. O grande problema é que, se você mantiver sua mente calma e um pensamento surgir, se você experimentá-lo como vindo de algum outro lugar, sua meditação não irá a lugar nenhum. Este é realmente o grande problema. Isso é o que acontece na maioria das vezes em nossa meditação. Somos perturbados por pensamentos e tentamos controlar o pensamento.

É por isso que dizem que no dzogchen há uma base e dois caminhos. A base é a inseparabilidade da vacuidade e da lucidez. Tudo surge deste solo da vacuidade. Se você reconhecer o solo da vacuidade, essa é a experiência do nirvana. Se você pensar, no momento em que a manifestação surge, que ela está vindo de algum outro lugar ou é auto-existente e está separada da base, isso é samsara. Quando se compreende a diferença, então o significado de samboghakaya e nirmanakaya se torna mais claro. Samboghakaya é a riqueza da manifestação. Vem na forma de som, e raios, e luz, e desenvolve-se na meditação como os raios de luz de cinco cores saindo na sílaba semente, como veremos mais tarde.

A segunda linha do tomar refúgio está dizendo que Padmasambhava é *rang rig*, a natureza de nossa própria mente, lucidez auto-existente, que é a unificação de todos os refúgios. Temos que lembrar que o budismo, esse budismo tântrico, surgiu na Índia em uma cultura basicamente hindu, upanishádica tardia. Essa era uma cultura com muitos deuses, e assim o budismo desenvolveu muitos deuses e muitos métodos. Nós, por outro lado, somos de uma cultura monoteísta. Nós temos visto repetidas vezes neste texto a frase *kyab nae kun due pa*, ‘todos os refúgios estão aí em uma forma’. Isso porque os tibetanos têm muitos refúgios. Nós não temos tantos refúgios, mas os tibetanos têm muitos, muitos, muitos, muitos, muitos deuses e coisas que eles usam para diferentes propósitos. O que o texto está sempre tentando dizer é: “Não disperse sua energia. Não torne essas diferentes divindades em entidades. A natureza delas é a mesma. Se você orar para uma, você obterá a bênção de todas as outras.” Os próprios

tibetanos têm o ditado de que, na Índia, os iogues fazem uma prática e se iluminam, mas no Tibete mesmo quem faça uma centena de práticas não se ilumina. É por isso que, se você andar com lamas tibetanos você fará muitas, muitas, muitas, muitas práticas, porque é o que eles têm, e como todas as práticas são boas ninguém vai jogá-las fora. Mas o principal é entender a natureza da sua mente.

Em seguida, continua a dizer o texto: 'tomamos refúgio no estado que reconhece nossa própria natureza nessa mandala infinita, que é a manifestação da energia de nossa própria mente.' Se você não tivesse mente, você não estaria preocupado com Padmasambhava. Você tem uma mente, e então você aprende algo sobre Padmasambhava. Onde está Padmasambhava? Você pode dizer que ele está em Zangdopalri. Onde fica Zangdopalri? Onde fica Freiburg? Naquela direção. Onde é aquela direção? Ah, é logo depois do morro. Onde está o morro? Essa é a pergunta mais importante. Se você acha que a colina está fora de sua mente, você tem um problema em entender essa prática. Como podemos ver, a colina é tanto um conceito como uma experiência. Ao nível do conceito, a colina está lá fora, coberta de neve, e eu estou aqui, bem aquecido. Ao nível da experiência, a colina está em minha mente. As coisas se inverteram, não? Normalmente pensamos: "Ah, o morro é um conceito em minha mente, mas a experiência real da colina está fora dela."

Essa segunda versão existe porque não entendemos nossa própria experiência. Não olhamos para a natureza da fenomenologia do nosso próprio ser. Quando examinamos a natureza de nossa mente, descobrimos que não há outra fonte de experiência do que a natureza da própria mente. Se você realmente entende isso, é muito interessante estar em um automóvel, porque o automóvel está se movendo em sua mente. Não se trata de uma filosofia idealista. Não está dizendo que tudo é apenas uma ideia fantasma. Está dizendo que a mente também é o local de manifestação do material, porque o material é a energia dos cinco elementos. Essas duas linhas dizem que esta mandala de Padmasambhava é a energia de nossa própria mente. Padmasambhava é um aspecto de nós. Nós somos um aspecto de Padmasambhava. Esse é o refúgio que tomamos, como diz a última linha, tomamos essa visão e é assim que tomamos refúgio – na visão.

Por exemplo, posso dizer que vou sentar neste tapete ao sentar nele. Eu tomo refugio na natureza de minha própria mente estando em minha própria mente. De que outra forma você vai tomar refugio em sua própria mente? Uma vez que seu traseiro está no tapete, não há nada mais para o seu traseiro fazer. Você não precisa ficar se levantando para ver se está sentado. É um dado inquestionável que seu traseiro está sobre o tapete. É o mesmo com o reconhecimento da natureza de sua própria mente. Mas se você imaginava que sua mente ia ficar diferente de como ela é, mesmo quando você está lá, vai continuar procurando por outra coisa. É por isso que dizem ser muito difícil para os intelectuais se tornarem iluminados. Ainda assim, todos os grandes lamas nyingma são intelectuais. C R Lama era um grande intelectual. O que se precisa fazer é saber quando buscar conhecimento e quando buscar a lucidez, e que os dois (até você ter muita experiência) são muito difíceis de reunir. Portanto, o coração deste refúgio é confiar que você mesmo, neste momento, exatamente agora, tem tudo o que é necessário para a iluminação. Você não precisa ir a qualquer outro lugar para encontrar a iluminação. Você não precisa desenterrá-la no jardim, comprá-la em uma loja, rezar para alguém por isso. Está aí.

Agora, apenas como um ponto final em relação a isso: pode parecer uma ideia muito boa, "Oh, já está aqui." Mas estamos nos movimentando há muito tempo, então há intenção, há impulso.

Seguimos sem equilíbrio. E se alguém diz: "É exatamente aqui" é muito difícil parar, porque queremos continuar. Este conjunto de impulsos ou ímpetos é o que tradicionalmente chamamos de carma. Por isso, embora o que discutimos aqui seja a visão do dzogchen, usamos uma prática de tantra, que é visualização, preces, música, sinos e mudras, porque essas atividades nos permitem manter o ímpeto de querer fazer coisas, de estar dinamicamente corporificados, e dirigir esse movimento na direção da realização dos três kayas agora. Se você estiver dirigindo no gelo e o carro começa a escorregar, o impulso pode ser pisar no freio, mas isso não vai funcionar. O que você tem que fazer é deixar o carro seguir até mesmo acelerando-o para obter um pouco mais de energia. Então usamos a prática do tantra para mobilizar todas as energias que poderiam nos desviar do curso. Ao gerenciá-las habilmente, usamos essas energias para nos manter na direção certa.

Agora vamos nos voltar para uma breve consideração da bodhicitta. A bodhicitta em si significa uma mente iluminada, uma mente desperta. A mente iluminada tem como qualidade, um movimento para fora, um gesto para o mundo que podemos chamar de compaixão. É essa mente que tentamos desenvolver. O que nos auxilia a ajudar outras pessoas é ter alguma compreensão rápida de por que elas sofrem. De um modo geral, do ponto de vista budista, todo sofrimento surge do apego. Se alguém vier e lhe disser: "Oh, minha mãe acabou de morrer e me sinto muito infeliz", não é muito útil dizer apenas: "Ah, você não deveria ser apegado." O apego é o que nos torna humanos. De um ponto de vista budista, o ser humano não é grande coisa. Na tradição cristã, Deus faz o mundo e o dá aos seres humanos como os senhores da criação. Mas, do ponto de vista budista, você nasce humano por causa de uma mistura de orgulho e desejo. Ser humano é simplesmente um hotel temporário em que você está hospedado. Ser um bom humano não é do que trata a vida, ser iluminado é o ponto. As pessoas que se iluminam não são humanas porque realmente nós não somos humanos. A grande nave espacial de Zangdopalri enviou todos nós para aqui. É assim. Vivemos não apenas nos resquícios de uma cultura cristã mas em uma cultura fortemente humanista, e o humanismo é muito poderoso. É a base da nossa democracia liberal burguesa. É a base da educação gratuita e assim por diante. Diz-se que todos os seres humanos têm certos direitos básicos e os seres humanos são seres incrivelmente maravilhosos. No budismo não é realmente assim que entendemos porque vemos tudo como manifestações de acordo com causas, e a causa de ter um nascimento humano é certa virtude feita no passado, mas também muito apego, e tudo acompanhado de confusão.

O Buda é capaz de fazer duas coisas bem: ele pode confortar e pode despertar. Isso também é o que um bom terapeuta tenta fazer. Ele ou ela tem que confortar o paciente, dar-lhe uma sensação de segurança e proteção, mas ao mesmo tempo acordá-lo um pouco. Se for muito reconfortante causa sonolência; se for confrontador demais pode ser um pouco duro e confuso, e então haverá uma reação a isso. É o que tentamos desenvolver nesta abordagem prática: ter um coração caloroso, ternura para com as pessoas, mas também uma leitura muito clara dos impedimentos estruturais que mantêm as pessoas amarradas a seus apegos e o poder dos cinco venenos, e assim por diante. É por isso que, no budismo tibetano, há muitas histórias agradáveis e doces sobre o que Tara fará por você, e como tudo é muito suave e agradável. Todos precisamos de algumas histórias reconfortantes às vezes! Mas também precisamos praticar alguma meditação real, examinando a natureza de nossa própria mente. Só podemos fazer isso se estivermos acordados e bastante afiados, e soubermos o que estamos fazendo. Então aqui se diz: 'Eu e todos os outros seres que vagam sob o poder de conceitos, e confiando

neles, estamos presos a essa dimensão dolorosa do samsara por um tempo muito longo, por um tempo infinito. Essa é a nossa situação." E o que isso também diz é que os conceitos nos ligam ao samsara. Você não pode ser liberado por um conceito. Mas os conceitos podem ser úteis. Você pode usar o conceito, e então ele começará a talhar alguma liberdade para você. Os tibetanos dizem que você pode usar manteiga para amolecer couro. Você pode usá-lo para deixar o couro mais flexível e trabalhar nele, mas se você mantiver a manteiga em uma bolsa de couro, a bolsa de couro ficará dura e quebradiça. Isso ocorre também com o dharma. Se mantiver o dharma dentro de você como uma massa de conceitos e conhecimento, isso o tornará duro e quebradiço, você apenas vai querer se mostrar para outras pessoas e ser o sabichão. Em vez disso, deveríamos estar usando o dharma para esfregá-lo em nossa vida diária e dessa forma suavizar nossa natureza, de modo que quando nos descobirmos ficando rígidos ou cheios de suposições, a compreensão dármica nos tornará mais flexíveis, mais ternos, mais atenciosos.

A oração da bodhicitta diz *zung jug rang ngo she pa gyal wai zhing*. *Zung jug* significa "união" e é usado para descrever união sexual, inseparabilidade. Com essa união reconhecemos nossa própria natureza. Ou seja, sujeito e objeto precisam se unir. Enquanto existirmos como um sujeito que se relaciona com objetos como algo separado de nós, não podemos reconhecer nossa própria natureza. É somente quando reunimos sujeito e objeto em um ponto e permitimos que esse ponto se dissolva, que começamos a ver. Então queremos levar essa compreensão para todos os seres sencientes, e é por isso que desenvolvemos essa intenção de despertá-los.

A melhor maneira de ajudar outras pessoas é fazer meditação, porque se estamos tóxicos, ou na linguagem comum, dizemos estar cheio de merda. Estamos todos cheios de merda. Isso é o que os cinco venenos significam. O veneno não é doce. Você não vai a uma pastelaria para comprar veneno. Você sabe, somos pessoas muito legais. Podemos até ter alguns amigos, e podemos encontrar pessoas que gostam de nós, e assim por diante, e fazer algo para ajudar outras pessoas, e com base nisso podemos pensar: "Ah, tudo bem, não sou uma pessoa tão má". Mas do ponto de vista do dharma, quando fazemos meditação e olhamos em nossa própria mente, vemos como estamos distraídos, como estamos confusos. Esses cinco venenos — estupidez, desejo, raiva, ciúme e orgulho — são muito poderosos em todos os seres e nos tornamos bons mentirosos e trapaceiros porque somos capazes de nos disfarçar de nós mesmos e, às vezes, de outras pessoas, o quão cheios de merda somos. Uma das coisas que CR Lama costumava dizer muito sobre ele mesmo era: "Eu sou o mentiroso número um, o trapaceiro número um." Se quisermos dizer *kye gi je su da droga kyi* e quisermos fazer como o Rinpoche, então devemos dizer isso também e até participar de uma competição de bundas, porque se você fizer amizade com sua própria merda, então você pode começar a reciclá-la, pode se tornar um pouco ecológico. Isso é do que se trata o tantra. Mas se você não sabe o que é merda, não tentará reciclá-la; você vai imaginá-la como sendo flores e colocá-la na mesa de jantar.

O primeiro princípio, sempre, é não fazer mal, e o segundo princípio, tentar ajudar os outros. Na verdade, eles são a mesma coisa. Se você se arrumar, se você parar de se encher desses venenos, se você desenvolver alguma clareza, sem esforço você vai ajudar outras pessoas.

Muitos de vocês conhecem Milarepa, que mais tarde em sua vida teve muitos alunos em torno de si. Eles viviam em algumas cavernas, bem acima de um vale. Um dia, os alunos foram a Milarepa e disseram: "Oh mestre, lá no vale muitas pessoas estão sofrendo e temos praticado há muito tempo. Não deveríamos ir ajudar essas pessoas?" E Milarepa disse: "Oh, você acha que se você passar mais cinco anos fazendo meditação, quando terminar não haverá mais

ninguém no vale?" Sempre há pessoas sofrendo. O fato de as pessoas estarem sofrendo não significa que devemos correr para ajudá-las se não soubermos o que estamos fazendo.

Um amigo meu estava dirigindo na Suíça e houve um acidente de carro em sua frente. Ele correu e descobriu que havia uma garotinha na frente. A janela tinha quebrado, e um limpador de pára-brisa tinha atravessado a garganta. Ele pegou seu canivete suíço e a libertou. Felizmente ele era um pesquisador de zoologia acostumado a enfiar coisas ridículas no pescoço dos macacos. Ajuda se você souber o que está fazendo. Eu acho que eu, com um canivete suíço, provavelmente teria desmaiado e a esfaqueado. É um princípio muito importante trabalhar sobre si mesmo primeiro e ganhar clareza. As pessoas estão muito interessadas em ajudar, todo mundo quer ajudar e fazer alguma coisa, mas antes de tudo temos que entender qual é a estrutura do problema. Se você apenas pegar um mapa do problema, pode chegar a uma solução muito rápida, "Ah, você faz isso e aquilo", mas uma vez que você começa a olhar para dentro de si mesmo, você percebe que isso o mapa não mostra muito. Você percebe o quão ferrado você está, o quão confuso você está, o quão facilmente você se distrai. Então você se torna um pouco mais humilde ao pensar que pode ajudar outras pessoas. E como isso é importante.

As Acumulações de Mérito e Sabedoria

HRI RIG DZIN GYAL WAI LHA TSOG CHEN DREN SHEG CHOD BUL NYE SHAG YI RANG
CHOE KHOR KOR MI DA TAG TEN GE WA YONG LA NGO DRO KUN RIG DZIN GYAL WAI
SA THOB SHOG

Hri. Convidamos a reunião divina de todos os vidyadhara jinas.

Por favor venha aqui! Apresentando oferendas, confessando nossas faltas, regozijando-se com a virtude dos outros e solicitando ensinamentos do dharma, suplicando por fontes de refúgios para sempre estarem aqui e nunca partirem, oferecendo virtude a todos, dessa forma todos os seres devem alcançar o estágio de vidyadhara jinas.

Esse é o método dos sete ramos para acumular virtude rapidamente. Baseia-se no método de prática desenvolvido pelo bodhisattva Samantabhadra. Se você tiver tempo, você pode recitá-lo lentamente e fazer cada parte da prática em detalhes. É muito saudável e equilibrador.

c. Rompendo o Limite

HRI DAG NYID YE NAE RANG JUNG HE RU KA TSAM CHOD THRO CHUNG TRUL PAI BAR
NANG GANG DI NA GYU ZHING TSE WAI NOD JED GEG CHOD JIN DOD YON TOR MAI
TSIM GYI LA

*Hri. Desde o início eu tenho sido o heruka auto-existente,
e emana os contornos de pequenas formas ferozes, enchendo o céu.*

*Os encrenqueiros yakshas e obstrutores nos rodeiam
Eu os gratifico com o objeto sacrificial manifestando oferendas e presentes
que têm todas as qualidades desejáveis.*

NAE DIR MA DUG RANG NAE DE WAR DENG MI DRO DUG NA LHA NGAG TING DZIN GYI
TSON CHA ME YI DUL DU LAG PAR JED HRI BENZA GU RU DAK KI KROTA RA DZA NOE
JED JUNG PO MA RA YA PHAT PHAT

Portanto, vocês não devem ficar aqui, devem prosseguir alegremente para seus próprios lugares. Se vocês não forem embora, e permanecerem aqui, então com a forma da deidade-caminho,

mantra e samadhi, por armas e fogo eu os reduzirei a pó.

*Hri. Vajra guru, dakini, rei da forma irada -- yakshas e bhutas
devem ser mortos. Corte! Corte!*

Com isso, entramos em território realmente tântrico. Em uma igreja cristã, se for uma igreja católica, em frente ao altar você tem o trilho, e ele estabelece a separação entre o espaço sagrado onde está o padre, onde a descida na hóstia ocorre, e onde o sacerdote leva a hóstia até a barreira, e o outro lado, onde as pessoas comuns, após a confissão, chegam ao trilho para receber a hóstia. Quando fazemos uma visualização da mandala o que estamos fazendo é estabelecer um espaço sagrado e por isso precisamos demarcar um limite para dizer: "Coisas ruins por fora, coisas sagradas por dentro". Por sorte estamos incluídos nas coisas sagradas!

Começamos com a visualização: *desde o princípio eu tenho sido o heruka auto-existente*. Um heruka é uma forma irada do Buda. Isso quer dizer que a nitidez e a clareza da sabedoria estão sendo mobilizadas com energia para fazer a diferença, e ao manifestar essa forma vamos assustar e intimidar os demônios. É por isso que temos que ter chamas e asas e ser coberto de peles de elefante, peles de tigre, sangue e assim por diante. Quando eu era criança, gostava de assistir luta livre na televisão, e muitas vezes eles usavam máscaras pretas muito grandes, é isso que fazemos aqui. É muito melhor se você puder assustar as pessoas e fazer com que elas fujam, do que se você disser: "Por favor, vá" e depois elas baterem em você. Essa é a realidade.

O princípio aqui é estar tão cheio dessa energia que não haja questão, não haja dúvidas. É como ser o segurança de um clube. Ele apenas sussurra: "Ah, acho que você não vai entrar", e então seu tórax se infla. Isso é o que temos de ver. O tantra opera sobre princípios humanos. Nós entendemos o que isso significa. Você não tem que ser educado. Você terá que ser muito firme, muito direto, não está em discussão. Não, esta é a instrução: "Foda-se!" De você irradiam muitas dessas pequenas pessoas raivosas, que empurram todo mundo para trás. Também estamos dando a eles um pouco de *torma*, damos a eles um pequeno bolo. "Você não pode vir à festa, mas aqui está uma coisinha para você."

Essa é a forma externa. O importante nisso é que aqui novamente temos um drama, mas é um tipo diferente de teatro. Nele você aparece como uma pessoa perigosa. Eu poderia imaginar, olhando ao redor, que muitas pessoas aqui acham muito difícil serem perigosas. Provavelmente alguns de vocês têm a experiência de serem simpáticas e simpáticas e simpáticas, e então de

repente explodem. O que esse tipo de prática faz é nos ajudar a manifestar instantaneamente clareza, uma clareza muito nítida e efetiva. Tornar a situação simples, e fazer isso logo, não esperar até que essas pessoas entrem e estraguem a festa. Elas vão ficar em um canto, bebendo toda a bebida, passando a mão na bunda dos outros. É difícil. Melhor mantê-las do lado de fora. Esse é um princípio básico da vida, não? Mas também sabemos que muitas vezes cuidamos disso tarde demais e tudo fica complicado. Fica misturado. Então é muito bom mobilizar energia, e é isso que o tantra faz. Mostra-nos, muito rapidamente, formas de mobilização em diferentes estados de espírito, atitudes com modos de ser totalmente distintos e podemos usar essa energia de forma intencional, com algum tipo de clareza sobre o assunto, e não de forma reativa. Pois, uma vez que estivermos preparados por dentro para uma situação em que estamos um pouco fora de controle, para evitar isso, diga a eles: "Ouçam, não fiquem aqui. Vão para outro lugar. Se vocês ficarem aqui, eu vou chutar vocês para fora." Isso tem que ser dito. Assim é a vida. Clareza e distração precisam ser separadas.

Os mosteiros no Tibete têm cachorros grandes do lado de fora e muros altos, por causa dos bandidos. Quando os bandidos chegam, eles matam as pessoas. Os ladrões no Tibete eram assassinos, você sabe. Eles tiravam suas roupas, em um frio glacial no meio do nada, e o faziam vagar nu. Existem pessoas más no mundo e no Tibete não havia força policial. Você não poderia simplesmente telefonar, "Olá, venha rapidamente." Esse é o problema. Especialmente porque o demônio não está lá fora. O demônio já está aqui dentro. Você está tentando tirar ele de dentro de você. Não há policial no mundo que possa fazer isso por você, então é isso que fazemos aqui.

O Mantra dos Quatro Hung

OM SUM BHA NI SUM BHA NI HUNG GRI HA NA GRI HA NA HUNG GRI HA NA PA YA GRI
HA NA PA YA HUNG A NA YA HO BHA GA WAN BENZA BI DYA RA DZA YA HUNG PHAT

*As cinco cognições prístinas. Bata e queime, bata e queime!
Pegue e esmague, pegue e esmague! Pegue outros, pressione-os e
amarre-os! Pegue outros, pressione-os e amarre-os! Faça aos outros!
Bhagavan, rei da lucidez natural indestrutível, faça isso!*

No tantra existem muitas práticas que são cortantes, difíceis e afiadas. Por exemplo, na prática de *chod* usamos muito a sílaba *phat*. No ensinamento de dzogchen também usamos muito *phat*. Ela é projetada para cortar, recortando um vão no fluxo de seu pensamento para que você tenha algum espaço. Quando fazemos um pouco dessa prática, realmente ajuda se pudermos levá-la a sério. Se percebermos como somos demoníacos, e quão demoníacas outras pessoas podem ser e como, talvez, existam espíritos perigosos no mundo, então entramos nessa prática de uma forma poderosa. Se você morasse em Grozny, na Chechênia (14), neste momento, você adoraria ser capaz de se transformar em um heruka. Esta é a situação. Devemos pensar: "Agora estamos tentando sair do samsara. Samsara é um lugar muito difícil e perigoso, e essas pessoas estão vindo para nos causar problemas. Se eles nos causarem problemas, ficaremos perturbados, então nunca sairemos do samsara. Esta é nossa última chance! Isso é importante!"

A menos que isso se torne importante e poderoso, como realmente vai transformar alguma coisa?

Agora temos essas pessoas más por aí. Elas foram embora, mas nós conversamos e dizemos: “Ouça, querida, acho que deveríamos instalar uma cerca eletrificada e algumas dessas belas luzes brilhantes. Então estaremos seguros.” Por isso fazemos o círculo de proteção. Dizemos: “Acima e abaixo, e ao nosso redor, há essa tenda muito poderosa, com diferentes tipos de armas, que nunca pode ser destruída, e que se manifesta de uma forma muito poderosa para afastar todos os tipos de demônios.”

HRI TENG OG TSON CHA NGA YI GUR KHANG DU ZHOM MED SUNG WAI KHOR LOR
LHUN GYI DRUB LHA DRE MING MED NYAM NYID CHOE YING LONG KHOR DAE ROL WA
CHEN POR TSAM CHOD DO BENDZA RAKSHA

*Hri. Acima e abaixo há um dossel completo com as cinco armas,
formando o círculo protetor indestrutível que surge sem esforço.*

*Na perfeita igualdade do dharmadhatu onde não há nem mesmo o
nome de deuses locais e demônios eu rompo a fronteira da natureza ilusória e idêntica entre o
samsara e o nirvana. Essa proteção é muito forte!*

Eu penso que seria justo descrever esse aspecto da prática como dual. Ou seja, nesse momento você não está tentando integrar o demônio à sua própria natureza, você está tentando mantê-lo fora. Novamente, podemos ver esse movimento na prática entre não dualidade e dualidade, e ele apenas pulsa para trás e para a frente. Tendo colocado esses demônios exteriores para fora e fazendo esse muro para tornar o local seguro, temos que lidar com o demônio interior, então fazemos a prática de purificação.

d. Confissão

HRI RANG RIG RANG JUNG RIG DZIN KYIL KHOR DU RANG NGO MA SHE LOG TOG NYE
TSOG KUN RANG ZHAG NYAM PA CHEN PO CHOE KUI LONG RANG DROL DZIN MED
NGANG DU ZOD PAR SOL BENDZA SA MA YA SHUDDHE AH

*Hri. Na mandala de vidyadhara auto-existente de minha própria
lucidez genuína, por toda a acumulação de falsos entendimentos e falhas
decorrentes de não conhecer minha própria natureza, dentro da
grande equidade naturalmente persistente do dharmakaya, no estado de auto-libertação livre
de apreensão, peço para ser perdoado. Meus votos vajra são puros em sunyata.*

OM GURU PADMA SA MA YA MA NU PA LA YA GURU PADMA TE NO PA TI SHTA DRI DHO
ME BHA WA SU TO KYIO ME BHA WA SU PO KYIO ME BHA WA A NU RAKTO ME BHA WA
SAR VA SIDDHI MA ME PRA YA TSA SAR VA KAR MA SU TSA ME TSI TAM SHRI YAM KU
RU HUNG HA HA HA HO BHA GA WAN SARVA TA THA GATA GURU PADMA MA ME
MUN TSA GURU PADMA BHA WA MA HA SA MA YA SA TWA AA HUNG PHAT

As cinco cognições prístinas. Guru Padma com o poder de ser forte em seus votos. Você deve me proteger e todos os que seguem você e confiam em você! Guru Padma, você deve me ouvir! Você deve cuidar de mim! Você deve pensar em mim. Por favor, purifique todos os meus pecados. Você deve pensar fortemente em mim. Você deve ficar comigo e não se separar de mim. Conceda-me todas as realizações reais. Você deve fazer todas as ações necessárias! Todos os traços cármicos sutis que vivem no meu coração devem se tornar vacuidade. Dê-me o dharmakaya, sambhogakaya, nirmanakaya e svabhavikakaya. Vitorioso, você é como todos os tathagatas. Guru Padma, por favor, mantenha-me forte. Guru Padma. Grandes votos. Devemos obter realizações. Devemos obter a realização de nossos votos.

OM SA MA YA AA SA MA YA HUNG SA MA YA BEN DZA SA MA YA DAG ZHAN GYI TSE
RAB KHOR WA THOG MA ME PA NAE SAG PAI DIG DRIB NYE TUNG DRI MAI TSOG THAM
CHE TSA WA NAE JANG ZHING DAG PA JIN GYI LAB TU SOL

*Votos de corpo: perdoem meus lapsos. Votos de fala: perdoe meus lapsos.
Votos de mente: perdoe meus lapsos. Votos Vajra: perdoe meus lapsos.
Eu e todos os seres, em todas as nossas inúmeras vidas anteriores, acumulamos pecados,
obscurecimentos, faltas, manchas e causas para recair em estados de tristeza.
Todas essas coisas pedimos para que você limpe desde a raiz e assim nos abençoe com
pureza.*

HRI AA LA LA HO BHA GA WAN SA MA YA HO SA MA YA STOM DZA HUNG BAM HO

Hri. Maravilhoso. Bhagavan, mantenha seus votos. Dê-nos bênçãos de acordo com seus votos! Venha! Venha!

Fazemos uma confissão na qual tomamos consciência das várias faltas e coisas más que fizemos. Mas essa é uma confissão muito bonita, porque significa dar uma explicação de por que fazemos as coisas. Não fazemos coisas más porque somos maus. Tornamo-nos maus fazendo coisas más. Isso é importante, porque se entendermos por que fazemos coisas más, deixaremos de criar essa sensação de “eu sou mau!” Nossa natureza interior, nossa natureza real, é pura. Nós queremos dissolver todos os pensamentos falsos e enganosos que surgem do não reconhecimento de nossa própria natureza de dharmakaya, e neste estado de reconhecimento da qualidade do dharmakaya, queremos autoliberar todos esses obscurecimentos, permanecendo livres do apego a eles. O que é realmente importante aqui é a idéia de autoliberação. Não temos que afastar nossas falhas, porque o princípio geral é, se eu empurrar uma superfície, a menos que essa superfície afunde, ela exercerá uma pressão igual e oposta de volta. Nós aprendemos isso na escola, em Física. É o mesmo princípio com essas emoções. Se você tenta afastar suas emoções, você se envolve com elas, e elas se fortalecem com o seu interesse nelas. Quanto mais tenta se controlar e se restringir, mais pressão se acumula interiormente. Você acha que isso é real? Essa é uma solução que só funciona a curto prazo,

porque mais cedo ou mais tarde, essa energia da repressão ricocheteará. Como um bumerangue ou como uma mola, ela retornará.

Na prática budista, não nos flagelamos, dizendo: "Oh, eu sou uma pessoa muito má. Eu fiz essas coisas terríveis" Não é porque não temos discriminação e não podemos ver a diferença entre o bem e o mal, mas porque sentir culpa é uma maneira muito ineficiente de tentar purificar o fluxo de manifestação. É paradoxal que se você apenas deixar os impulsos muito negativos em sua mente, se você não tentar corrigi-los, eles se libertarão por si mesmos. Então, a melhor maneira de se purificar é não tentar se purificar, mas permanecer relaxado e aberto.

Daí porque quando dizemos: "Sou uma pessoa má", embora possa ser verdade (e muitas coisas que fizemos não tenham sido tão boas) o que fazemos naquele momento ao dizer: "Sou uma pessoa má", é nos construirmos de acordo com uma padronização de conceitos, e dar a esses conceitos a sensação de ter uma natureza própria inerente: eu sei quem eu sou. Isso, de acordo com a compreensão budista, é a raiz do sofrimento e é a forma da ignorância. É o apegar-se a um conceito que continua a se estender e influenciar nosso comportamento. Desde o primeiro momento, nossa verdadeira natureza é não nascida. Isto é, ela não tem existência substancial.

Nesta xícara há um pouco de chá. Se eu derramar da xícara sobre o papel, o papel vai ficar manchado de chá e eu vou ficar chateado, porque este é o meu livro. Mas enquanto eu derramo o chá da xícara para o livro, ele atravessa o ar. Não fica no ar. Assim é a realidade. Quando nós nos construímos como uma entidade, somos como o livro e ficamos manchados, marcados pela interação. Quando entramos no estado em que reconhecemos nossa própria natureza, somos como o espaço. O espaço não fica manchado, não há marca no espaço. Você passa a mão pelo espaço, não importa.

Este é um texto muito profundo. A visão neste texto do *Grande Rigdzin* é a visão da não-dualidade, que tudo é puro desde o primeiro momento. Se realmente entendermos isso, primeiro como uma crença e depois, pela prática, como uma experiência, ganharemos a confiança para o comportamento autolibertado. Isso leva tanto à lucidez como à coragem. Por exemplo, C R Lama, eu acredito sem hesitação, viveu completamente isso. Ele era muito espontâneo. Ele fazia o que gostava. Às vezes ele pisava nas pessoas e as fazia infelizes. Em um nível, você pode dizer que ele não se importava, porque ele permanecia na prática. Se você se importa com o que as outras pessoas pensam, você está preso na dualidade. Mas, eu acho, se você fizesse uma auditoria para contabilizar os tipos de experiências que você teve perto de alguém como C R Lama, embora às vezes ele te deixasse infeliz, provavelmente você acabaria com um sentimento geral de que o impacto de seu ser em nossas vidas foi bastante útil.

Mas se você vive de forma espontânea, tem que aprender a lidar com as consequências de suas ações. Não adianta ficar um pouco bêbado e fazer "Ha-ha-ha-ha-ha", e depois pensar: "Oh Deus, o que eu disse?" Tem a ver com manter um estado de lucidez junto ao que quer que surja e assim se manifestar no mundo. Isso tem consequências. As pessoas gostam ou não gostam ou o que quer que seja, e você permanece aberto a trabalhar com as consequências disso, sem ser condicionado por elas.

Desse ponto de vista do dzogchen, a verdadeira purificação vem de um movimento além do controle. Não estamos tentando controlar a nós mesmos e ao mundo. Nós não estamos tentando ser bons e evitando ser maus. Estamos presentes na existência e nos movendo para manter esse estado de existência com o entendimento de que, em si mesmo, ele não é prejudicial aos

seres. Mesmo que você tenha pais maravilhosos e vá a um bom jardim de infância, quando criança é muito difícil crescer sem ter algum senso de que você tem que se controlar para ser tolerável. Quando tentamos entrar nessa prática de dzogchen, vamos ter que nos desconstruir, ir além desses sentimentos profundamente incorporados em que a menos que eu me contenha, a menos que eu seja muito cuidadoso, a menos que eu seja muito vigilante, tudo vai dar errado. Há muito o que entender nesta prática.

Então, há o mantra de cem sílabas de Dorje Sempa. Este mantra, como tenho certeza que vocês sabem, é considerado muito poderoso. Ele contém as energias das deidades pacíficas e iradas e pode lidar com qualquer forma de obscurecimento que tivermos. (14)

Então no texto é dito:

OM SAMAYA, AH SAMAYA, HUNG SAMAYA, BENDZA SAMAYA.

No tantra, a maneira de entrar em qualquer tipo de prática é através da iniciação. A estrutura geral de uma iniciação é que existem quatro iniciações. Há uma descrição aproximada da estrutura dessas quatro iniciações mais adiante no texto, quando estivermos na prática de receber a luz. (Consulte a Seção E:k). Aqui está se referindo à mesma coisa. *Om samaya* é da primeira iniciação, a iniciação *bumpa*, ou purificação do corpo. O significado é que, tendo recebido a iniciação, precisamos manter a prática.

A prática mantém a conexão, e essa conexão é chamada de *samaya*. *Samaya* é um voto pelo qual nos ligamos à prática, à deidade. Se isso for mantido, essa ponte que foi construída entre ela (aqui se trata de Padmasambhava ou Dorje Sempa, eles não são separados) e nós mesmos torna-se uma base para o próprio reconhecimento de nossa pureza.

O maior problema para as pessoas, talvez particularmente para os ocidentais, é acreditar que temos a natureza búdica, acreditar que nossa verdadeira natureza é pura, que essencialmente somos bons, que somos, em nosso coração, em nossa essência, Kuntu Zangpo. Kuntu Zangpo, Samantabhadra, é a divindade fundadora do dzogchen dentro da tradição nyingmapa, cujo nome significa “Sempre Bom”. Isso é o que a iniciação é projetada para fazer. O objetivo da iniciação tântrica é permitir que você se conecte com a deidade, e ela nada mais é do que a presença dos três kayas, que é sua própria natureza verdadeira. Então, tendo como base a recitação de *om samaya, ah samaya, hang samaya, vajra samaya*, ao recitarmos esses quatro, nós nos reconectamos. “Meu corpo é puro, minha fala é pura, minha mente é pura, a presença integrada desses três é pura”, e então dizemos: “Confesso e quero ter a purificação de todas essas faltas que eu cometi.” Novamente, se eu pegar o chá e derramar no meu livro, e o chá for absorvido pelo papel e o manchar, nós pensaremos: “Ah, isso é muito triste”. Então eu pego meu livro e vou até a torneira e o coloco na água e o esfrego, mas não fica muito bom. Mas se pegar o chá e derramar no linóleo, ele fica ali, não é absorvido, talvez fique na superfície, e então eu posso trazer um pouco de água e o limpo, e pronto. O que é realmente importante é que tenhamos alguma ideia do que é a nossa própria natureza. Na maioria das vezes, funcionamos de forma completamente absorvente. Reagimos às situações. Assimilamos as coisas. As pessoas dizem coisas e ficamos aborrecidos. Vivemos como uma esponja. Se somos como uma esponja, ou como papel, será muito difícil nos purificarmos. Se somos realmente como o linóleo, em um nível, então podemos limpar a superfície. Daí porque acreditar e depois perceber a natureza de

dharmakaya é muito importante. Nosso compromisso com nossa crença, nossos votos e nossa prática nos torna menos permeáveis às manchas do samsara.

Claramente, ao longo desse retiro, usamos muitas palavras, e não é algo a que estamos muito acostumados hoje em dia. No Tibete, a tradição de transmissão do dharma envolvia muita conversa. As explicações dos textos continuavam por meses, e parte da tarefa é entrar em um estado meditativo compartilhado enquanto você faz isso. A pessoa que explica o texto tenta ficar perto do sentimento e do entendimento do texto, e aqueles que ouvem a explicação do texto tentam manter uma atenção focada no que está sendo dito. Isso envolve que ambas as partes tentam praticar a não distração e isso, claro, é difícil. É muito exaustivo dar atenção sustentada a algo por um longo período de tempo, mas é bastante útil para desenvolver essa habilidade, que podemos então levar para a prática da meditação. A distração é, como vimos antes, muito importante para nós. Usamos a distração para tentar editar e manter nosso estado comum do sentido-do-eu. Quando estamos com a atenção concentrada, não podemos praticar a distração e, portanto, nos deparamos com muitos dos sentimentos e tendências dos quais normalmente tentaríamos nos livrar. Então continua:

AA LA LA HO BHA GA WAN SA MA YA HO
SA MA YA STOM DZA HUNG BAM HO.

Com isso nos identificamos com a natureza de Dorje Sempa e Padmasambhava. Podemos fazê-lo com um *mudra* e outros, mas o ponto essencial é que relaxemos no estado de purificação. Acreditamos que isso realmente ocorreu. Essa é uma das funções de mudras e mantras, dar a alguma coisa essa sensação extra de verdade quase mágica e poderosa, porque, aqui nas nossas cabeças, o hábito é um pouco grosseiro e estúpido, então você tem que acertá-lo com um martelo. Se você pensar na prece da linhagem, quando ela fala da linhagem dos nove níveis de transmissão, no primeiro nível de transmissão, *gyalwa gong pai gyud*, um buda senta-se em meditação e outro recolhe o que ele está sentindo. E então aqueles que não entendem nesse nível entendem no próximo, *rigdzin da'i gyud*, onde alguém apenas dá um pequeno sinal. Então, gradualmente, a mensagem fica cada vez mais em estado bruto. Como estamos nesse nível grosseiro, estúpido, precisamos ser constantemente lembrados de algo que é bastante simples, que é útil fazer todas as partes da prática, pois elas se reforçam e auxiliam a penetração do significado essencial.

e. Convite

HUNG UR GYEN YUL GYI NUB JANG TSHAM PE MA GE SAR DONG PO LA YAM TSHEN
CHOG GI NGOE DRUB NYE PE MA JUNG NAE ZHE SU DRAG KHOR DU KHAN DRO
MANG POE KOR KHYE KYI JE SU DAG DRUB KYI JIN GYI LAB CHIR SHEG SU SOL GU RU
PAD MA SID DHI HUNG

Hung. Na fronteira noroeste da terra de Urgyen / Sobre o caule e o estame de um lótus / Você é aquele que tem as realizações supremas e maravilhosas / Padmasambhava de grande renome / Com um séquito de muitas dakinis ao seu redor / Seguindo e confiança em você, eu

realizo a sua prática / Portanto, para conceder suas bênçãos, por favor, venha aqui! / Guru Padmasambhava, conceda-me a realização verdadeira da budeidade!

HUNG HRI RANG NANG OG MIN SANG CHEN NGA YAB ZHING NGE PA DON GYI RIG
DZIN PAD MA JUNG TSAN CHOG GYAD DANG JE BANG DAK KI TSOG NAL JOR DAD
DUNG LO YI CHEN DRANG NA THUG JE TSE WAI NYAM NANG U RU RU NA TSOG ROL
MOI DRA YANG SI LI LI MI KANG LING BUI DA BOD LHANG SE LHANG DRI ZHIM POE KAR
DUD PA THU LU LU KHAN DRO GYE PAI GAR TAB SHIG SE SHIG YI DAM LHA TSOG
HUNG LU DI RI RI CHOE KYONG DAM CHEN LAE JED KHYUG SE KHYUG NAE DIR JIN
PHOB DRUB PAI TAG TSEN TON CHOG THUN NGOE DRUB TSOL LA BAR CHE SOL OM
BENZA GU RU PAD MA THOD THRENG TSAL HA RI NI SA DAK KI KRO TA SARWA SA MA
YA PHEM PHEM DZA DZA

A descida da bênção

Hung. Hri. No estado natural de Akanishta, o reino do profundo segredo de Ngayabling, está Padmasambhava, o vidyadhara da natureza original inquestionável, com as oito formas excelentes, os vinte e cinco discípulos e as hostes de dakinis. Quando nós, iogues, o convidamos com mentes fiéis e devotadas seus pensamentos e sentimentos compassivos fluem para baixo, u-ru-ru. As melodias de muitos instrumentos fundem-se, si-li-li. A convocação simbólica com trombetas de fêmures humanos está se erguendo, lhang-se-lhang. A fumaça do incenso branco perfumado sobe, thu-lu-lu. As dakinis dançam alegremente, balançando shig-se-shig. A canção de Hung flui poderosamente da hoste de deuses desejosos, di-ri-ri. Os protetores do dharma, cumpridores de votos e trabalhadores correm rapidamente, khyug-se-khyug. Conceda bênçãos e mostre-nos os sinais e símbolos da prática. Conceda-nos realizações efetivas supremas e gerais e desfaça todos os obstáculos. Om. Mestre indestrutível Padma Thod Threng Tsal com o vajra, ratna, padma e karma dakinis e todas as formas iradas: mantenha seus votos! Venha! Venha! Você deve realmente vir aqui!

Há muitos tipos diferentes de convites às deidades. Às vezes quando você faz esse tipo de convite você pode levantar e dançar, você pode acenar bandeiras, você pode queimar incenso. É muito agradável. Às vezes é feito com as mulheres segurando flechas com fitas de cinco cores e se movimentando. Podemos imaginar que o que sai de Zangdopalri é Padmasambhava, e os outros, e eles estão se movendo em uma grande linha, e eles balançam. Suas vestes estão se movendo e você pode sentir o cheiro do incenso. Eles estão sorrindo porque chegam para uma festa. Quando cantamos isso, especialmente se você canta sozinho, você pode cantar muitas vezes, e você pode cantar muito docemente e muito suavemente. Você pode chorar. Você pode sorrir pois todos eles estão vindo e, no final, quando vierem, você realmente deve estar tremendo um pouco, porque estão vindo para você. À medida que vêm, todos eles se dissolvem em você – muito bonito. Você também pode vê-los à sua frente. Você pode ter os dois. É não-dual e é dual. Não há diferença.

f. Purificando e abençoando as oferendas

OM AA HUNG DAG NANG TRUL PA YING KYI KYIL KHOR DU THAB SHE CHI NANG
SANG WAI CHOD PAI DZAE ZAG MED KUN ZANG ROL PA CHOD PAI TRIN TSA SUM RIG
DZIN NYE PAI DZAE SU GYUR OM AA HUNG SARVA PANTSAM RI TA RAK TA BHA LING
TA HUNG HRI THA

*Om, Aa, Hung. Na mandala de dharmadhatu, a emanção da
visão pura, estão os artefatos das oferendas exteriores, interiores e secretas do método e da
sabedoria. Eles formam inúmeras nuvens de oferendas mágicas, puras e imaculadas
como as de Kuntu Zangpo e tornam-se quaisquer artefatos que agradem
às três raízes e vidyadharas. Om, Aa, Hung. Todos os cinco elixires libertadores,
rakta e torma devem ficar cheios.*

OM BENZA ARGHAM PHADYAM PUEPE DHUPE ALOKE GENDHE NE WI DYE SHABDA AA
HUNG

*Om. Água potável Vajra, água para banho de pés, flores, incenso, lâmpadas,
água perfumada, comida e som – essas oferendas são puras em sunyata.*

Estamos pedindo um tipo de bênção para purificar as oferendas que estão aqui, considerando que tudo o que experimentamos é a natureza real da oferenda. *Dag nang* significa a natureza simples da minha experiência, o que está acontecendo quando eu me liberto da escravidão da parcialidade e da apropriação. Oferecemos cada aspecto de nossa própria experiência. Se você está sentado na prática, e tem dores nas costas, ou precisa fazer xixi, ofereça isso também. Não devemos fazer discriminação entre experiência boa e experiência ruim. Tudo é oferecido como uma bela oferenda. Precisar fazer xixi é maravilhoso porque assim você pode fazer xixi e isso também é muito bom. Se você não tivesse que fazer xixi, você perderia toda essa gama de sensações em sua vida. A sensação é apenas essa borda formigante e brilhante da experiência, da existência, de estar vivo, então é isso que oferecemos. Oferecemos a qualidade mágica ou maravilhosa de nossa existência comum em sua inseparabilidade de seu próprio chão infinitamente aberto.

Oferecemos com o mantra os cinco *amritas*, sangue e torma. Amrita é a transformação de todas as coisas que normalmente seriam desagradáveis em coisas que são afortunadas. Precisamos fazer isso porque enquanto tivermos fortes reações a certos fenômenos seremos mantidos em um estado dual em relação a eles. Você recebe listas diferentes de ingredientes, mas geralmente são coisas como carne humana, carne de cachorro, merda, mijo e assim por diante. Não é que devemos nos tornar loucos, como cachorros, e simplesmente correr em volta comendo qualquer coisa, mas há certas experiências no mundo que nos deixam um pouco assustados, envergonhados ou amedrontados de alguma forma, e esse tipo de experiência nos traz de volta ao nosso senso estreito de nós mesmos. Se pudermos ter uma relação melhor com esses artefatos limítrofes, que nos assustariam, abrimo-nos a aceitar o mundo como ele é. *Rakta* é sangue, dois sangues: o sangue do nascimento e o sangue da morte. O sangue do nascimento é o sangue da menstruação, e este sangue representa a qualidade brilhante da

possibilidade de manifestação no mundo. *Bha ling ta, tormā*, significa matança. Bha ling é a coisa que você mata. Tradicionalmente em Bengala é uma cabra.

Quando eu morava com C R Lama em Shantiniketan, costumávamos ir todos os anos várias vezes a um pequeno santuário próximo, onde uma junta do dedo da deusa Parvati havia caído. Depois que ela morreu, Shiva continuou dançando com ela em seu braços. Seu corpo começou a se decompor e partes dele caíram por toda a Índia. Acreditava-se que esses locais eram ricos na energia, a *shakti*, da deusa, e assim muitos iogues iam para lá. Lá, fazíamos um grande piquenique e praticávamos um pouco. E lá havia muitos postes de madeira, na forma de uma letra Y, com um pino de metal na parte superior. Eles colocavam o pescoço do bode na moldura, prendiam-no com o pino e então com uma grande espada cortavam sua cabeça. Às vezes íamos visitar uma família de brâmanes bengalis, e o velho avô trazia muito orgulhosamente uma linda caixa de madeira, abria-a e dentro dela havia uma faca enorme e curva. Tinha sido lindamente esculpida, com imagens de Kali e prata no topo.

A três quilômetros de distância da vila em que Rinpoche morava, Shantiniketan, há uma estação de trem que se chama Bolpur. *Pur* significa lugar, e *bol* está ligado a *balī*, sacrifício, como *bha ling ta*. Tem este nome porque é dito que o rei daquela área matava mil cabras todos os dias, então é uma cidade de matança. No budismo, a ideia de matar é usada para representar a matança dos demônios da ignorância, estupidez, orgulho, ciúme e assim por diante. Novamente, trata-se de tomar algo que é uma forte e poderosa tendência humana, a tendência à agressão assassina e ao apaziguamento paranóico que podemos ver em cada criança -- como adultos, geralmente aprendemos a recobrir isso um pouco, mas ainda está cozinhando abaixo da superfície -- e usar isso como uma metáfora no dharma para algo poderoso e útil. Transformamos a qualidade básica do desejo de aniquilar alguém em um espaço no qual possamos reconhecer nossa própria natureza. É um ponto central porque o tantra está trabalhando com energia e criatividade e manifestação dinâmica, e o verdadeiro inimigo nesse processo é a repressão. Não queremos reprimir tendências sexuais, tendências do desejo, nem tendências raivosas e assassinas, mas mobilizar ambas para a tarefa da iluminação no trabalho do esclarecimento. Com isso, as suas formas duais grosseiras são suavizadas e dissolvidas no fluxo de energia não-dual.

Então damos outro salto, porque dizemos *om bendza argham padyam puepe dhupe aloke gendhe ne wi dye shabda aa hang*, o que significa que oferecemos essas coisas doces e puras, as coisas típicas de um *puja* hindu. Funciona com base em que, se um hóspede vier à sua casa, você o trata bem. Você convida o Buda ou Padmasambhava para sua casa e oferece algumas coisas boas, água potável, flores e assim por diante. Isso é um grande salto da matança e do sangue, de forma que você pode ver novamente o pulsar em movimento do *puja*. Em um minuto, tudo está muito aberto, cru, e então tudo está muito calmo, muito suave. Isso é bom na vida, não é? Uma boa sinfonia tem muitos movimentos. O Tantra está nos treinando para sermos dançarinos. Até os deuses do tantra, muitos deles, têm que se levantar e dançar.

Claramente, a vida é uma dança e, se formos capazes de dançar com os vários aspectos da nossa vida, ela fica mais fácil. É sempre a mesma coisa: se você vai a uma festa, alguém coloca uma música e todo mundo está dançando, vem outra música, mas é diferente. "Eu não danço isso", as pessoas pensam, e se sentam. Então outra música vem, as pessoas se levantam novamente. Você sabe, a maioria de nós sabe dançar apenas algumas músicas. Não sabemos dançar todas as músicas. Isso é muito importante porque significa que nos afastamos da vida. A

vida nos envia alguma pequena melodia e dizemos: “Eu não danço isso. Eu me conheço, e eu simplesmente não sei.” Dessa forma, traímos a nós mesmos, mas também traímos outras pessoas, porque talvez elas precisassem que nós fizéssemos esse tipo de atividade. Por meio dessa prática, através da identificação com esses diferentes estados de ânimo e movimentos, aumentamos o repertório de respostas que podemos dar ao mundo, e assim descobrimos que temos uma articulação mais contínua com os diversos perfis que a experiência do dia-a-dia nos traz.

E. SADHANA: Parte Principal

a. Visualização da Mandala e da Deidade

NÓS RECITAMOS HUNG HRI, E RELAXAMOS no estado de vacuidade, apenas muito abertos, não fazendo nada, sem estarmos ocupados. Então, a partir desse estado, começamos a visualização.

HUNG HRI CHI NANG CHOE KUN MI MIG KA NAE DAG MA SAM DZOD PA DRAL WA DE
ZHIN NYID MA TOG DRO LA TSE WAI THUG JE DENG LHUN DRUB RANG DANG SANG
CHEN GYAL WAI ZHING NGA YAB ZANG DOG PAL RI PAD MA OD

Hung. Hri. Todos os fenômenos externos e internos são puros desde o princípio e estão além de serem objetos duais. Na realidade, além da fala, do pensamento e da expressão, para os seres que não percebem isso, compaixão empática surge como o brilho natural que aparece sem esforço do reino muito secreto do Buda, Ngayab Zangdopalri Padma Od.

Tudo o que está fora, tudo o que está dentro, é puro desde o princípio. Essa é a condição natural de *zhin nyid*, que é livre ou está além de qualquer tipo de possibilidade de conceituação ou expressão. Se vocês estão fazendo a meditação sozinhos, este é um bom momento de parar. Prepare-se para entrar de fato aqui, porque esta é uma instrução de meditação. Na primeira linha, *mi mig* significa não pensar em nada. *Mi mig* é o mesmo que Migme, o nome do filho mais velho de C R Lama. *Mig pa* significa focar a mente em um objeto. Nessa primeira linha temos que libertar nossa mente das relações com os objetos, objetos externos, como se diz, e depois objetos internos. Nesse ponto, você precisará fazer algumas sessões extras de meditação para ajudar a si mesmo. Por exemplo, se você sabe como fazer *phat*, você poderia fazer algum *phat* aqui. Se você sabe fazer a prática dos três *Ah*, você faz a prática dos três *Ah*. Se você quiser fazer uma dissolução rápida com a esfera de luz e *Om Ah Hung*, você pode fazer essa prática nesse ponto. A questão é usar qualquer método que você puder para entrar nesse estado. Mas por favor, não faça *phat* quando estiver fazendo o puja com C R Lama, e especialmente, se você fizer o *phat*, não diga a ele que eu disse que fazer *phat* seria uma boa ideia — já tenho problemas

suficientes na minha vida! Mas é muito importante. Se você entende o princípio do puja, então você tem que fazer o que precisa ser feito para se sustentar, para realmente entrar nesse estado.

Então, há a terceira linha começando com *ma tog*, que significa 'em direção aos seres sencientes que não perceberam este estado, a compaixão surge'. Espontaneamente, há um esplendor a partir do qual surge o palácio de Padmasambhava, Zangdopalri. Em descrições tibetanas como esta, geralmente não fica muito claro se você está fazendo isso como um *dag khye*, com você mesmo como a deidade, ou como um *dun khye*, com ela visualizada na sua frente. Mas isso fica mais claro mais tarde, quando você chega à recitação do mantra: você está realmente na forma de um *dag khye*. Isso é você, você é isso. É preciso imaginar que do estado de abertura manifestam-se raios de luz, que se formam como Zangdopalri. Então você tem a descrição do palácio e, dentro do palácio, Padmasambhava, e ao seu redor essas formas diferentes, e tudo se manifestando em vacuidade, livre de entidades reais, posições fixas, qualidades relativas.

As duas primeiras linhas incorporam a sabedoria, e da sabedoria vem a compaixão. É por isso que devemos realmente obter um pouco do sabor de sabedoria, caso contrário, é apenas *blá blá blá*, e o texto diz, não faça *blá blá blá*. O texto diz, *mi mig ka nae dag*, não repousando sobre objetos, puro desde o princípio. Se você está simplesmente lendo este texto, no estilo de sujeito/objeto, você não está fazendo o que o texto diz e isso é muito ruim, pois você seria como uma pessoa triste e deprimida com uma grande caixa de chocolates, comendo-os e assistindo um programa de exercícios na televisão. Se você quer o benefício precisa participar diretamente, não apenas pensar sobre ele.

SHAR SHEL LHO CHOG BEDURYA NUB RA GA JANG CHOG SER DANG BA GAM MU
MIN DZE DRU ZHI GO KYUD TA BAB RIN CHEN TOG TSAD DANG TSAN NYID YONG
DZOG DE WUE SU

*O lado leste é de cristal, o sul é de malaquita e o oeste é de rubi.
O lado norte é de ouro e os balcões são de um lindo lápis-lazúli.
É quadrado com pórtico, degraus murados e pavilhão de joias,
e tem todas as medidas e símbolos completos e perfeitos.*

PAD MA NYI DA ZUNG JOR DAN GYI TENG RANG RIG HRI YIG THRO DUE YONG GYUR
LAE GYAL WA KUN DUE RIG DZIN PAD MA JUNG KAR MAR DANG DEN CHU DRUG LANG
TSO GYE

*No centro, no topo de almofadas de lótus, a união do sol e da lua
é a minha lucidez natural, a letra Hri, da qual raios de luz
espalham-se e unem-se novamente, transformando-a completamente no
que abrange todos os budas, o vidyadhara Padmasambhava.
Com uma tez rosada, ele é relaxado e jovem como se tivesse dezesseis anos*

A descrição é objetiva, esclarecendo a estrutura do palácio da mandala. É útil estudar as várias representações que você pode encontrar em thangkhas. O palácio chega à manifestação antes da imagem. A situação vem antes do ser. Uma das funções dessa descrição é o renascimento. De acordo com a idéia geral tibetana, depois que você morreu em sua vida anterior, você entra em um processo de experiência complexa nos bardos, e então se vê descendo por um túnel longo e escuro. Você vê uma situação em que duas pessoas estão fazendo sexo e fica muito interessado no contato genital entre eles. Você pula no meio. Então ocorre a concepção. E você nasce. Nesse momento, na visualização, em vez de sair do túnel estreito e negro conduzido pelos ventos do carma, temos um espaço aberto e descontraído no qual a manifestação ocorre. Assim, estamos dando um novo nascimento a nós mesmos, vindo da vacuidade, na forma divina de Padmasambhava.

Como vocês provavelmente sabem, existem quatro tipos de nascimento de acordo com o budismo: nascimento de um ovo, nascimento de um útero, nascimento de calor e umidade, e nascimento de lótus. Aqui, você tem a chance de um nascimento de lótus, *pad ma nyi da zung jor dan gyi teng*. O lótus tem no topo um sol e depois um disco lunar. Eles estão juntos e naquele assento – ha! – lá está você. Nascermos de um lótus aqui. Temos uma flor de lótus com o sol e a lua no topo. O sol e a lua no topo, unidos, é um fato importante.

De um modo geral, dizemos que em nosso corpo temos um canal central e, de cada lado, temos dois canais principais de apoio, dos quais muitos canais de ramificação saem. Para as mulheres, o lado direito é um canal branco, o lado esquerdo é um canal vermelho; para os homens, o lado direito é um canal vermelho, o lado esquerdo é um canal branco. Agora, no momento da concepção, quando a consciência viajante chega ao local do contato genital e a fertilização acontece, isso é descrito como a união das essências branca e vermelha. Então, as essências se separam, com a essência branca do pai subindo e a essência vermelha da mãe descendo, e elas são separadas pelo canal central. O feto então se desenvolve em torno disso.

Se as essências branca e vermelha puderem se conectar no coração, através do canal, ocorre a integração, mas isso geralmente é bloqueado até a morte pela turbulência dos ventos cármicos. O simbolismo é que existimos como opostos polarizados com a possibilidade de integração. O que temos aqui é uma estrutura de dualidade. Se pudermos reunir essas duas forças em um movimento então teremos um relaxamento profundo e todo o sistema se transformará. Mas enquanto, se você quiser, macho e fêmea, sabedoria e compaixão, estiverem em oposição, você não tem integração.

Nessa descrição, temos a flor de lótus e no topo dela temos o disco solar e lunar. Eles estão se tocando, e por isso se diz, *zung jor*, e porque estão se tocando, esta é a unificação da sabedoria e da compaixão. O lótus simboliza a pureza. A unidade da sabedoria e da compaixão são simbolizadas pelo sol e pela lua. E no topo disso você se manifesta como a letra *Hri*, da qual raios de luz fluem para todos os budas, todos os deuses desejosos, todos os yidams e assim por diante, fazendo oferendas. Eles aceitam as oferendas e as retribuem, potencializadas com suas sabedorias e suas compaixões. Então tudo isso se reúne e se transforma na forma de Padmasambhava que somos nós. É por isso que podemos dizer que agora ele é – ou nós somos – a unificação de todos os refúgios, de todos os budas e assim por diante. É por isso que diz *gyal wa kun due*, essência de todos os budas, *rig dzin*, pessoa com grande entendimento, Padmasambhava. Ele é de cor branca e vermelha. Ele é de cor rosa, mas em tibetano você tem

que fazer isso juntando o branco e o vermelho dessa forma, mais uma vez a integração de sabedoria e compaixão. E ele tem apenas dezesseis anos. Somos jovens de novo, jovens de coração!

b. Padmasambhava e suas Manifestações

ZHAL CHIG THRO DZUM CHEN SUM DRO LA ZIG YAE PA DOR JE TSE NGA DIG DZUB
DENG YON PAE BHAN DHA TSE BUM NYI DAI DZE THEG SUM CHAE DZOG KU LA SANG
GOE DANG CHOE GOE NAM SUM ZA OG BER CHEN NAB

Ele tem um rosto que sorri embora demonstre um pouco de raiva e três olhos que olham para todos os seres. Sua mão direita brande um vajra de cinco pontas no gesto de submissão. Sua mão esquerda segura um copo feito de um crânio, um vaso de longa vida embelezado com um sol e lua. Com a vestimenta completa dos três yantras, em seu corpo ele tem o traje secreto branco e as vestes do dharma e um excelente vestido muito fino.

Esses itens indicam que ele incorpora todas as possibilidades: ele é um yogi, um monge, um rei e tem poder em todos os domínios. Sendo desimpedido, ele liga todas as manifestações.

WU LA NYEN ZHU GOD DRO DAR NAE GYEN RIN CHEN GYEN TRAE KHA TAM DRU MOR
TEN SAG LHAM SOL ZHING KYIL TRUNG TING DZIN NYE KU LA DRUB PA KAB GYAD
KYIL KHOR DZOG GYAL KUN SANG SUM MI KYOD THUG DOR JE THRIN LAE NUE TOB
DZOG PAI NGO WOR SAL

Em sua cabeça está o chapéu nyenzhu decorado com uma pena de abutre e cinco sedas coloridas. Adornado com ornamentos de joias, ele segura um khatvanga na dobra do cotovelo. Usando sapatos com pontas enroladas, ele se senta para o samadhi em postura de lótus. Dentro de seu corpo estão as mandalas completas das oito sadhanas heruka. Sua mente vajra é o corpo imutável, fala e mente de todos os jinas. Medite claramente em sua natureza que tem as completas atividades efetivas e poderosas.

A seguinte descrição do significado dos símbolos de Padmasambhava vem de Rigdzin Godem na linhagem Byangter:

'Hung. Padmasambhava que tem os três kayas de corpo, fala e mente, você é o representante ativo dos jinas que impede as aflições do samsara. Devido à sua grande compaixão, você se encarna a fim de conduzir todos aqueles que se movem no samsara -- saudação e louvor ao guia de todos os seres.

*Você tem uma pena de abutre no topo do seu chapéu,
o sinal da vasta difusão do conhecimento supremo e prístino com a
realização da prática da sadhana. Você usa um chapéu muito poderoso e esplêndido,
o sinal de que você entende a visão mahayana. O cabelo é juntado no alto e amarrado em um
coque, o sinal da integração de
todos os budas dos três tempos dentro de você.*

*Com seus três olhos você olha firmemente para aqueles que se movem no samsara,
o sinal de que você guia todos os seres para a liberação por meio de grande compaixão.
Seu rosto sorridente é atraente e tem boa cor, o sinal de que você conduz aqueles que se
movem no samsara para a salvação por meio do amor e da compaixão.*

*Em seu corpo você usa um fino vestido de brocado luxuoso,
o sinal de que em seu corpo as deidades das oito grandes práticas estão completas e claras.
Você veste as vestimentas em vermelho profundo do dharma, o sinal de sua prática ética
de votos muito puros. Em seu corpo você veste um vestido muito esplêndido e imponente,
o sinal de que você domina aqueles que se movem nos estados samsáricos de deuses,
nagas e humanos.*

*Em sua mão direita você segura um vajra dourado,
o sinal de que com os cinco conhecimentos supremos e prístinos você destrói
aqueles que o seduzem com visões falsas. Na mão esquerda você segura um
crânio com o elixir libertador, o sinal de que você concede verdadeiras realizações
aos praticantes. Você segura um khatvanga de três pontas contra seu corpo,
o sinal de que em você método e conhecimento superior estão sempre unidos.*

*Seus dois pés estão sentados na postura imutável, o sinal de que você
nunca está separado do dharmakaya. Você está sentado em almofadas de lótus,
sol e lua, o sinal de que você pôs fim aos problemas das aflições do samsara.
Você faz o som poderoso dos Hungs longos e curtos, o sinal de que você
colocou deusas e dakinis sob seu poder.*

*Ao seu redor há uma aura de arco-íris de onde fluem raios de luz,
o sinal de que você conduz aqueles que se movem no samsara para a liberação
com o método da compaixão. Padmasambhava, o filho do Jina,
você que congrega todos os budas internamente, você que com muitos
diferentes métodos leva aqueles que se movem no samsara à liberação,
Padmasambhava, ao seu corpo fazemos saudações e louvores'.*

YAE SU LHA CHAM MAN DA RA WA KAR YAE PAE DA DAR YON PAE TSE BUM NAM CHI
MED TSE YI LHA MOI NGO WOR ZHUG YON DU YE SHE TSO GYAL KU DOG MUG CHAG
NYI THOD PAI DUD TSI TSO LA TOB NYI KA CHED KYIL GYE PAI NYAM SU ZHUG

Do seu lado direito está a princesa Mandarava, de cor branca com uma flecha com borlas de seda na mão direita e um vaso de longa vida na esquerda. Ela tem a natureza da deusa da vida imortal. À sua esquerda está Yeshe Tsogyal cujo corpo é marrom. Com suas duas mãos ela serve Padmasambhava com uma taça de crânio com o elixir libertador. Ambas estão sentadas sentindo-se felizes

DE CHIR PAD MA DAB GYAD YANG WAI TENG SHAR DU TSO KYE DOR JE KU DOG
THING RUE GYEN KYIL TRUNG DOR DRIL THUG KAR NOL LHA CHAM DE WAI DAK KI
NYAM PAR THRIL

Além deles, no topo das das oito pétalas de lótus espalhadas, estão as seguintes figuras: a leste está Tsokye Dorje com um corpo azul. Ele usa ornamentos de osso e se senta em postura de lótus segurando um vajra e um sino cruzado em seu coração. Ele está totalmente em união com sua consorte, a feliz dakini.

LHO RU PAD MA SAM BHA KU DOG KAR KU LA DAR MAR CHOE GOE YAE PA YI KYAB
JIN YON PAE CHOG JIN BHAN DHA NAM

Ao sul está Padmasambhava com um corpo branco. Ele veste os trajes vermelhos do dharma e com a mão direita ele concede proteção enquanto com a esquerda ele segura uma taça de crânio no gesto de oferenda.

NUB TU LO DAN CHOG SE KU DOG KAR KU LA BER KAR WU LA DAR THOD SOL YAE
PAE DA RU YON PAE BHAN DHA NAM

A oeste está Loden Chogsae, que é branco. Em seu corpo está um vestido branco e em sua cabeça ele usa um turbante. Com com a mão direita ele segura um damaru e com a esquerda ele segura um crânio

JANG DU PAD MA GYAL PO KU DOG MAR KU LA BER MAR WU LA LA THOD SOL CHAG
YAE CHAG KYU YON PAE BHAN DHA NAM

Ao norte está Padma Gyalpo que é de cor vermelha. Em seu corpo está um vestido vermelho e em sua cabeça um turbante muito grande. Na mão direita tem um gancho de ferro e na esquerda segura um crânio.

SHAR LHO NYI MA OD ZER KU DOG SER KU LA ANG RAG TAG SHAM RUE GYEN TRAE
CHAG NYI NYI ZER DIG DZUB KHA TAM NAM

*A sudeste está Nyima Odzer, de cor amarela.
Em seu corpo ele usa um curto anrag, uma saia de tigre e é adornado
com ornamentos de osso. Ele tem duas mãos e faz o gesto de submissão
com os raios do sol e segura um tridente tântrico.*

LHO NUB SHA KYA SENG GE KU DOG SER CHOE GOE NAM SUM TRUL KUI CHAE KYI
GYAN CHAG YAE SA NON YON PA LHUNG ZE NAM

*A sudoeste está Shakya Senge, de cor amarela. Ele é
adornado com a veste nirmanakaya dos três trajes do dharma. Sua mão direita
toca a terra e a esquerda segura a tigela de mendicante de uma bhikshu.*

NUB JANG SENG GE DRA DROG KU DOG THING THRO TUM CHAE DZOG KU TOD SENG
PAG TRI CHAG YAE DOR JE YON PAE DIG DZUB DZE

*A noroeste está Senge Dradog, de cor azul.
Ele usa o traje completo de um heruka e a parte superior de seu corpo
é coberta com uma pele de leão. Sua mão direita segura um vajra e
a esquerda mostra o gesto de submissão.*

JANG SHAR DOR JE DRO LO KU DOG MUG MA RA AG TSOM MIN MA ME TAR BAR
CHOE GOE YON TRI MI GOI TRENG WAI GYEN CHAG NYI DOR JE PHUR DZIN TAG MOI
TRIR GYING ZHING CHOL TUM DRAG POI KU RU SAL

*A nordeste está Dorje Drolo, de cor marrom-avermelhada.
Seus bigodes, barba e sobrancelhas brilham como fogo. Ele usa trajes de dharma
cobrindo o ombro esquerdo e adornado com um colar de crânios humanos.
Suas duas mãos seguram vajra e kila e seu trono é uma tigresa. Seu corpo selvagem e
muito feroz está na postura do campeão. Medite claramente dessa forma.*

DE YI CHI ROL DAK KI RIG ZHI DANG PA WO KING DANG RIG DZIN NAM PA ZHI TA
KRID GO KYONG CHOE SUNG DAM CHAN TSOG TONG SAL DANG DEN MA GAG RIG PAI
TSAL YE SHE NYING PO OD KYI KU RU SAL

*Além deles estão as dakinis dos quatro kulas, e os heróis,
os agentes e as quatro classes de vidyadharas, os protetores das portas Takrid,
com as hostes de guardiões do dharma e cumpridores de votos.*

Com o brilho da vacuidade e claridade eles são o fluxo incessante da lucidez natural. Medite neles claramente como os corpos de luz da essência da cognição prístina.

Uma das coisas que eu acho de que nossa cultura está se tornando mais consciente agora é o fato de que a identidade é pluralista. Isso quer dizer que todos nós temos subpersonalidades, ou auto-estados, ou tendências divergentes que se manifestam em diferentes situações. Na área da psiquiatria e psicoterapia há cada vez mais uma sensação que muitas pessoas manifestam no que é chamado de estado limítrofe. 'Limítrofe' significa alguém que está encontrando dificuldades para manter um tipo único de apresentação no mundo. De modo geral, podemos dizer de nós mesmos: "Ah, às vezes fico muito triste. Às vezes eu fico muito bravo. As vezes eu sou muito agradável", e assim por diante. Mas se nosso senso central de nós mesmos, nosso ser principal, não for muito forte, somos menos capazes de gerenciar essas diferentes tendências e elas tendem a se separar. Então saltamos de uma posição para outra, muitas vezes em resposta a um gatilho externo de estresse ou agressão. Uma das demandas culturais é que devemos ser consistentes, porque, como vimos anteriormente, ser consistente significa que outras pessoas podem prever como vamos nos portar e isso permite que elas se sintam seguras e relaxadas perto de nós. No entanto, somos complexos, não somos uma coisa apenas.

Essas oito formas de Padmasambhava oferecem um método de mostrar como podemos reagir a diferentes situações de maneiras diferentes e, ao mesmo tempo, manter um senso de integridade. Temos que ver isso em termos de seu contexto histórico. O que costuma haver, na estrutura original, são monges e freiras e leigos. Posteriormente, à medida que o tantra começa a se desenvolver, você tem monges, freiras, leigos e iogues. De modo geral, se você é um monge, você não pode ser um leigo. Monges vivem em mosteiros, então você também não pode ser um iogue. Não me refiro a alguém que pratica ioga, mas a alguém que vive como um iogue. Então podemos dizer que essas categorias são diferentes e você tem que fazer uma escolha em qual vai estar. Para assumir uma posição no mundo que seja compreensível para outras pessoas, você tem que se fechar para algumas outras opções de sua existência. Mas o que Padmasambhava demonstra aqui é que ele pode se mostrar na forma de um monge, ele pode se mostrar na forma de um iogue, ele pode se mostrar na forma de uma figura muito aterrorizante, e de um rei muito gentil. Diferentes formas de estar no mundo são reunidas através de uma identidade central que não se autolimita. Isso é muito importante. Uma das coisas que está se abrindo é a possibilidade de que podemos ter não apenas diferentes humores internos, mas que podemos realmente nos manifestar de maneiras diferentes no mundo.

Lembra que havia uma música, "I'm a woman, w-o-m-a-n", você lembra daquela música? Era muito popular. Não? Seja como for, é uma canção muito legal, forte, feminista sobre esta mulher que diz: "Eu posso levantar cedo de manhã, limpo a casa, levo as crianças para a escola, volto, faço isso, faço aquilo", descrevendo um dia inteiro. O que ela está descrevendo é que para ser uma mulher você tem que virar o rosto em muitas direções e se tornar diferentes tipos de pessoas; você pode ser mãe, amante, talvez tenha um emprego. Claro que isso é difícil. É difícil para os homens também. Se você estiver trabalhando fora ou em um escritório e você está cheio

de problemas de trabalho, quando você chega em casa e abre a porta, há uma criancinha dizendo: “Oh, vamos brincar, vamos brincar!”, e você pensa: “Ah, por favor! eu acabei de chegar! Vá embora!”

Portanto, uma das coisas que tentamos fazer quando passamos por essas diferentes identidades é entrar totalmente em uma delas e depois sair e entrar na próxima.. O que muitas vezes experimentamos é o seguinte: entramos em um modo, um humor, quando estamos no trabalho e depois saímos do trabalho, mas esse humor vai conosco. Nós ainda levamos presos em nossa cabeça coisas que outras pessoas disseram, ou coisas que eles não fizeram, e voltamos para casa no estado em que estávamos no trabalho. Chegamos em casa e ainda estamos trabalhando. Ou você vai para a cama e sua namorada quer fazer sexo, e você pensa: “Eu nem estou aqui! Eu não estou no meu corpo, então como vou fazer sexo com você?” Essa é uma maneira pela qual o apego opera. O apego não se trata apenas da consciência sair de nós e se ligar a algo. Mais ainda, significa que somos apanhados em situações, somos condicionados por elas, e então não podemos deixá-las de lado, assim estamos sempre desequilibrados, indo de uma situação para outra sem realmente chegar a um estado de simplicidade.

Poderíamos dizer que a figura central da mandala é a identidade central, Padmasambhava. Todas as outras figuras são extensões dele. Em thangkas, ícones tibetanos, a figura central é muitas vezes representada como maior em tamanho do que o resto, para indicar sua importância especial. Padmasambhava é o chefe, sim, mas é importante observar que isso é uma função organizadora, uma forma de permitir a estrutura ordenada de manifestação, que muitas vezes está escondida no tumulto caótico de nossas vidas diárias. Cada divindade porta instrumentos, que indicam atividades particulares, por exemplo, um gancho para controlar, um sino para submeter com sabedoria, e assim por diante. A gama de figuras indica que as quatro atividades são totalmente atendidas. São elas: *pacificar* a fome, guerra, calamidade, doença e assim por diante, *incrementar* a saúde, riqueza, felicidade e assim por diante, *intimidar* inimigos, perturbadores, áreas de tensão políticas, etc., e *destruir* atos agressivos, afloramentos de intenções maliciosas, a profunda hostilidade do ego paranóico e assim por diante. O padrão da mandala indica que a atividade complexa pode ser realizada sem contradições, com a figura central de Padmasambhava como fonte e ponto de referência.

Da mesma forma, muitas vezes temos um senso central do eu, nosso senso familiar de quem somos e, quando nos comportamos de outras maneiras, fazemos excursões a partir desse núcleo para, em seguida, retornar a ele. Perder esse ponto de referência central, como em uma depressão profunda, é muito assustador. Um ponto central, um senso de identidade é importante. No entanto, nossa identidade ordinária é reificada, essencializada e reforçada com narrativas pessoais, ou seja, mantemos esse construto pela maneira como pensamos, falamos e agimos. Considerando que, nessa mandala, a figura central e todas as outras figuras têm a mesma natureza; Padmasambhava não tem realidade maior do que o resto. Como indicam as duas últimas linhas da descrição, todas as figuras são o esplendor da vacuidade e da claridade, um fluxo incessante da energia da lucidez. Todas as figuras são forma e vacuidade, exibindo a luminosidade da condição natural, sua própria natureza. Assim, a mandala mostra uma igualdade absoluta, um sabor único, na relação de manifestação ao seu fundamento, ao mesmo tempo em

que mostra diferenciação de função. Isso é vital para entender, especialmente para nós que vivemos em tempos tão competitivos. O ponto chave é a relação com a base, com dharmadhatu: isso é libertação. As formas que tomamos, nossas funções manifestas no mundo, são menos importantes, pois não definem nosso valor. Isso é um dado, é como é, e puro desde o princípio.

Se você tiver tempo, pode tentar passar um dia inteiro fazendo esse puja do *Grande Rigdzin* e quando você chega a esta parte, você lê a descrição de cada uma dessas divindades e então você tenta viver apenas naquela parte por talvez metade de uma hora. Então se você tomar a forma, como é o caso aqui, de Padmasambhava nessa forma de um monge, e você pega uma xícara de chá, você gostaria de beber muito suavemente, de uma maneira muito agradável e em seguida, se você se tornar Senge Dradrog, ou Dorje Drolo, você pode querer encher um balde grande com cerveja e talvez pegar um pedaço de carne vermelha e comê-la crua e sangrenta – fígado cru! Dessa forma, você realmente tenta obter o sabor do que é a expressão nessa forma porque não é uma ideia conceitual abstrata, é uma permissão para abrir-se e expressar um determinado tipo de energia. Assim, se você for Dorje Drolo, você pode se levantar e “Haaargh, huuuh!”, e você realmente sente isso em seu corpo. Você realmente sente, você pode sentir essas chamas chegando. Então, mais tarde, quando você fizer o *puja* com outras pessoas, quando você chega a essa parte, ela surge em seu corpo como sensação e não apenas como uma cognição. Não estamos nos tornando outra pessoa. O que estamos fazendo é apresentar uma exibição energética que está surgindo nessa forma e então a energia se dissolve novamente. Então saímos para outra forma. Daí voltamos novamente.

c. A Invocação

Então temos a invocação, que é a Prece das Sete Linhas mais três linhas adicionais:

HUNG NGON GYI KAL PAI DANG PO LA UR GYEN YUL GYI NUB JANG TSHAM DHA NA
KO SHAI TSO LING DU PE MA GE SAR DONG PO LA YAM TSHAN CHOG GI NGO DRUB
NYE PE MA JUNG NAE ZHE SU DRAG KHOR DU KHAN DRO MANG PO DANG RIG DZIN
DRUB THOB GYAM TSOE KOR KHYE KYI JE SU DAG DRUB KYI JIN GYI LAB CHIR SHEG
SU SOL GU RU PADMA SID DHI HUNG OM AH HUNG BENDZA GURU PADMA SA MA YA
DZA DZA

*Hung. Na primeira das eras anteriores, na fronteira noroeste da terra de Urgyen, em uma ilha
no lago de Dhanakosha, sobre o caule*

*e o estame de um lótus, você tem as realizações supremas e maravilhosas Padmasambhava
de grande renome. Um séquito de muitas dakinis*

e vidyadharas e siddhas o cercam. Seguindo e confiando em você

*eu faço sua prática, portanto, para conceder suas bênçãos, por favor, venha
aqui! Guru Padmasambhava, conceda-me a realização verdadeira da Budeidade.*

*Indestrutível Guru Padmasambhava que tem os três kayas,
mantenha seus votos. Venha! Venha!*

No tempo antes do tempo, no exato começo do mundo, que não tem princípio, na fronteira noroeste de Uryen, em uma ilha do lago Dhanakosha, que é onde Padmasambhava nasceu, Padmasambhava está cercado por muitas dakinis, grandes iogues e santos. Esse verso é freqüentemente usado no momento da invocação, e você o encontrará em muitos textos nyingmapa. É muito útil apoiar a sua prática lendo as biografias de Padmasambhava. Mais delas estão sendo traduzidas, e isso nos ajuda a termos uma noção do significado simbólico e emocional desta prece. Então recitamos a Prece das Sete Linhas três vezes:

HUNG UR GYEN YUL GYI NUB JANG TSHAM PE MA GE SAR DONG PO LA YAM TSHEN
CHOG GI NGOE DRUB NYE PE MA JUNG NAE ZHE SU DRAG KHOR DU KHAN DRO
MANG POE KOR KHYE KYI JE SU DAG DRUB KYI JIN GYI LAB CHIR SHEG SU SOL GU RU
PAD MA SID DHI HUNG

*Hung. Na fronteira noroeste do país de Uryen,
sobre o caule e o estame de um lótus, você tem as maravilhosa
e supremas realizações, Padmasambhava de grande renome, com um séquito de muitas
dakinis ao seu redor. Seguindo e confiando em você eu faço a sua
prática, portanto, para que conceda suas bênçãos, por favor, venha aqui!
Guru Padmasambhava, permita-me a real conquista do estado de Buda.*

Depois disso, convidamos as formas puras e espontâneas das divindades a surgirem na mandala que visualizamos:

HUNG HRI UR GYEN YUL GYI GYAM TSOI NUB JANG TSAM PAD MA TONG DEN GE SAR
ZHAD PAI WUE DE SHEG GYAL KUN THUG JE TRUL PAI KU GU RU PAD MA JUNG NAE
ZHE SU DRAG DE TONG GYE DE DAK KI DAM CHEN CHE DAE GUE MOE DUNG LO YI
CHEN DREN NA CHOG CHU GAR ZHUG DAG PA SANG CHEN ZHING NGA YAB ZANG
DOG PAL RI PHO DRANG NAE UR GYEN THOD THRENG YAB YUM SHEG SU SOL

*Hung. Hri. No lado noroeste do oceano no país de Uryen,
no centro do estame totalmente aberto de um lótus de mil pétalas,
está a emanção da compaixão de todos os sugata jinas, Guru Padmasambhava de grande
renome. Junto com aqueles que desfrutaram das alegrias da
felicidade e sunyata, as dakinis e guardiões de votos. Quando convidamos vocês
com nossas mentes ansiosas, cheias de fé e devoção, de onde quer que estejam,
das dez direções, do reino muito secreto do palácio de Ngayab
Zangdopalri, Uryen Thod Threng e sua consorte, por favor, venham aqui!*

DHA NA KO SHAI YUL GYI TSO LING NAE GU RU TSO KYE DOR JE SHEG SU SOL
MONG PAI MUN PA MA LUE SEL DZAD PAI GU RU LO DEN CHOG SE SHEG SU SOL

*Do lago na terra de Dhanakosha, Guru Tsokye Dorje,
por favor venha aqui! Você que elimina toda a escuridão da estupidez,
Guru Loden Chogsae, por favor, venha aqui!*

SHE JAI CHOE LA LO DROE MA MONG PAI GU RU PAD MA SAM BHA SHEG SU SOL
KHAM SUM SID SUM WANG DU DUD DZAD PAI GU RU PAD MA GYAL PO SHEG SU SOL

*Você cujo intelecto não está embotado em relação aos fenômenos
que podem ser conhecidos, Guru Padmasambhava, por favor, venha aqui!
Você que colocou as três esferas e os três mundos sob seu poder,
Guru Padma Gyalpo, por favor, venha aqui!*

KYE MED RANG JUNG YE SHE DON TON PAI GU RU NYI MA OD ZER SHEG SU
SOL DUD ZHI ZIL NON LAM NAM THAR CHIN DZAD GU RU SHAK YA SENG GE SHEG SU
SOL

*Você que ensina a natureza original da cognição pristina não-nascida auto-existente, Guru
Nyima Odzer, por favor, venha aqui! Você que intimidou os quatro maras e completou as
etapas e os caminhos, Guru Shakyas Senge, por favor, venha aqui!*

MU TEG DUD PUNG CHE MAR LAG DZAD PAI GU RU SENG GE DRA DOG SHEG SU SOL
DRA GEG DAM SI MA LUE DUL DZAD PAI GU RU DOR JE DRO LOD SHEG SU SOL

*Você que tritura a multidão de tirthikas e maras até virar pó,
Guru Senge Dradog, por favor, venha aqui! Você que submete todos os inimigos,
obstrutores e perturbadores de votos, Guru Dorje Drolo, por favor, venha aqui!*

DE TONG GA ZHI OD PHUNG BAR WAI LONG RIG DZIN PA WO DAK KI SHEG SU SOL
THRIN LAE ZHI DRUB CHOE SUNG DAM TSIG DAG KA SUNG LAE JED DAM CHEN SHEG
SU SOL

*Você que está na vastidão da massa crescente de luzes das quatro alegrias
de felicidade e vacuidade, vidyadharas, viras e dakinis, por favor, venha
aqui! Vocês, os guardiões do dharma, com votos puros que praticam as quatro
atividades, guardiões da ordem, trabalhadores e cumpridores de votos, por favor, venham aqui!*

NAL JOR CHI NANG BAR CHE SAL WA DANG CHOG DANG THUN MONG NGOE DRUB
TSOL WAI CHIR CHEN DREN NAE DIR DRUB PAI TAG TSEN TON BENDZA SA MA YA DZA
DZA

*Para limpar os obstáculos externos e internos dos iogues,
e para conceder as realizações supremas e gerais, mostre os sinais
e símbolos de prática neste lugar para o qual você está convidado.
Mantenha seus votos vajra! Venha! Venha!*

No tantra há dois aspectos nas divindades que visualizamos. A primeira forma é chamado de *samayasattva*, ou *damtsigpa*, e a segunda forma é chamada de *jnana-sattva* em sânscrito ou, em tibetano, *yeshepa*. Ao receber a iniciação, você tem permissão de fazer a visualização. O que significa que você tem que fazer a visualização regularmente e você está autorizado ou, mais diretamente, você está fortalecido através de seu corpo, fala e mente para entrar neste estado de ligação com a divindade. Com base nisso, você dá o seu melhor para visualizar claramente, você tenta ser Padmasambhava. Mas, então, nós também acreditamos que, em Zangdopalri, Padmasambhava está lá, e com base em nossa fé e prática, ele envia sua forma pura, que é chamada de *yeshepa*, ou seja, sua forma natural sem esforço, como uma manifestação espontânea de sabedoria.

Assim, em primeiro lugar, quando fazíamos a visualização da mandala estávamos trabalhando com *damtsigpa*, porque estamos tentando criar as imagens descritas no texto, de acordo com os votos que fizemos na iniciação mas aí, quando recitamos esta invocação, estamos convidando *yeshepa* a vir e se fundir com *damtsigpa*. Quando você pratica sozinho, você pode recitar a Prece das Sete Linhas muitas e muitas vezes, cante-a com profunda fé e tente sentir a energia das divindades enquanto elas vitalizam sua visualização.

Isso não é um ensaio geral, é real. Continue orando até você ter uma experiência vívida da presença de Padmasambhava, até senti-la em seu corpo, e sua mente ficar relaxada e aberta. Lemos a descrição e tentamos experimentar essa visualização de nós mesmos como Padmasambhava, com a mandala inteira se tornando inseparável do próprio Padmasambhava. Você pode imaginar as formas puras fundindo-se como raios de luz, ou como neve suave dissolvendo na água. Nesse momento, a dualidade do esforço criativo e da manifestação espontânea é dissolvida em sua união.

Isso tem algumas semelhanças com o que acontece na missa cristã, em que o sacerdote, por seus votos e ordenação, tem o direito de preparar a hóstia e então, através do mistério da missa, a transformação, a transfiguração, a mutação acontece e a presença real de Cristo se faz na hóstia. E, é claro, na história do cristianismo, muitas vezes tem sido uma questão de saber se isso é uma metáfora ou é uma realidade viva. É isso realmente o sangue de Cristo ou é um símbolo do sangue de Cristo? Nós temos a mesma questão aqui e tiraremos mais proveito disso se pudermos realmente acreditar que isso está acontecendo. Você pode ver como uma metáfora ou como um símbolo de alguma coisa, mas é muito melhor estar dentro disso – *isso é agora realidade*, sem dúvida.

Convite para sentar

HRI DE TONG RAT NA BAR WAI KYIL KHOR DU CHAG MED PAD MA THAB SHE NYI DAI
TENG GYE PAR ZHUG LA BAR CHE SAL WA DANG CHOG THUN NGOE DRUB TSOL CHIR
TEN PAR ZHUG BEN DZA SA MA YA TISHTA LHEN

*Hri. Na mandala de joias brilhantes de felicidade e vacuidade,
sobre o lótus da liberdade do desejo e o sol e a lua
do supremo conhecimento e da compaixão, sente-se alegremente e então,
para liberar os obstáculos e garantir realizações supremas e gerais,
por favor, fique firmemente aqui. Mantenha seus votos vajra. Permaneça realmente aqui!*

Nós já somos a deidade, então estamos nos convidando a sentar: “Padmasambhava, por favor, sente-se.” “Ah, obrigado.” Quando dizemos, *sa ma ya tishta len*, isso significa a verdadeira fusão de *damtsigpa* e *yeshepa*. Eles fundiram-se completamente. Em primeiro lugar, nós os convidamos a vir, agora os acolhemos. Para acolher o outro, temos que abrir espaço, nos apagarmos pelo bem do outro, colocando-os em primeiro lugar, focando-se neles. Então oferecemos a saudação:

HRI DUE SUM GYAL WAI THRIN LAE CHIG DUE SHING DRO NAM RIG DZIN SAR KOD RIG
KYI LHA NA TSOG THRIN LAE DRUB PAI RANG ZHIN LA DAG CHAG RAB GUE DUNG
WAE CHAG TSAL LO A TI PU HO PRA TI TSA HO

*Hri. As atividades de todos os budas dos três tempos reunidos em
um, a deidade da família do lótus que coloca todos os seres no mesmo nível dos vidyadharas
-- para você, que tem a natureza de realizar muitas
atividades, fazemos a saudação com intensa fé e devoção.
Saudação a você. A maior das saudações a você.*

Então fazemos esta prostração, ou homenagem, a nós mesmos na forma de Padmasambhava. Você pode conhecer os escritos de Walt Whitman. Em um de seus poemas famosos, ele diz: “Eu canto a canção de mim mesmo”. Nós, é claro, vivemos em uma cultura que é muito sensível ao orgulho, ao narcisismo e assim por diante, e tendemos a ser encorajados quando crianças a pensar nas boas qualidades dos outros e não se exibirem, ou a não ter muito orgulho. Mas no tantra eles falam de *lha'i nga gyal*, que significa orgulho da divindade. Isso significa que devemos nos orgulhar de ser esta forma divina. Isso funciona como um antídoto para todas as coisas samsáricas familiares às quais prestamos homenagem. Isso é seguro, como orgulho, porque a natureza da divindade é sabedoria e compaixão, e esta sabedoria é a compreensão da vacuidade, de que não há uma natureza própria inerente, então o orgulho não vai se inflar de alguma forma. Ele apenas se desdobra e depois se dissolve.

d. Oferendas

HRI TSA SUM DAG NYID RIG DZIN KYIL KHOR DU LHA DZAE NA TSOG CHI YI CHOD PA
BUL RANG JUNG NAM DAG NANG GI CHOD PA BUL THUG DAM GYE KANG NGOE DRUB
DENG DIR TSOL

*Hri. Para a mandala do vidyadhara com a natureza das três raízes,
apresentamos a oferenda externa de diferentes itens para as deidades.
Apresentamos as oferendas internas muito puras que ocorrem por si mesmas. Que sua mente
e votos sejam plenamente satisfeitos e felizes e nos concedam realizações aqui hoje!*

As oferendas externas são descritas no próximo verso, as ofertas internas adiante.

GURU PADMA SAPARI WARA BENDZA ARGHAM PHADYAM PUPE DUPE ALOKE GANDHE
NEWIDYE SHABDA AA HUNG

*Padmasambhava, a você e seu círculo, oferecemos água potável vajra, água para banhar os
pés, flores, incenso, lamparinas, água perfumada, comida, música. Por favor, aceite estas
oferendas que são puras em sunyata.*

MA HA SAR VA PAN TSA AM RI TA KHA RAM KHA HI MA HA BHA LING TA KHA HI MA HA
RAKTA KHA HI MA HA SAR VA PU TSA KHA HI

*Beba todos os cinco grandes elixires libertadores! Coma o grande sacrifício.
Coma o grande rakta! Coma todas essas grandes oferendas cerimoniais!*

E então temos essas oferendas mais secretas de união e libertação:

*Hri. A união da aparência e da vacuidade é a grande felicidade bodhicitta, o artefato de
oferenda que tem o sabor da união da cognição imaculada das quatro alegrias, e o artefato de
oferenda do cadáver demoníaco da libertação/destruição de pensamentos gananciosos --
oferecemos
todos eles no dharmadhatu, por favor, aceite-os no estado de um sabor único.*

Vacuidade e aparência estão unidas, são inseparáveis. Essa união, como a união sexual, dá origem ao prazer, mas aqui não se trata do breve prazer do sexo, mas da felicidade imutável da iluminação. As quatro alegrias são o movimento das energias masculina e feminina unidas, erguendo-se pelo canal central e, em seguida, descendo novamente. Com isso toda a energia se equilibra, tudo torna-se equilibrado, calmo e aberto, e essa união é a base para a compreensão de um sabor único.

Em um nível ordinário, sabemos que, ao fazer um bom sexo, você se sente melhor, porque ao fazer sexo, você se envolve totalmente no processo e, ao ter um orgasmo, e isso ocorre em um espaço de calor e respeito, há uma dissolução e uma abertura. Esse processo permite que todos

os pequenos nervos do corpo se descontraíam um pouco e depois nos sentimos muito mais relaxados, e esse estado de ânimo permanece conosco. Quanto mais se puder focar a atenção em outra pessoa, e trabalhar com forma e vacuidade, sensação e vacuidade, pode se acumular mais energia e mais abertura ao mesmo tempo, e com isso nos sentimos melhor. Você pode ver isso em termos metafóricos ou como uma união sexual real. Estamos oferecendo a felicidade da dissolução das barreiras entre o eu e o outro, a dissolução das entidades, da dualidade, e com isso a experiência de um campo integrado surge.

A terceira linha trata da liberação, do aniquilamento dos constrangimentos e obscurecimentos do estado natural. *Nga dag* significa 'eu mesmo', o forte sentido de si mesmo, e *tsen ma* é uma espécie de sinal ou significação. *Tsen ma* pode ser usado para significar uma espécie de manequim mágico, um simulacro, uma representação. As noções de mim, eu, meu são apenas isso – noções. Através do processo de conceituação, criamos objetos, pelo poder de nossa própria definição. É o método pelo qual imputamos natureza própria inerente a coisas que não têm isso. Ou seja, a energia da mente cria a ilusão de entidades reais separadas, incluindo a reificação do sentido percebido de si mesmo. Esse é o demônio que queremos matar. Essa é uma qualidade em nós mesmos, sermos os demônios que criam o samsara. Nosso próprio apego, nosso próprio investimento em uma natureza própria inerente, cria o samsara.

Como esse é o nosso demônio, outras pessoas também podem ser nossos demônios. Sendo mais claro, o demônio raiz ou o demônio causal é o nosso próprio apego, o nosso próprio maior investimento. Mas dado que tenho uma tendência de categorizar, se Robert, por exemplo, faz algo que se encaixa em minha categoria, naquele momento ele torna-se um tipo de demônio para mim, porque minha tendência demonizadora é despertada por sua atividade. Não é uma questão de ou/ou, não é que ou eu sou o demônio ou você é o demônio. O verdadeiro demônio é a dualidade, e a dualidade une as duas coisas. Ela faz uma entidade em você, uma entidade em mim. Quando essas duas se chocam, temos o atrito, que é o sofrimento do samsara e é por isso que o chamamos de *demônio*, porque nos perturba.

Às vezes, temos que interromper o que quer que estamos fazendo. Alguém diz, “Ah, não consigo organizar minha vida”, e você diz “Por que?” e ele diz: “Bem, eu sou muito preguiçoso.” Tudo o que você pode dizer é: “Pare com isso!” Não há mais nada a dizer. Você pode gastar muito tempo, especialmente no caso de um terapeuta como eu, e ser pago para fazer isso, investigando por que alguém é preguiçoso e por que não consegue realizar seus sonhos e fazer o que quiserem fazer com suas vidas. Mas, como disse o Buda, se um homem de repente descobre que uma flecha está cravada em seu braço, ele não pensa: “Oh, de onde veio essa flecha? Quem fez isso? De que tipo de madeira é feito?” Ele tenta tirar. É por isso que budismo e psicoterapia não combinam muito bem. O budismo diz que as causas de todo o nosso sofrimento são devidas às atitudes que temos em nossa própria mente, elas não são devidas ao que nossos pais fizeram. A principal coisa que temos que fazer é acordar e assumir a responsabilidade pela situação em que nos encontramos, parar de perder tempo culpando outras pessoas e fazer algo diferente para mudar a situação em que estamos. É por isso que se diz que devemos matar este demônio. Não vamos tentar educar o demônio, ou convertê-lo ao budismo. Só queremos que se dissolva para que não nos incomode mais. Gastamos muito tempo em nossas vidas pensando: “Por que?” e “Como?” e “O que?” É muito mais eficaz dar um passo atrás e pensar: “O que eu preciso fazer? O que me impede de fazer isso? Agora eu vou deter a coisa que está me detendo”. E então você vai e faz o que tem que fazer.

Quando eu morava na casa de C R Lama, ele e sua esposa tinham um relacionamento meio difícil. Ela costumava entrar e dizer: “Ah, isso está acontecendo, e aquilo está acontecendo”, e ele ouvia e dizia: “Ah, deixe para lá (*yuk sha*). Deixe para lá. Vamos tomar um chá”. Interrompa de uma vez, porque se você mantiver isso cozinhando, cozinhando, em sua mente -- eles disseram isso, e nós dissemos aquilo, e o que estamos fazendo, e *blábláblá* — você enlouquece. Não há fim para isso.

Se você ceder às suas emoções, e muitas vezes parece ser muito importante fazer isso, você sente algo e realmente quer compartilhá-lo e contar a alguém, "Sabe, quando você disse aquilo eu realmente me senti magoado", você quer realmente dizer isso porque é importante, mas, se você fizer isso, será como beber água salgada. Você vai conseguir algum alívio da sede, por causa da água, mas depois o sal fará você ter mais sede. Há mais a dizer e mais a fazer, e isso nunca termina. Felicidade duradoura exige a escolha de romper as correntes, os tentáculos dos apegos, do envolvimento, da identificação.

A Oferenda da Visão

HRI ZHI YING TROE DRAL NYAM PAI YE SHE LA GAG DRUB DZIN PA KUN DRAL DE
ZHIN NYID KHOR DAE CHOE CHEN CHOE NYID RIG DZIN LONG THA DRAL CHOE ZAD
TA WAI CHOD PA ZHE BO DHI TSIT TA SAR VA PU TSA HO

Hri. A simplicidade da dimensão da base, a experiência sem viés e original; a atualidade livre de todo apego, inibição e encorajamento – por favor, aprecie a oferenda que nos dão da visão da liberação ilimitada de fenômenos em que samsara e nirvana, apropriação e atualidade, são ambos a dimensão da presença.

Isso é muito importante, porque é realmente para isso que deveríamos estar tentando despertar. A base de tudo, de todo samsara e nirvana, é a dimensão infinita, sem começo nem fim, livre de qualquer tipo de constrangimento. Quando você se encontra nesse estado, manifesta-se a experiência original da igualdade de tudo o que surge. Se você for comprar leite, você pode comprar leite homogeneizado, e ele é padronizado, então cada garrafa tem a mesma coisa. O fabricante pode dizer: “Podemos garantir a mesma qualidade em todos os nossos produtos.” Este versículo não significa nada disso. Não é uma igualdade homogeneizada. Significa que cada coisa é exatamente como é, manifestando toda a sua diferença, mas sua natureza própria inerente é a mesma porque sua natureza própria inerente é vacuidade. É por isso que dizem do iogue, que ele ou ela deve ser o mesmo, quer venham coisas boas ou venham coisas ruins. Se você está feliz, seja feliz, mas feliz na vacuidade. Se coisas más ocorrerem e você ficar triste, fique triste, mas triste na vacuidade. E a maneira como você faz isso é não se identificar com o evento, ou a experiência conceitual, que se manifesta.

Por exemplo, quando você está feliz, a realidade é que a felicidade é um estado de espírito, ou uma cor que passa pelo espaço da experiência. E o mesmo quando estamos infelizes. Não é que sejamos infelizes, mas que a infelicidade é um humor impermanente, ou cor, que está passando por este espaço de experiência. Assim como nos sentamos nesta sala e agora está quente porque o sol a está aquecendo. Depois de um tempo, o sol se põe e o quarto fica frio. Podemos dizer, “Oh, o quarto está tão quente, Deus, que calor!” e abrimos a janela. Mas depois

dizemos: “Oh Deus, está tão frio. Podemos ligar o aquecimento?” Quando este nível de experiência nos pega, significa que estamos longe da igualdade. É ser flagrado na reatividade em que você se identifica com o momento, como se fosse uma realidade total, verdadeira. Quando estamos presentes no estado de mesmidade (16), podemos ficar tristes quando estamos infelizes, e quando estamos felizes, podemos ficar alegres. Parece o mesmo de antes, mas na verdade é diferente e quanto mais você pratica, mais você tem noção disso.

A segunda linha afirma que a realidade está livre de ambicionar todas as possibilidades de tentar deter as coisas que você não gosta e encorajar as coisas que você gosta. Coisas más acontecem. Na vida comum às vezes precisamos intervir e outras vezes precisamos deixar as coisas acontecerem. Precisamos saber quando vale a pena tentar lutar e mudar as situações. Isso depende também da nossa natureza habitual. Algumas pessoas estão localizadas na família da raiva, do fogo, e por isso estão acostumadas a forçar, a manipular o mundo, a tentar conseguir o que querem e rapidamente se sentem pressionados pelos outros. Essas pessoas precisam aprender a aceitar mais. Outras pessoas, que aceitam o tempo todo e cedem, estão mergulhadas no elemento água. Elas flutuam, tentando se encaixar com as pessoas ao redor. Essas pessoas precisam pegar uma lima e afiar os dentes e praticar mordidas.

Temos que realmente entender o que este texto significa. Quando diz para nos livrarmos de qualquer empurrão ou puxão, não é que essas atividades não devam absolutamente ocorrer. O que ele quer dizer é que você não pode viver nesse nível. Se você tomar isso literalmente, diz que você não pode dizer não, e você não pode dizer sim. Dessa maneira, uma pergunta simples, como “Você gostaria de chá?”, paralisaria você. O que significa é que se a sua atitude é firme e você descarta o chá porque você realmente não gosta, isso não é bom. Se você o está puxando para você, porque pensa, “Eu realmente preciso disso”, isso também não é bom, porque é muito intenso, muito sólido. No coração de tudo está a vacuidade. De novo e de novo, você deve estudar a vacuidade, examinar a vacuidade através da impermanência na vida diária, e realmente tentar entender isso.

Na dimensão da compreensão dos vidyadharas, ou seja, na natureza da realidade em si, não há separação entre samsara e nirvana ou sujeito e objeto. Nesta situação não há limites. Isso quer dizer que nunca chegamos a alguma coisa da qual precisamos recuar. Nós podemos comer o mundo. Podemos atravessar qualquer tipo de experiência, não como um super-herói, mas como uma lucidez ampla. E nessa visão, todos os fenômenos (fenômenos aqui significa todas as coisas que parecem ter natureza própria inerente, coisas que parecem existir em si), estão exauridos. Você não encontra mais nenhum fenômeno. Essa é a visão que oferecemos.

Por exemplo, se você vai ao cinema, primeiro há uma tela branca, então o filme começa, e você está vivendo no filme. Você pode saber em sua cabeça que isso é apenas um filme, mas se é um bom filme, é muito difícil não ser puxado para dentro dele. O que estamos tentando fazer nesta prática de tantra aqui é experimentar o filme do samsara, mas saber que é um filme à medida em que o experimentamos. Claro, é mais complicado, porque não estamos sentados em um cinema assistindo ao filme, estamos de fato no filme, como atores. E é por isso que, na prática da meditação, às vezes praticamos estar na platéia, dando um passo para trás e apenas observando o que está acontecendo, e às vezes nos tornamos mais o protagonista e damos um passo para dentro dele.

Oferecemos este estado não-dual e o selamos com o mantra da oferenda.

e. Louvor aos Três Kayas

HRI MA CHOE TROE DRAL LA MA CHOE KYI KU DE CHEN LONG CHOD DZOG KU PAD
MA JUNG NA TSOG NAM ROL THAB GYI DRO WA DUL KU SUM DAG NYID PAD JUNG JE
LA TOD

Hri. O guru espontaneamente livre de todas as posições relativas é o dharmakaya. O sambhogakaya da grande alegria é Padmasambhava. Com o método de mostrar muitas emanações diferentes você educa os seres, nós louvamos o nobre Padmasambhava que tem a natureza dos três kayas.

Uma vez obtida a presença das divindades devemos louvá-las, pois queremos dizer: “Oh, estamos tão felizes por vocês estarem aqui. Nós realmente reverenciamos vocês.” Uma das coisas que me impressionou quando eu era jovem e viajava pela África e pela Ásia era como as pessoas são muito respeitadas nas culturas tradicionais. Vivemos em uma cultura hoje em dia na qual as pessoas querem ser descoladas, querem relaxar, elas não querem levar nada muito a sério e acham muito difícil respeitar a grande realização que várias pessoas alcançaram. Esses versos são uma forma de sublinhar para si mesmo o quão importante esse tipo de prática é. Não é sem importância, não é apenas blá-blá-blá, é uma verdadeira transformação.

Louvar é uma tradição muito importante e antiga no budismo. A mais antiga veneração do Buda consistia principalmente em louvar. Por exemplo, na atual tradição theravadin, embora não haja práticas de visualização do Buda ou qualquer tipo de prática tântrica, eles recitam versos de louvor ao Buda, que não são tão diferentes. Tradicionalmente, louvamos o rei e, ao fazer isso, estamos reconhecendo a separação em status e poderes entre o rei e as pessoas comuns. Hoje em dia, as pessoas têm direitos democráticos e são consideradas iguais, mas ainda há uma enorme variação em suas qualidades. É muito importante ser capaz de manter dois níveis ao mesmo tempo. Por um lado, precisamos nos fundir com Padmasambhava e sentir essa experiência e se acostumar com ela, e por outro, precisamos estar cientes de como somos limitados e, através do louvor ao guru, chegar a emulá-lo e a desenvolver essas qualidades.

Hri é a sílaba semente da família dos lótus. Daí *ma choe troe dral la ma choe kyi ku*, conhecemos essa linha de antes. Dharmakaya é o guru que é completamente livre de fabricação, de falsidade e elaboração. Então *de chen long chod dzog ku pad ma jung*, que é, obviamente, uma variação da forma padrão dessa oração; e aqui Padmasambhava está sendo visto como na forma samboghakaya e não como na versão anterior, onde ele aparece na forma nirmanakaya. Uma das coisas que dificulta o aprendizado sobre o budismo tibetano é a maneira como as divindades e as palavras têm significados diferentes e funções em diferentes textos e contextos. Embora normalmente diríamos que dharmakaya é Amitabha, samboghakaya é Chenresi, nirmanakaya é Padmasambhava, Padmasambhava pode ser todos os três, dharmakaya, samboghakaya, nirmanakaya, ou como aqui, sua forma samboghakaya pode ser destacada. Não é que ele seja ou uma coisa ou outra, mas que ele se manifesta de maneiras diferentes, e é inapreensível como uma entidade.

O budismo é antifundamentalista, porque o solo ou a base no budismo é vacuidade, e você não pode ter um dogma de vacuidade – embora muitos estudiosos tenham sido dogmáticos sobre sua interpretação da vacuidade. A verdadeira natureza está além da expressão e, portanto,

o que quer que estejamos dizendo ou falando sobre ela é em si mesmo algum tipo de representação simbólica, algum tipo de 'gesto na direção de', mas nunca exatamente a coisa em si.

A segunda linha diz *de chen long chod dzog ku pad ma jung*, o samboghakaya cuja qualidade é grande felicidade. Esse é Padmasambhava. Por que o samboghakaya é descrito como *dechen*, muito feliz ou cheio de alegria? É porque, na natureza da ignorância, não sabendo realmente quem somos, nossa base comum não é vacuidade, mas um senso de eu. E esse senso de eu, porque não é em si mesmo verdadeiro, traz consigo a ansiedade. Daí, quando saímos de nós mesmos para interagir com o mundo, essa interação, antes mesmo de nos depararmos com a situação, é cheia de esperanças e medos. Essa estupidez raiz mantém a ansiedade básica, e então desejo e aversão carregam a tensão de empurrar-puxar, e esse triângulo dinâmico está operando antes de entrarmos em atividade. No samboghakaya, o fundamento não é o nosso senso ansioso do eu, mas a abertura do dharmakaya e assim, à medida que a energia começa a ser mobilizada para a manifestação, ela participa em um modo muito relaxado. Essa é a base de, aqui, dizer *dechen*.

A terceira linha diz *na tsog nam rol thab gyi dro wa dul*, significando que, em prol de ajudar outros seres, muitas manifestações diferentes ocorrem de uma maneira simples. A energia samboghakaya que surge sem esforço exhibe muitas formas diferentes para ajudar os seres. A palavra no final, *dul*, está ligada a *dulwa*, a *vinaya*, o conjunto de regras seguidas por monges e monjas, e implica uma espécie de restrição, ou uma espécie de direção. Em português, poderia ser traduzida por "disciplinado". Ela traz consigo o sentido de que todos os seres, sejam humanos ou gatos e cães, ou deuses ou demônios, estão fora de controle. Significa que esses agricultores que levam uma vida muito controlada, regular e disciplinada, ordenando suas vacas, cortando a grama e assim por diante, desse ponto de vista, estão totalmente fora de controle. Até mesmo um general no exército está fora de controle, alguém cuja vida é completamente regida por regras e regulamentos. 'Disciplina' aqui significa que toda a energia do karma deve ser voltada para a vacuidade e integrada à vacuidade.

Porque você não pode pressionar as pessoas na direção certa, disciplinar os seres é muito difícil. Assim como ocorre com algumas crianças que, se você quiser controlá-las, deve gritar com elas; com outras crianças, no entanto, se você quiser controlá-las, tem que ser muito delicado. Mas gritar com uma criança para acalmá-la em um estado de medo não é útil. Elas podem estar sentadas sem se mover, mas por dentro há muito movimento acontecendo. Então *dulwa* aqui, é sobre a redução da vibração da energia dual para que ela possa relaxar de volta à vacuidade do solo, e então os três kayas possam se manifestar. Claro que podemos aprender a controlar nosso comportamento usando regras e regulamentos, mas a estrutura disso é que estou dizendo a mim mesmo, ou estou me forçando, para ficar calmo e silencioso, então ela permanece dentro de uma estrutura dualista, e enquanto essa estrutura estiver sendo reforçada, a base para a geração de mais carma está estabelecida.

É por isso que a compaixão é tão difícil no budismo, porque compaixão significa ajudar as pessoas a reconhecer a natureza de sua própria perturbação e então trabalhar, em relação ao dharma e aos professores e assim por diante, para acalmar essa perturbação. Quando a vida é muito fácil, muitas vezes é difícil saber que há algum trabalho a ser feito. Renúncia, não apenas no sentido de assumir votos monásticos, mas de desistir das formas usuais de conforto, é realmente o início da disciplina. A renúncia é muito importante porque ao colocar a si mesmo em

um estado de vulnerabilidade, abrindo mão de camadas de proteção, a pessoa reconhece por si mesma que sua vida está fora de controle.

Então, na quarta linha, louvamos Padmasambhava, que é a integração ou a manifestação dos três kayas. No texto, em termos de visualização, há oito formas de Padmasambhava, mas também há centenas de milhares — milhões — de formas de Padmasambhava. Nós nunca podemos realmente saber quem é Padmasambhava, pois ele não é um objeto de conhecimento. Ele nos escapa. Não é que Padmasambhava tenha uma forma real, e então coloque algum tipo de fantasia para ajudar em diferentes situações. Ao contrário, essas diferentes formas surgem de acordo com as diferentes situações, e em cada uma dessas situações, está o verdadeiro Padmasambhava. Assim como em nossas vidas, em diferentes situações nos apresentamos de forma diferente. Essas diferentes formas que mostramos tendem a ser manifestações de nosso próprio carma. Ou seja, como nos manifestamos é determinado pela interação de fatores internos e externos. Estamos mostrando uma forma específica porque é o melhor que podemos fazer sob essa circunstância. Mas Padmasambhava está aqui mostrando essas diferentes formas por causa da necessidade dos outros. Muitas vezes, as formas que ele mostraria não são tão diferentes das que mostramos, a principal diferença está no solo, ou base, para a manifestação, se é apego autorreferencial ou generosidade altruísta e capacidade de resposta.

Eu acho que uma das coisas interessantes nos aspectos de Padmasambhava é que você não pode usar Padmasambhava como um detergente. Você não pode usar Padmasambhava como uma ama-seca, e não pode encontrar Padmasambhava em um supermercado. Mas é claro que *pode*, embora não no *puja*. Precisamos lembrar que as formas no *puja* são as formas de louvor, as formas elevadas e que elas não são as únicas. As formas reais de manifestação da compaixão de Padmasambhava estão além da imaginação e são encontradas todos os dias, se estivermos abertos. É muito fácil ficar confuso, imaginar que a compaixão é sempre um fenômeno de cima para baixo com um ser esplêndido ajudando um ser inferior. De fato, a compaixão dos budas e da atividade do bodhisattva é exibida de inúmeras maneiras comuns por grandes seres que parecem, exteriormente, como todo mundo. É importante não confundir as formas sambhogakaya da prática, onde as formas são fixas e radiantes, com a infinita variabilidade do nirmanakaya.

KU NI MI GYUR KUN TU ZANG POI KU SUNG NI MI GAG DRUG CHUI DANG DRA CHEN
THUG NI MI YO MA SAM JOD PA DRAL KU SUNG THUG DEN TSO KYE JE LA TOD

*Sua fala é o corpo imutável de Kuntu Zangpo,
sempre incessante com as sessenta melodias de Brahma.
Sua mente é inabalável, além da fala, dos pensamentos e da expressão.
Oferecemos louvor a Tsokye Dorje que é detentor desses corpo, fala e mente.*

O corpo de Samantabhadra é o corpo da vacuidade. Samantabhadra nunca mudou desde o princípio. Esse corpo é a base de toda manifestação. É o dharmadhatu, a extensão infinita da manifestação, sem começo nem fim. Quando relaxamos nossas fixações habituais, vemos que tudo está se manifestando imediatamente de forma integrada a partir da base, e vemos que não há diferença entre esta e a manifestação.

Essa integração é o corpo que nunca muda. A manifestação está sempre ocorrendo. Seus conteúdos, ou as ondas da forma, estão sempre mudando. Todas as formas que se manifestam no mundo em termos de nirmanakaya, todas as coisas que vemos, todos os níveis de manifestação, não fazem nenhuma mudança em suas próprias bases. É por isso que o verso diz que o corpo é imutável. Os próprios corpos, é claro, mudam o tempo todo. Desde o início do tempo, o corpo não nascido de Samantabhadra esteve sentado sem se mover.

A fala é esse fluxo incessante das sessenta diferentes melodias e sons. Sessenta melodias é uma antiga noção hindu de que Brahma, o deus criador do mundo, usou sessenta sons diferentes para concretizar a manifestação. Isso significa que todos os sons que ouvimos, não importa de que tipo eles sejam, um avião passando, um vidro sendo quebrado, alguém gritando de dor ou horror, alguém chorando em desespero, todos esses sons são o jogo incessante do nível samboghakaya.

Então, a mente fica imóvel e além de toda fala, pensamento e expressão. Assim como muitos animais, quando são caçados por outros animais, ao sentirem qualquer perigo, eles ficam parados, muito silenciosos, porque sabem que ao se moverem serão vistos mais facilmente, então a natureza da mente, porque ela não se move, é muito difícil de encontrar. Essa mente nunca pode ser descrita. Ou seja, não existe como objeto. Nós, como seres humanos, nos revelamos através de nossas atividades. Normalmente, quando descrevemos alguém em termos de suas qualidades, descrevemos as coisas que eles fazem. A descrição é uma manifestação verbal e tem alguns paralelos com a manifestação da atividade. Mas a própria mente, nossa verdadeira natureza, não é uma manifestação. Não pode ser vista, descrita, medida. Só pode encontrar-se presente nela mesma, e, assim, não há palavras.

Daí o próximo verso:

DRO WAI DON DU YID ZHIN NOR BUI KU
TSEN TSAM THOE PAI DUG NGAL SEL DZAD CHING THRIN LAE THAR CHIN DRUB NYE
TSEN CHOG GYAD YON TEN DZOG PAI JE LA CHAG TSAL TOD

*Seus são os corpos que realizam os desejos que trazem benefícios aos seres.
Basta ouvir seu nome para remover todas as tristezas. Você tem oito excelentes
formas que completaram as atividades e ganharam siddhis. Nós oferecemos
saudações e louvores ao nobre que tem todas as boas qualidades.*

Em prol de beneficiar os seres, você mostra esse maravilhoso corpo semelhante a uma joia. Ouvir seu nome é suficiente para liberar o sofrimento dos seres. E, por meio desses oito modos, você tem a concretização de todas as atividades. Isso significa que, através dessas oito formas de Padmasambhava, cada tipo de atividade, particularmente as quatro atividades básicas de pacificar, aumentar, dominar e destruir, são executadas. Louvamos você que tem essas qualidades completas, ou perfeitas.

Muitas das maneiras de conceituar pessoas, ou descrevê-las em termos de listas e categorias, são determinadas por estruturas pré-existentes. Portanto, no budismo, você tem muitos três, muitos quatros, muitos cinco, setes, oitos e assim por diante. Aqui, nesse verso, embora não esteja completamente lá, temos corpo, fala, mente, atividades e qualidades, que é uma categoria

quíntupla bastante padrão. Nesse tipo de versos de louvor você terá muitas coisas encaixadas nessas formas padrão. Esses são modos de retórica.

O próximo verso:

DOR NA NA TSOG RIG PAI ZHI TSAL LHA GANG DUL TRUL PAI JED PO PAD MA JUNG
SANG SUM KOD PA GYAL WAI KYIL KHOR DZOG THRIN LAE DZOG PAI JE LA CHAG
TSAL TOD

Em resumo, as várias e diferentes deidades-caminho do fluxo de energia da base da lucidez natural são as emanções produzidas por Padmasambhava de acordo com as necessidades dos seres. A você que tem a mandala completa dos três kayas do Buda, saudamos e louvamos o nobre que concluiu todas as atividades.

Este é o louvor da conclusão. Você é a deidade, aquela que é a energia básica dessa qualidade multifacetada de lucidez. Ou seja, todas essas formas da divindade que se manifestam não são auto-existentes, são todas simplesmente modos da energia da lucidez, e a lucidez ou *rigpa* está sempre integrada com o solo, que é a vacuidade. Isso é importante porque, como discutimos anteriormente, no cristianismo, o relacionamento do ser humano com Deus é muito incerto. Em geral, acreditamos que Deus é amigável conosco, mas quando peço a Deus para fazer algo, ele pode fazer ou não. Essa é uma parte ansiosa da dualidade -- você age, mas não tem ideia de como a outra pessoa responderá ao que você faz.

Mas no budismo a ideia é que as coisas se manifestam de acordo com os princípios da co-originação dependente. Ou seja, vivemos em um mundo de interação mútua. Se alguém é bom para nós, nos sentimos felizes, se alguém não é bom nos sentimos tristes. Se você colocar madeira na água, ela flutuará e, se você colocar lenha no fogo, ela queimará. Da mesma forma, se você fizer a prática, você vai obter o resultado. Não é que Padmasambhava tenha humores, desejos, gostos e aversões. É um processo automático. A limitação do processo decorre de nossa limitação, da nossa incapacidade de entrar totalmente no processo, mas do lado da deidade não há limitação. Agora, porque eu estou um tanto gordo, quando eu tenho que levantar, preciso me esforçar e fico ofegante, mas Padmasambhava tem um corpo leve, então -- é um estalar de dedos! É assim mesmo. Não há nenhuma caloria em Zangdopalri, é um ótimo milagre!

Reconhecendo isso, podemos evitar o uso da devoção de maneira errada. A devoção não é: "Oh, por favor, me dê isso", como se fôssemos uma criança pequena, pedindo um presente. A devoção é um método de resolver a ansiedade na mente, que caso contrário, mergulha na distração. Repousamos na confiança de que o significado do texto se manifestará por meio de sua prática.

Essa visão ajuda a próxima parte, a prática do mantra, a ser eficaz. Um mantra não tem uma função mágica, não está criando seu resultado porque tem algum poder especial. Há algumas pessoas que traduzem mantra como 'feitiço' como se fosse algo que colocaria uma espécie de encantamento em alguém, como a Bela Adormecida. Na verdade, o mantra opera muito mais como a engrenagem de uma roda, impulsionando a atividade. Quando você liga uma chaleira elétrica, você pressiona o botão e o botão conecta a corrente, e então a energia flui e a água aquece. Da mesma forma, o mantra é um meio de estabelecer uma conexão energética que continua enquanto a pessoa o estiver recitando. É por isso que os tibetanos costumam fazer

longos períodos de recitação e é por isso que é útil dar a si mesmo tempo suficiente para fazer muitos mantras, pois eles realizam a atividade essencial. Caso contrário, você vai à cidade, entra na loja, compra chá, leite, açúcar, volta para casa, coloca água na chaleira, mas como está muito cansado senta e fica esperando, mas a chaleira nunca ferve -- porque você não pressionou o botão.

Essas práticas são muito longas e você pode passar muito tempo sem fazer as principais coisas que fazem a diferença. Nesse sentido, é muito melhor fazer o *Rigdzin Curto* e passar muito tempo fazendo mantra do que fazer o *Grande Rigdzin* e não ter tempo de fazer mantras e meditar profundamente, porque quando você lê as autobiografias de lamas, eles não dizem quantas vezes eles fizeram o puja inteiro, eles dizem quantos milhões de mantras fizeram.

f. Recitação do Mantra

Os estágios da recitação do mantra

DAG NYID L HAR SAL THUG WUE NYI MAI TENG HRI YIG TSA NGAG THRENG WAI GYAL
KUN KUL JIN LAB DAG THIM WANG THOB YE SHE GYAE PHAR THROE DRO WAI LAE
NGAN BAG CHAG JANG NANG SID GYAL WAI KU SUNG THUG SU GYUR OM AA HUNG
BENDZA GU RU PAD MA SIDDHI HUNG

Sendo claramente como a deidade, no topo de um disco solar no centro do meu coração está a letra Hri com a corrente do mantra em torno dela e da qual raios de luz irradiam para o alto, invocando todos os budas. Suas bênçãos são absorvidas em mim, ganho iniciação e as cognições prístinas se desenvolvem. Então a luz irradia para o exterior, purificando todo o mau carma e os traços sutis em todos os seres. Todas as aparências possíveis tornam-se o corpo, a fala e a mente de Padmasambhava. Guru indestrutível Padmasambhava que possui os três kayas, por favor, conceda-me realizações verdadeiras.

No disco solar há a letra *Hri*, e em torno dela o mantra está girando no sentido horário. Você o imagina como um círculo completo. Ao girar, raios de luz saem dele, da *Hri* e do mantra, como uma oferenda e evocação a todos os budas, a todos os bodhisattvas, a todos as deidades masculinas e femininas. Em resposta a esta oferenda, elas enviam a luz de volta para nós em uma forma amplificada, de forma que todas as suas bênçãos venham e se fundam conosco. Recebemos a iniciação, e nossa sabedoria e compaixão se desenvolvem. Então a luz irradia de nós novamente, dessa vez fluindo para todos os seres que sofrem no samsara, particularmente aqueles nos reinos inferiores, o dos infernos, o dos fantasmas famintos e o dos animais. Isso purifica todo o carma deles e todos os traços sutis do carma. Dessa forma, toda manifestação torna-se o corpo, a fala e a mente do Buda. E assim o nirvana, ou a dimensão dos budas, e o samsara, a dimensão do sofrimento, são reunidos em um ponto. Recitar o mantra é muito importante, porque o mantra realmente nos dá a plena sensação de que nenhuma nódoa é deixada seja onde for. Se realmente usarmos esse mantra e a visualização com fé e identificação estaremos realmente transformando a existência em que vivemos.

Agora você pode se perguntar, como pode ser que os raios de luz transformem algo muito desagradável e horrível em algo perfeito? Afinal, a luz reflete nos objetos. Pensamos que em

relação a uma parede, a luz não é muito poderosa. Essa visão surge porque acreditamos que existe uma natureza própria inerente, uma substância própria nas coisas, que afasta a luz. Mas essa luz que está brilhando aqui não é a luz comum, é a luz da sabedoria. Quer dizer, é a luz da sabedoria, que reconhece a vacuidade inerente de todos os fenômenos, e ao fazer o mantra por um longo período de tempo pode-se ter a experiência que tudo é tocado por essa luz, tudo é incorporado na dimensão da sabedoria. Ou seja, surge da vacuidade e não há nenhuma essência auto-separadora.

Se os reinos do inferno realmente fossem lugares terríveis e verdadeiramente infernais, um pouco de luz não os transformaria. Desde o princípio tudo tem sido vazio. A vacuidade se manifesta de muitas formas diferentes. Embora mostre muitas formas diferentes, essas formas são todas vazias. Você não consegue encontrar uma forma que seja verdadeira ou auto-existente. Dessa maneira, podemos ver que o samsara tem a mesma estrutura do nirvana, porque Padmasambhava, como foi descrito nas páginas anteriores, é uma manifestação que mostra outras manifestações, mas nenhuma desses aspectos de Padmasambhava é o verdadeiro Padmasambhava. Devido à interação de forças, surgem diferentes formas. Quando, devido à ausência de sabedoria, a operação cármica está ocorrendo intensamente, nós temos as condições para a manifestação de estados de terror, isolamento, desolação, todas as qualidades do inferno. Quando, nessa matriz que dá origem a esse padrão, a luz da sabedoria é introduzida, alteramos a estrutura da matriz. Então é transformada por essa luz de sabedoria.

Por exemplo, ontem, antes de sair de casa, eu estava criando uma matriz de culinária. Eu estava fritando algo em uma panela, e nessa matriz da cozinha ouvi *trim-trim*, o telefone. O telefone me fisgou. Conversei ao telefone e, ao fazer isso, transformei meu almoço nirvânico em um samsara profundo, infernal. Isso é exatamente o que o samsara é. Samsara é um padrão de relacionamento, um tipo particular de ressonância que se mantém devido a causas e condições. Quando entramos em uma vibração energética semelhante a essa dimensão, entramos nessa dimensão. Quando cessamos de estar nessa dimensão, a deixamos. Se alguma outra coisa tirar você de um estado no qual você está, então você não está mais nele. Por exemplo, se alguém está deprimido e toma Prozac, será beneficiado por isso na maioria dos casos. No entanto, o Prozac também tem alguns efeitos colaterais. Esta medicação psicotrópica, trabalhando no cérebro e no sistema nervoso, nunca é muito precisa, porque o que ela está fazendo é pegar uma matriz e forçando-a com outra coisa, então você tem a sensação de uma forma particular sendo atendida por outra forma e transformada. Mas isso é diferente, porque a luz que está fluindo para esses reinos está mostrando a verdadeira natureza desses reinos. Não está introduzindo algo novo, mas mostrando a qualidade real a partir da qual eles estão se formando e assim, ao fazer a ligação através da luz do brilho de sambhoghakaya, a forma da manifestação é transformada de sua natureza samsárica para a forma nirmanakaya.

A luz vem e mostra que o nível de manifestação é uma forma de luz e, assim, o samboghakaya alcança as formas dos seis reinos e os integra de volta à base, trazendo a libertação. Por isso é dito no final *ku sung thug su gyur*, tudo está integrado na natureza do Buda. Claro que o poder do obscurecimento é grande, e o momento de integração logo é substituído na experiência da maioria dos seres pelo retorno a seus padrões habituais, porque eles tomam seus padrões como reais. É por isso que a prática tem que ser repetida várias vezes.

Estamos agora realmente no coração absoluto do tantra. A função do tantra é transformar o mundo ao revelar a continuidade do samsara e do nirvana. Desde o princípio, tudo era puro, mas

não percebemos isso. Porque não percebemos, parece ser uma situação bastante difícil essa em que nos encontramos, mas, de fato, não é uma situação realmente séria. Então temos uma dificuldade: se confiarmos em nossos sentidos, achamos que há muito trabalho a ser feito, e se confiarmos no ensinamento, parece que não há quase nada a ser feito, já que tudo foi perfeito desde o início. O objetivo do tantra é reunir essas duas posições, nossa sensação de que as coisas estão difíceis e o sentido do ensinamento do dharma de que tudo é puro. Entre a natureza pura naturalmente existente -- ou, podemos dizer, o lado do nirvana -- e o lado da confusão, coberto pela ilusão, está a figura da deidade, e é justo a deidade que cruza essa fronteira e une os dois.

A Prece das Sete Linhas

HUNG UR GYEN YUL GYI NUB JANG TSHAM PE MA GE SAR DONG PO LA YAM TSEN
CHOG GI NGOE DRUB NYE PE MA JUNG NAE ZHE SU DRAG KHOR DU KHAN DRO
MANG POE KOR KHYE KYI JE SU DAG DRUB KYI JIN GYI LAB CHIR SHEG SU SOL GU RU
PE MA SID DHI HUNG

Hung. Na fronteira noroeste da terra de Urgyen / Sobre o caule e o estame de um lótus / Você é aquele que tem as realizações supremas e maravilhosas / Padmasambhava de grande renome / Com um séquito de muitas dakinis ao seu redor / Seguindo e confiança em você, eu realizo a sua prática / Portanto, para conceder suas bênçãos, por favor, venha aqui! / Guru Padmasambhava, conceda-me a realização verdadeira da budeidade!

Nuden Dorje então dá algumas instruções sobre a prática. Ele diz que se recitar este mantra, que inclui os budas de todas as diferentes famílias, você verá a face original de Padmasambhava e terá todos os obstáculos desobstruídos. A face original de Padmasambhava é a vacuidade. Se você recitar o mantra por um longo período de tempo, com concentração real, os pensamentos desaparecem, e há o movimento sem distrações da prática. A visualização e a recitação ajudam a estabilizar a mente, permitindo a experiência do todo como um jogo da vacuidade. Tudo está seguindo, ainda que nada esteja acontecendo.

O texto diz que sentimentos, compreensão e mérito serão adquiridos. 'Sentimentos' significa sentimentos de felicidade no corpo, sentimentos de leveza, sentimentos de ausência de medo em relação aos outros, e assim por diante, e isso também pode referir-se a experiências em sonhos. Mais tarde, você pode ter imagens de purificação, voando no céu e assim por diante. Também se refere aos três *nyams*, ou experiências de meditação, de felicidade, clareza -- e a ausência de pensamento.

Então, também diz que você pode encontrar tesouros, se desejar -- se desejar! Suas próprias ideias serão pacificadas, e você poderá controlar os pensamentos e as experiências dos outros. Muito mais interessante! Isso é alguma coisa para se pensar. Você quer controlar os pensamentos dos outros? Significa ser capaz de influenciar as pessoas, e é claro que é aí que o tantra se torna potencialmente perigoso, porque a verdadeira meditação desenvolverá poder, e então você tem que pensar em como você quer usar esse poder. É exatamente o mesmo problema com as artes marciais: quanto mais você desenvolve a habilidade de controlar seu

próprio corpo, e você controla os corpos dos outros, você tem que ter uma motivação muito clara. Temos que ter cuidado com isso.

Depois o texto diz que você será capaz de chegar ao estágio do guru vidyadhara, a iluminação. Tendo feito a prática (isso será repetido mais tarde), ao final desta recitação, você deve tomar toda aparência como a forma do guru, todo som como o som do mantra, e quaisquer pensamentos que surjam na mente como os pensamentos de Padmasambhava. É muito importante tentar investigar e entender o que isso significa, e veremos com mais detalhes mais adiante no texto (*consulte a Seção E:1*). Você fez a transformação, agora essa transformação tem de ser sustentada em todos os aspectos da vida.

Nuden Dorje conclui dizendo que você deve praticar isso com um foco inabalável da mente. Quando a mente vacila, a força da prática é cortada. É um pouco como uma bicicleta, se você continuar girando os pedais, a bicicleta se moverá e você não cairá. Se você parar de pedalar, a bicicleta para e você vai cair. Então, se você não estiver aplicando a visão, nada está sendo transformado. Você pode fazer o puja todos os dias por cinquenta dias, ou cinquenta anos, e se você não mantiver essa visão nada será alterado. Sem a visão, você é como um péssimo ator que lê o roteiro de novo e de novo, mas nunca entra no papel, de modo que o papel nunca ganha vida.

Essa parte do texto agora conclui com os selos, indicando que é um terma. Esse ensinamento de Padmasambhava é selado por ele no dharmadhatu.

O texto agora dá uma de suas viradas. Estivemos fazendo o mantra, e no mantra estamos na forma de Padmasambhava, e temos os budas no alto e os diferentes reinos abaixo, e agora vamos voltar a fazer oferendas a Padmasambhava. Dentro do estado calmo dos três kayas, a atividade de apresentar oferendas e conectar os vários reinos e seres continua.

g. Oferendas e Louvor

Apresentando oferendas

HRI TSA SUM DAG NYID RIG DZIN KYIL KHOR DU LHA DZAE NA TSOG CHI YI CHOD PA
BUL RANG JUNG NAM DAG NANG GI CHOD PA BUL THUG DAM GYE KANG NGOE DRUB
DENG DIR TSOL

*Hri. Para a mandala do vidyadhara com a natureza das
três raízes, apresentamos as oferendas externas de muitos diferentes artigos às deidades.
Apresentamos as oferendas internas muito puras que ocorrem por si mesmas,
que sua mente e votos sejam plenamente satisfeitos e felizes
e conceda-nos realizações verdadeiras hoje, aqui!*

Quando fazemos votos de qualquer tipo, ou qualquer tipo de intenção, especialmente os que engendramos para durar muito tempo, sempre haverá o problema de que podemos quebrar esse voto, então uma das dimensões muito importantes da prática tântrica é a reparação de votos quebrados. Quando o juramento é quebrado, a linha de conexão energética entre o samsara e o nirvana quebra-se, e então você pode se sentir afastado e desconectado da mandala a que você foi apresentado no momento da iniciação. Então é muito importante acreditar que esses caminhos podem ser reparados.

A última linha do verso refere-se à *thug dam*, que é o sinal de nossa conexão com esses deuses, daí termos esse *dam* do *damtsig*, do samaya no momento da iniciação. Isso não é como alguém em um relacionamento que faz algo errado e depois leva um buquê de flores para seu parceiro e diz: "Oh, por favor, me perdoe". A conexão aqui é automática: se você fizer as oferendas, a reconexão está lá de uma forma automática. No entanto, é claro, que você deve fazer isso com respeito. Vocês não devem fazer isso apenas como se acendessem uma luz ou algo assim, é preciso ter confiança de que ao fazer isso tudo recomeçará, e assim a prática pode continuar. As deidades-caminho não são inconstantes. Nós somos.

Samaya é um vínculo, e um vínculo é um contrato. Na prática tântrica, fazemos ligações com pessoas que ficam muito felizes em fazer vínculos, esse é o trabalho deles, fazer conexões. Os budas e os bodhisattvas sempre têm suas mãos prontas para apertar as nossas e fazer uma conexão. Mas uma vez que você estabeleça esse vínculo, então ele o amarra em certas atitudes. Os lamas tibetanos que estão no ocidente não costumam entrar em muitos detalhes sobre os votos tântricos. Contudo, há agora traduções dos votos, com comentários sobre o que eles significam. É útil estudá-los porque eles apoiam a prática da natureza *vajra*, a natureza indestrutível do corpo, fala e mente como a presença viva e real dos três kayas. Esta é a verdadeira natureza de todos que encontramos, cada inseto que encontramos na estrada, cada forma de manifestação. Isso significa que se entra no verdadeiro coração deste caminho tântrico, o vajrayana, o caminho do vajra, o caminho indestrutível, através da iniciação e, através da prática do mantra, no reconhecimento direto de que este mundo em si é a mandala.

É claro que todos quebramos esse voto muitas vezes. Nós ficamos distraídos, ficamos confusos, ficamos presos em nossos pensamentos kármicos habituais e não ficamos presentes, vivendo e existindo com respeito por todos os seres como formas iluminadas. O sistema de votos tântricos é muito mais radical e difícil do que a compreensão de prajnaparamita, porque de um modo geral, a partir da *prajnaparamita*, embora tenhamos uma compreensão de que forma é vacuidade e vacuidade é forma e assim por diante, ele se liga ao sistema *madyamika* das duas verdades, a verdade relativa e a verdade absoluta.

Essas duas verdades oferecem a possibilidade de dizer que, em nossas interações ordinárias com as coisas, é claro que precisamos entender a as complicações da dimensão econômica, da dimensão sociológica e da dimensão política, e fazer certos tipos de ajustes e entendimentos. Em termos de verdade relativa, é preciso entrar em julgamento. Mas então, na verdade última, ou essa natureza absoluta, tudo tem a pureza absoluta da vacuidade. Nesse nível, nenhuma discriminação é possível. Mas no nível do samaya tântrico, quando dizemos: "Agora vemos todas as formas como a forma do corpo do guru, como a forma iluminada absoluta", portanto, dizemos que todas as formas têm a mesma natureza.

Agora, claramente, quando abrimos nossos olhos e olhamos para o mundo, há muitas coisas estranhas acontecendo. Existem muitas formas de crueldade, exploração, e assim por diante. Isso significa que essas formas, as experiências em uma câmara de tortura, por exemplo, são uma manifestação de Padmasambhava? Podemos não ter nenhuma discriminação de valor e função?

Temos que lembrar que a prática não é projetada para fornecer evidências em um tribunal de justiça. Não estamos dizendo que isso é algum tipo de posição evangélica para sair e converter as pessoas. É uma prática de meditação, um tipo particular de visão, e manter essa visão ajuda a mente a se desbloquear da intensidade de sua discriminação habitual do bem e do mal. Isso

não significa que a capacidade de fazer discriminações, a capacidade de clareza, de ver como as coisas são, não é vital, mas precisa funcionar inseparavelmente da vacuidade. É aqui que a compreensão da não-dualidade é muito importante. Nós, através da prática, podemos chegar à conclusão de que todos os seres que encontramos são formas de iluminação e em termos de visão, isso é absolutamente correto. Desde o princípio só houve iluminação. Mas as pessoas não reconhecem sua própria natureza – e isso também é verdade. No entanto, se o mau comportamento dos outros é suficiente para destruir nossa visão, então nossa compreensão não era profunda. Não se deixe seduzir pelas fortes emoções geradas por exemplos extremos. Em vez disso, reconheça a natureza vazia do exemplo e sua reação – e continue na prática.

Dentro da não-dualidade, temos o movimento dual. Todos os seres são inseparáveis da condição natural, mas vivem como se ela estivesse ausente. Através da prática de abertura e conexão, oferecemos a eles o despertar para a presença. Nunca devemos abandonar a natureza iluminada dos outros, mas ao mesmo tempo devemos também estar cientes do fato de que eles não estão em contato com suas naturezas iluminadas. Esse é o caminho do meio. Se você pensa: “Essas pessoas são verdadeiramente horríveis, elas são exatamente o oposto de iluminados”, este não é o ensinamento do Buda. Por outro lado, se você disser: “Tudo é perfeito, todos os seres foram iluminados desde o princípio, não importa como as pessoas se comportam ou o que fazem”, este também não é o ensinamento do Buda. Não importa se você está falando de um homem de negócios ou de um açougueiro, ou de um guru, como eles se manifestam carrega uma carga energética, que mostra clareza ou falta de clareza. Embora não haja a espessura de um fio de cabelo de diferença entre um Buda e uma pessoa comum, há uma enorme diferença entre um Buda e uma pessoa comum. É vital lembrar que fazemos a prática para mudar nossa experiência. Usar a visão para apoiar uma afirmação dogmática da verdade é perder o ponto. A visão é uma prática de lucidez, não uma declaração representacional da fé.

Você deve sempre lembrar, a iluminação não é um título. Quando damos nomes às coisas, a presença efetiva do que está aí e o nome podem se encontrar brevemente, mas logo eles se separam, então o nome pode ser apropriado por algum tempo e depois desaparece. É muito importante estar sempre próximo de sua própria experiência, porque o voto é mantido apenas com base em sua experiência. Ainda assim, muitas coisas são feitas no dharma com base em nomes e títulos.

Um jornal inglês publicou recentemente uma reportagem sobre os dois Karmapas em que há uma entrevista com um chefe de polícia de Bengala Ocidental. Ele disse: “Eu só desejo que esses Karmapas, ambos, nunca tivessem vindo para a Índia. Eles trazem apenas violência e problemas. Temos monges budistas andando por aí com armas. Já tivemos envenenamentos e assassinatos.” Isso é o que acontece quando as pessoas se apegam a um título, não importa quão alto seja o título, e perdem o sentido do que é a realidade.

Nós realmente temos que lembrar que o voto samaya é um método para despertar, não é um método para se tornar escravo, então tenha cuidado com quem você estabelece uma relação de poder com. O primeiro fundamento para quem assume qualquer título é ter humildade e se observar para conhecer seu próprio estado. Mas sabemos que isso é muito difícil. Um dos meus pacientes estava me dizendo que seu pai era um psiquiatra, e quando ele estava bastante velho, sua mão tremia ao tentar aplicar uma injeção nas pessoas, e o paciente tinha que segurar sua mão para que ele pudesse enfiar a agulha em seu braço. Como médicos eram vistos como maravilhosos, tínhamos um sistema na Grã-Bretanha que eles nunca precisavam se aposentar,

você poderia continuar sendo médico enquanto fosse vivo! A pessoa e o título se fundiram, de modo que o título escondia as fragilidades da pessoa.

Espero que, no futuro, pelo menos alguns de vocês continuem a ensinar o dharma a outras pessoas, por isso é importante lembrar que a primeira regra é ser honesto sobre suas próprias limitações. Incentivar os alunos a ter fé é muito importante, mas pode se tornar uma forma de disfarçar as limitações do professor. Isso não é necessariamente feito com má intenção, pois a tradição diz que se você ora para seu guru como se ele fosse um buda, você recebe a bênção de um buda; se você ora para o seu guru como se ele fosse uma pessoa comum, você recebe uma bênção de uma pessoa comum. De acordo com essa estrutura, é muito útil se o guru permitir que os alunos o vejam como iluminado.

Mas os gurus podem não ser iluminados. Eles também podem ter nódoas em suas vidas e podem se tornar confusos. Se isso não pode ser conversado, ou ser entendido, ou pelo menos que o professor declare “sinto que me perdi um pouco”, para que os alunos possam ouvir, e então verem por si mesmos: “Oh, ele se perdeu um pouco”, então há de fato uma confusão. Temos que separar cuidadosamente projeção de realidade e ao mesmo tempo manter a visão da não-dualidade. Embora nossa visão signifique ver todas as manifestações como formas de Padmasambhava, também temos que nos relacionar com a energia efetiva e as qualidades das manifestações, como elas se apresentam. Mas aqueles que nos ajudam a ser iluminados, a reconhecer nossa própria iluminação, em quem temos que acreditar que são iluminados, podem não ser iluminados -- embora desde o princípio, naturalmente, eles sejam inseparáveis da iluminação. Portanto, deve-se pensar bem antes de tomar iniciações. Após a iniciação, é vital repousar na visão e não se desviar dela. É por isso que este verso aponta para a necessidade de reparar os deslizamentos no samaya. Se o aluno quebra o samaya, isso causa problemas para ele e para seu professor. Da mesma forma, se o professor age de formas que estão além da capacidade dos alunos de se integrarem na prática, então eles são responsáveis pelas quebras no samaya.

Começamos no dharma na esperança de obter a iluminação, e então desenvolvemos o voto de bodhisattva para ajudar todos os seres sencientes. Essa é uma base verdadeira da prática, fazer todos os seres felizes, é para isso que as iniciações tântricas são. Elas são um método poderoso de cumprir essa intenção e é por isso que mantemos o samaya. O samaya existe para manter essa conexão. Pode ser que os ocidentais precisem falar sobre sua experiência de uma maneira que os tibetanos não precisavam, como um meio de tentar esclarecer para si mesmos a natureza de algumas de suas experiências. Sabemos, no ocidente, por causa de nossa experiência com seitas -- especialmente as seitas onde as pessoas acabam se matando ou sendo assassinadas -- que esses são grupos em que a discussão do processo é impossível. No entanto, há uma grande diferença entre focar e nos esforçarmos para entender a própria experiência.

Queremos, por meio dessas oferendas, fazer uma conexão com as deidades para fortalecer nosso voto de samaya.

Oferendas a Padmasambhava e todo o seu círculo

GURU PADMA SAPARI WARA BENDZA ARGHAM PHADYAM PUPE DUPE ALOKE
GANDHE NEWIDYE SHABDA AA HUNG

Padmasambhava, a você e seu círculo oferecemos água potável vajra, água para banhar os pés, flores, incenso, lamparinas, água perfumada, comida, som — por favor, aceite estas oferendas que são puras em sunyata.

MA HA SAR VA PAN TSA AM RI TA KHA RAM KHA HI MA HA BHA LING TA KHA HI MA HA
RAKTA KHA HI MA HA SAR VA PU TSA KHA HI

*Coma todos os cinco grandes elixires libertadores! Coma o grande sacrifício.
Coma o grande rakta! Coma todas essas grandes oferendas cerimoniais!*

Maha amrita, grande néctar, eis a transformação do que é repulsivo em elixir libertador. Ao mover substâncias de uma categoria para outra, a tensão dual da oposição puro/impuro é desconstruída. Isso libera muita energia. Quanto maior a tensão anterior, maior a liberação.

Por exemplo, há a prática tibetana de *chod*, na qual você entra no cemitério e oferece seu corpo a fantasmas e demônios. Se você não acredita em fantasmas não é tão assustadora e assim a prática se torna menos intensa e menos eficaz. Coisas que não desagradam você não serão muito úteis. O desagrado é muito profundo em nós. Sabemos que muitos animais sentem desagrado em relação a certas substâncias; chimpanzés, por exemplo, em relação ao cheiro de sua própria merda, e os gatos têm uma repugnância semelhante.

Isso não significa que tenhamos de consumir continuamente coisas que achamos nojento. Pelo contrário, é uma oportunidade para afirmar a visão de que tudo que é puro não deve ser limitado por nada. Portanto, mantenha essa visão quando encontrar coisas contra as quais você normalmente reagiria, e experimente por si mesmo como o objeto desagradável é transformado em uma base para você se libertar da limitação conceitual. O que realmente estamos oferecendo aos deuses é a transformação de tudo o que é limitante e problemático, através da visão.

Maha bhalingta significa grande sacrifício, significa matar. O que está sendo oferecido aqui é essa transformação através da matança. De acordo com nossos votos, vamos matar qualquer ser senciente que virmos. E como vamos matá-los? Com a vacuidade, é assim que fazemos. Nós não usamos armas ou veneno, apenas dizemos *phat* e eles desaparecem porque já fizemos o mantra. O resultado do mantra é que todo o universo, toda a criação, é inseparável da natureza *vajra*. Por isso, tudo tem a natureza da deidade: não há seres sencientes que sofrem no samsara. Acreditar em seres sencientes é continuar na ignorância e reafirmar sua existência na ignorância, e isso é do que nos afastamos.

Maha rakta significa grande sangue, dois tipos de sangue: sangue menstrual e sangue da matança, o sangue do nascimento e o sangue da morte. O sangue tem essa qualidade brilhante. Vemos isso quando nos cortamos. Ele flui, e seu brilho tem a qualidade da vida. O sangue representa a vida, como a qualidade da força vital. O sangue como entidade nos mantém vivos como pessoas. O grande sangue da vacuidade nos mantém vivos como budas. Sangue comum é gerado a partir de alimentos, enquanto o sangue sublime é uma qualidade da lucidez.

No Tibete, as pessoas tinham muitos lembretes enraizados na cultura do dharma. Eles tinham estupas, tinham mantras esculpidos em pedra. Eles tinham, quando andavam na rua, a visão de monges e iogues. Cada casa tinha um santuário. E assim por diante. Era normal rezar muito, ter

um terço na mão, e ter também uma roda de oração. Então é importante lembrar que, em nossa situação, temos menos apoio cultural e, portanto, é provável que tenhamos que aplicar muito mais esforço. Porque há muito menos lembretes vindo de fora, o apoio à nossa prática terá que residir em nossa própria intenção e desejo.

O perigo é nos tornarmos como o imigrante albanês que vem para a Alemanha, e depois vive com um pequeno grupo de albaneses, e de fato só fala albanês e cozinha comida albanesa e é realmente um albanês que vive na Alemanha, e não se integra. Nessa situação, o albanês não quer ser alemão; o albanês quer ser albanês em um tipo melhor de Albânia, chamado Alemanha.

Podemos facilmente fazer o mesmo com o dharma. Podemos querer ter nossa existência samsárica, mas em uma situação um pouco mais confortável, com algumas ideias de dharma ao redor para fornecer algum apoio social, segurança social. Por isso é muito importante entender os princípios básicos do dharma: embora tenhamos fé e acreditemos que Padmasambhava está olhando para nós, se não olharmos para ele a conexão não será feita. Temos que nos comprometer a encontrar uma nova identidade nele/através dele, e tornar isso mais importante do que qualquer uma de nossas identidades em vigor. Isso tem a ver mais com a antiga noção americana de imigrantes abandonando suas raízes e renascendo através de um caldeirão cultural. Embora se diga frequentemente que devemos olhar para o professor como um médico e para o dharma como um remédio e em nós mesmos como pacientes para, em seguida, tomar o medicamento de acordo com as instruções do professor, é um grande erro imaginar que o guru é um cirurgião, que a iniciação é uma sala de cirurgia e que a bênção é um anestésico. Você não pode simplesmente fazer isso de forma passiva, esperando que o professor faça isso por você, ou para você. Se você fizer isso, muito pouco acontecerá. Na verdade, é muito mais como uma psicoterapia, em que o paciente obtém o benefício através da participação. O terapeuta e o paciente têm que se envolver em conjunto. Padmasambhava está disposto a se engajar, mas nós temos que nos engajar, e toda a estrutura do puja é sobre esse engajamento. Sem o relacionamento, nada acontece.

Os mesmos problemas que surgem na psicoterapia surgem no dharma. Os pacientes podem estar muito distantes, faltarem aos compromissos, não aparecerem, adormecerem, chegarem bêbados, e assim por diante. Ou o paciente pode estar envolvido demais. Ele pode ser muito agressivo com o terapeuta. Pode atacá-lo fisicamente, insultá-lo, jogar-se no chão e chorar, pode ligar o alarme de incêndio. Ele pode fazer muitas coisas, e dizemos que essas maneiras de recuar ou avançar agressivamente minam a aliança do trabalho. E isso é realmente o que é o samaya, uma aliança do trabalho. É o compromisso do guru, de Padmasambhava, dos budas, para compassivamente fazer uma conexão conosco, e do nosso lado para receber respeitosamente e com gratidão essa conexão e mantê-la. Atualmente, a maioria dos psicoterapeutas diz que o trabalho é feito no relacionamento, a relação em si é o trabalho.

É o mesmo no tantra. A transformação do tantra ocorre através do relacionamento. O exemplo clássico disso é Milarepa, que nos primórdios de seu contato com Marpa, o relacionamento em grande parte girou em torno do purificação de seus pecados, limitações e obscurecimentos e só depois, através do desenvolvimento da relação, ele começou a ser capaz de se integrar com o estado de Marpa. Assim Milarepa disse: “Quando eu entendi meu guru, eu entendi minha mente.” A relação no tantra é absolutamente central e é por isso que as práticas de louvação são tão importantes.

Louvação e integração com o Guru

HRI DOD MAI RANG DANG KU SUM LA MA JE KYAB KUN DUE PA RANG RIG PADMA
JUNG RIG TSAL TRUL PA KYIL KHOR YONG DZOG LA DAG CHAG RAB GUE DUNG WAE
CHAG TSAL TOD

*Hri. O esplendor primordial, o reverendo guru dos três-kayas,
a reunião de todos os refúgios, minha própria lucidez, Padmasambhava
— à mandala completa, à emanção da onda de energia da
lucidez, fazemos a saudação com intensa fé e devoção.*

Desde o princípio dos tempos tem havido a natureza imutável do guru dos três kayas. Não dependente de nada, manifesta-se de acordo com as causas e condições. Para nós, manifesta-se como Padmasambhava, nossa própria lucidez, a unificação, ou reunião, de todos os diferentes refúgios. Minha lucidez, *rangrig*, precisa ser entendida corretamente. Está mais próxima de mim do que a batida do meu coração e ao mesmo tempo infinitamente distante do meu senso comum de eu. Se o ego se agarra a ela, capturará apenas um conceito e se tornará estupidamente inflado. Nós não somos quem pensamos que somos. Nossa lucidez, nossa natureza, é revelada quando abandonamos a dependência de conceitos.

Estamos acostumados a ser nós mesmos, ser Robert, ser James, ser quem quer que sejamos, mas temos ocupado esta identidade há muito pouco tempo e, em todas as nossas vidas anteriores, tivemos identidades diferentes. Nossa identidade duradoura é como Padmasambhava, como o guru dos três kayas. Mas se isso não está claro, como acontece na história do imigrante, se você pensar: “Bem, o albanês James vai usar o alemão Padmasambhava para se agasalhar e ter uma vida agradável”, você ficará completamente confuso, o falso eu ficará inflado, você pensará que tem alguma coisa e então esse dharma mal compreendido se tornará um veneno.

É por isso que as práticas preparatórias do dharma são muito importantes. Elas estabelecem você no quadro de referência correto em relação ao tempo e espaço. Eu conheço muitos budistas, que dizem: “Bem, eu não acredito em vidas passadas. Eu não acredito em vidas futuras. Dharma para mim é uma maneira de entender minha existência atual.” Mas, pelo menos para mim, parece-me impossível praticar realmente o tantra a partir desse ponto de vista. A razão pela qual precisamos deixar de ser Robert ou Tiago ou quem quer que seja, é porque essa não é uma boa base para a vida, porque a morte virá e a mente vai girar, ir para outro lugar e você, a menos que tenha uma identidade que possa conter e direcionar esse eu ansioso no momento da morte, ficará apavorado. A identificação com Padmasambhava é algo que se move através dos três tempos. Padmasambhava é o mestre dos três tempos: no princípio era Padmasambhava, no fim do mundo será Padmasambhava.

Não se trata de eu ser James fingindo ser Padmasambhava; eu sou Padmasambhava esquecido de mim mesmo, e então fingindo ou imaginando que sou James. Essa é a coisa real, é isso que obtemos no momento da iniciação, é a introdução de quem somos em termos de identificação no samboghakaya. E então da experiência de ser Padmasambhava, aquele ser que você pode ver, Robert, é um aspecto disso, está integrado. Então, quando as pessoas dizem,

“Ei, Robert”, você diz, “Sim, olá”, sem colapsar naquela identificação, mas mantendo o ser Robert como um aspecto de sua natureza dos três kayas.

A você, Padmasambhava, eu ofereço saudações, mas eu também, ao mesmo tempo, sou Padmasambhava. Padmasambhava está localizado em todos os lugares, ninguém pode ter um monopólio dele. Preservando minha própria visão dos três kayas, eu posso louvar Padmasambhava com profundo amor e devoção. Não há contradição no drama da manifestação não dual.

Suplicando para o Lama como a Unidade das Três Joias

AE LA MA KHYEN NO KANG NYI TSO CHOG GI SANG GYAE ZHI WA CHAG DRAL GYI
DAM CHOE TSOG CHOG PHAG PA YI GEN DUN CHOG SUM KUN DUE KYI NGO WO DRIN
CHEN TSA WAI LA MA RIN PO CHE KHYEN NO

*Oh! Mestre, ouça-me! Buda, o essencial e supremo de todos os humanos,
o sagrado dharma, pacífico e livre de desejo, a nobre sangha,
a mais excelente assembléia, a síntese desses três excelentes refúgios que
os inclui inteiramente - o mais bondoso precioso, guru raiz - por favor, ouça-me!*

Uma das grandes questões do nosso tempo é: o que é o amor? Tradicionalmente, de acordo com o budismo, o amor é o desejo *que todos os seres sejam felizes*, então o amor é um pensamento positivo para o bem-estar dos outros. Mas é claro que estamos cientes em nossas próprias vidas que os sentimentos de amor por alguém carregam muita dependência, muito anseio, muita carência. Muitas vezes vamos em direção a outras pessoas com uma sensação de algum tipo de vazio interior, ou solidão, e então encontramos alguém de quem realmente gostamos e esperamos que essa pessoa nos preencha. Às vezes, é claro, a dependência mútua pode ser uma boa base para que os relacionamentos continuem ao longo do tempo, mas, muitas vezes, a dependência extrema de uma pessoa destrói o relacionamento. Nessa prática, pegamos toda tristeza e solidão e medo e ansiedade de nossa vida, e os transformamos em um apelo ao guru para não se separar de nós. Quando dizemos *lama khyenno*, queremos dizer: “Fique comigo, fique comigo, preste atenção em mim”. Exatamente como quando uma criança pequena diz: “Papai” -- é muito forte, porque parece irresistível.

Nessa prece, temos as três jóias de refúgio: o Buda que é a melhor de todas as criaturas bípedes, o dharma que é pacífico e livre de desejo, e a sangha que é a melhor assembléia. Quando C R Lama explicou isso para mim, ele disse que o melhor refúgio de todos é o dharma, porque o dharma não quer nada de você. Todos os outros refúgios querem algo.

Então a prece identifica o precioso lama como a essência, ou a verdadeira natureza da integração, o encontro dessas três joias. Na maioria das culturas, as crianças chamam seus pais de “mãe” e “pai”. Em algumas famílias, nos anos sessenta, as crianças eram encorajadas a chamar seus pais pelos nomes pessoais, João, Maria e assim por diante. Isso enfatizou que interagimos como pessoas, mas disfarçou a obrigação implícita no papel. Nessa prece, podemos colocar o nome da pessoa, mas principalmente estamos falando sobre a pessoa em um papel, desempenhando uma função. Dizemos “lama” porque a pessoa está ali como lama, em sua função de lama para nós. Dizemos 'Rinpoche', não apenas porque aquele lama é precioso para

nós, mas porque ele assume a posição de Rinpoche, uma posição que carrega padrões de comportamento muito claros, uma identidade muito clara.

Se alguém me chama, "ó James", então eu tenho que pensar: "Qual é a minha relação com essa pessoa?" Mas se meu filho diz: "Pai", então "Oh, eu já estou nessa relação com ele. Eu não tenho escolha sobre isso", e é exatamente assim aqui. Quando dizemos 'Lama Rinpoche' você se prende a uma estrutura particular de relacionamento, então não deve haver dúvida ou hesitação sobre o que vai acontecer.

Suplicando para o Lama como a Unidade das Três Raízes

AE LA MA KHYEN NO JIN LAB TER DZOD KYI LA MA NGOE DRUB KUN JUNG GI YI DAM
BAR CHAD KUN SEL GYI KHAN DRO TSA SUM KUN DUE KYI NGO WO DRIN CHEN TSA
WAI LA MA RIN PO CHE KHYEN NO

*Oh! Mestre, ouça-me! Guru, a casa do tesouro das bênçãos, deus de desejos,
fonte inesgotável de realizações efetivas, dakini que libera
todos os obstáculos, a síntese dessas três raízes que as inclui inteiramente,
mais bondoso e precioso guru raiz, por favor, ouça-me!*

O guru é capaz de abençoar porque ele ou ela não se distrai, não é apanhado reagindo aos acontecimentos, não dispersa sua energia na identificação com objetos de apego. A bênção não é apenas um conceito, mas uma qualidade viva e comunicável do lama. Assim como um mestre de *chi kung* pode usar *chi*, ou energia, para curar ou se defender, um lama, através de sua prática, é capaz de armazenar e liberar energia. Essa liberação pode vir na forma de um sentimento reconfortante e caloroso, ou como um abalo mais robusto do nosso equilíbrio energético, muitas vezes trazendo visões.

O yidam é a fonte de realização, tanto dos siddhis supremos quanto dos ordinários. O siddhi supremo é a percepção da própria natureza, e os siddhis comuns são os poderes energéticos que fluem disso: ser capaz de ver o futuro, ser capaz de ler a mente de outras pessoas e assim por diante. Siddhis são frutos da prática. Passar a vida desenvolvendo uma macieira que não dá frutos seria tolice. Praticamos o dharma para obter alguma coisa, mesmo que não seja uma coisa que possa ser obtida. A ambição é mobilizada na direção de concretizar o estado livre de desejos.

A dakini é aquela que elimina todos os obstáculos. Existem muitos tipos de obstáculos, mas em geral um obstáculo é algo que sabotagem nossa intenção em direção à iluminação. Podemos experimentá-lo como o mundo nos bloqueando, ou uma maneira particular na qual nos perdemos. As dakinis movem-se livremente no espaço, nada as bloqueia ou as atrapalha; elas são um pouco como o deus Mercúrio, desempenhando funções comunicativas e conectivas. Na palavra *barchad*, obstáculo, *bar* significa meio e *chad* significa cortar, ou seja, uma interrupção. Por exemplo, temos alguma intenção em nossa vida: saímos em viagem, entretanto há um deslizamento de terra ou temos um acidente ou não temos o visto para atravessar a fronteira e, dessa forma, nossa viagem é interrompida. A qualidade conectiva da dakini faz ligações, coloca pontes entre essas interrupções. Se não for feita uma ligação, se o fluxo de energia for bloqueado, tendemos a ficar presos, sentirmo-nos bloqueados, pesados, irritados, sem esperança e assim por diante. Todos esses sentimentos intensificam o pensamento dual e a

sensação de que somos seres isolados e limitados, portanto ter a ajuda das dakinis para escapar deles rapidamente é de grande valia.

Suplicando para o Lama como a Unidade dos Três Kayas

AE LA MA KHYEN NO NGO WO KA DAG GI CHOE KU RANG ZHIN LHUN DRUB KYI LONG
KU THUG JE KUN KHYAB KYI TRUL KU KU SUM KUN DUE KYI NGO WO DRIN CHEN TSA
WAI LA MA RIN PO CHE KHYEN NO

*Oh! Mestre, ouça-me! Dharmakaya, a verdadeira natureza, pura desde o
princípio, sambhogakaya, a qualidade natural que surge sem esforço,
nirmanakaya, a compaixão que tudo permeia,
A síntese desses três kayas que inclui todos eles,
mais bondoso e precioso guru raiz - por favor, ouça-me!*

No tantra, falamos de dharmakaya, samboghakaya, nirmanakaya. No dzogchen, falamos mais de *ngo wo*, *rang zhin* e *thug je*. Às vezes eles são tratados como idênticos e às vezes como diferentes. É importante não ser complacentes quando lemos textos do dharma. O significado de uma palavra está em seu uso contextual, não na definição fixa de um dicionário. Temos que ver como escritores diferentes usam termos técnicos e como eles variam seu próprio uso. Confiar em significados fixos é apenas outra forma de apego. Nós temos que ser abertos a mudanças, contingências, emergências. Afinal, não existem entidades fixas; a linguagem não está se referindo a coisas 'lá fora', mas é parte do processo de nossa experiência. Nesse verso, os três kayas são conciliados e tratados como sendo praticamente a mesma coisa. A primeira linha diz que o dharmakaya é a condição natural, que é puro desde o princípio. Dharmakaya não é o resultado de qualquer processo. Puro desde o princípio, é auto-existente, não requerendo adereços, sem purificação, sem desenvolvimentos.

Nos textos do dharma do budismo tibetano é comum encontrar linhas como "Por favor, abençoe-nos com a compreensão do dharmakaya, que eu possa perceber o dharmakaya, que eu ganhe o dharmakaya", mas o dharmakaya não é um objeto a ser conquistado. Temos que lembrar que os textos dos pujas usam diferentes aspectos nossos para mobilizar a energia inerente a esses estados do eu, essas subpersonalidades, na direção do dharma. Portanto, embora o dharmakaya nunca seja criado, às vezes temos que rezar por ele, como se alguém o oferecesse para nós como um presente de Natal.

Se voltarmos à filosofia europeia e à discussão de Kant sobre a relação entre meios e fins, embora o fim do dharmakaya tenha estado lá desde o princípio e, portanto, é um fim paradoxal, é também um fim que não é determinado pelos meios pelos quais chegamos a ele. Não é que os meios determinem o fim, mas que os meios são determinados pelos obstáculos até o fim. Isso é crucial, porque é a essência da razão pela qual temos tantos métodos no budismo: o método existe para nos ajudar a lidar com nossas próprias limitações particulares; e, porque temos muitos tipos diferentes de limitações, é útil conhecer muitos métodos diferentes. No entanto,

nenhum desses métodos determina ou cria o resultado final porque este esteve presente desde o princípio.

Na próxima linha, o samboghakaya é descrito como a exibição sem esforço do esplendor, ou a qualidade espontânea, da natureza básica. *Rang zhin*, meu rosto, é o que é revelado sem nenhum esforço da natureza da base. Um exemplo tradicional disso é que, se uma pessoa é saudável, seu rosto brilhará, a pele estará bem e ele mostrará vivacidade e vitalidade. Não é que a saúde no corpo tenha que se destacar de alguma forma, não está participando de um show, não é intencional, apenas irradia. No momento, temos o festival de cinema de Cannes, e há muito brilho artificial em exibição lá. Isto é diferente.

Então temos o nirmanakaya, que é a presença da compaixão em todos os lugares. Agora, *kun khyab* não está se espalhando de um ponto, não vai de cá para lá. É onipresente. Compaixão não é algo que eu tenho e então ofereço aos outros. É uma qualidade de conexão, de não interrupção, do livre fluxo de energia no dharmadhatu. Em termos da ideia do bodhisattva, há dois tipos principais de compaixão, com um objeto e sem um objeto. Sem um objeto não significa que você obtém uma espécie de tigela de compaixão e a joga em algum lugar, porque não se importa para onde ela vai. Em tibetano chama-se *mig me nying je*. *Mig pa* significa ter uma identificação precisa do outro. É como uma espécie de avaliação do outro, como uma avaliação psiquiátrica. *Mig me* é a negação disso, é uma abertura, uma não apropriação, um acolhimento não totalizante ao que se manifesta. Não reduz o campo fenomenológico a um número finito de entidades. Em vez disso, por causa de sua amplidão, tolera o não saber, a revelação do devir e, livre de estratégias e táticas, reage com frescor ao momento.

O que isso está descrevendo é na verdade a compaixão que tem um sujeito. Ou seja, entro em relação com você, mas não sei quem você é porque o aprecio como um sujeito que se revela — aliás, não é algo à parte da revelação. Minha compaixão não pode se basear em uma avaliação de você, como eu sei que você é, porque isso já será uma violência, então aguardo sua apresentação e, claro, cada apresentação é única e específica por causa da impermanência, porque nossa energia está mudando o tempo todo. Portanto, eu preciso atendê-lo neste momento, como você está em sua apresentação de ser e assim reajo a isso com meu estado *nesse* momento. Se eu estiver fazendo a prática, meu estado será a integração de *ngo wo* e *rang zhin*, da natureza real e seu brilho natural e, a partir disso, a resposta surgirá, não contaminada por karma, hábito, condicionamento, obscurecimento, e assim por diante.

Hoje é sábado, e no sábado à tarde as pessoas vão jogar futebol, e sempre que acontece uma partida profissional tem gente lá assistindo com câmeras de vídeo, e essas câmeras de vídeo são levadas de volta e as gravações são assistidas, porque o tempo todo as equipes querem descobrir qual é o plano de jogo padrão da equipe adversária com quem vão jogar. É assim também que nos comportamos na vida. Verificamos as pessoas, agimos com base em suposições e, se tivermos suposições precisas sobre outras pessoas, podemos agir de maneiras que se encaixem (se quisermos) ou sejam contra (se quisermos) seu plano de jogo, e dessa forma podemos nos aproximar deles ou controlá-los, ou desarmá-los, dependendo do que queremos fazer. Dizemos que ‘conhecimento é poder’, e com base nisso temos a espionagem industrial, ou a Stasi (17), ou espiões de vários tipos.

Como discutimos antes, isso surge da ansiedade. Toda empresa na atualidade, nesta época de intensa competição capitalista, tem que fazer boas alianças. As montadoras estão sempre tentando descobrir com quem fazer alianças. Empresas de TI, empresas de tecnologia, elas

estão muito ansiosas com o futuro, quem será o inimigo, quem é o aliado, então querem ter informações para ficar à frente no jogo.

O ego é estruturado exatamente da mesma maneira. O ego está sempre ansioso em relação à sua própria identidade, sente-se ameaçado pelos outros, quer se expandir e ter um império universal, e por isso tenta contar com informações da área, do meio ambiente, a fim de desenvolver sua melhor chance. Nossa questão raiz é sempre "O que eu ganho com isso?" E muita compaixão também é estruturada em torno dessa pergunta. Por exemplo, a América sob Clinton tem defendido o status de livre comércio, o status de melhor parceiro comercial para a China, mas isso não é compaixão pelas pessoas famintas na China, compaixão pelos tibetanos, é com base nos interesses econômicos da América.

Muito do meu trabalho no hospital é com homens bastante violentos, e tenho interesse que eles fiquem menos violentos. Espero que isso torne suas vidas mais agradáveis, mas também significa uma pessoa menos perigosa andando pela rua à noite. Essa é uma motivação chave, tornar meu mundo mais seguro para mim, por isso é muito importante sempre nos examinarmos e a nossa relação com o nosso próprio apego ao ego, a nossa relação com nossos próprios cinco venenos, antes de pensarmos em compaixão, porque é muito fácil se perder na compaixão, pensar que estamos agindo a partir de uma base pura, mas depois descobrimos que estávamos realmente apenas nos preocupando conosco mesmos.

A natureza abrangente da energia responsiva surge com a sensação de que o eu e os outros surgem juntos em um campo integrado de manifestação. Movimentos em qualquer lugar nesse campo trará alterações e mudanças, e o campo inteiro tem que ser privilegiado, porque o campo inteiro é a expressão natural de dharmakaya, dharmadhatu.

Se você sentir uma coceira no pescoço e coçar, você não agradece ao seu dedo. É igual no mundo. Quando vemos a integração na qual fazemos parte do mundo e ele de nós, entendemos que somos inseparáveis, logo não há necessidade de obter lucros com a compaixão; afinal por que você não agiria em benefício dos outros, uma vez que os outros não estão separados de você?

A motivação do lucro foi, é claro, muito criticada por Karl Marx como uma barreira para o desenvolvimento de uma sociedade colaborativa e comunitária, e o lucro também nos sinaliza que nossa prática está indo na direção errada. Se queremos ser reconhecidos como um grande meditador ou uma pessoa muito simpática, se estivermos preocupados com nome, fama e reputação, este é um sinal de que não estamos realmente praticando o dharma.

Assim como, de acordo com os princípios gerais do mahayana, no final de uma sessão de prática, dedicamos o mérito, da mesma forma, nesse movimento, cada gesto, cada respiração, é dedicado no momento de seu surgimento, de modo que não deixe vestígios, não haja nada para levarmos conosco. Isso é compaixão auto-libertadora. Então dizemos: "Você é a raiz, ou a essência, desses três kayas. Guru precioso, por favor, ouça-nos".

Essas são preces que podemos dizer de novo e de novo e de novo, muitas, muitas vezes. Você pode mudar seu tom de voz, passar por todos os tipos de emoções. É uma maneira muito poderosa de fazer conexão. Então você também pode recitar a seguinte linha, colocando o nome do seu guru no verso:

DRIN CHEN TSA WAI LA MA (NOME) RIN PO CHE KHYEN NO

Meu muito bondoso guru raiz, precioso/a (nome), por favor ouça-me!

Qual é o significado de guru raiz? 'Raiz' significa o guru que ajuda você reconhecer sua própria natureza. Normalmente estamos levando nossa vida *aqui*, estamos caminhando sobre uma superfície que é a superfície de nossa própria ignorância, nosso carma, nossas suposições, e estamos interagindo com o mundo. Abaixo desta superfície está a verdadeira natureza, a base do dharmakaya, dharmadhatu, mas não vemos isso, e quando interagimos com outras pessoas, todas elas nos dizem: "Ah, sim, você está indo bem, isso é a vida", e assim continuamos nesse nível. O guru raiz é aquele que remove esse véu de ilusão e coloca você de volta à sua própria natureza real. Ele é a raiz de sua iluminação porque ele enraíza você em sua própria natureza. Isso não significa que esse professor seja o professor mais glamoroso ou mais maravilhoso do mundo, mas ele ou ela é quem exerce essa função. E só porque alguém tem um nome especial e um título especial, isso não significa que ele poderá suprir essa função para você.

h. Encorajamento à Impermanência

OM AH HUNG MA HA GU RU SARVA SIDDHI HUNG JIG TEN NANG WA GYU MAR GO
LAG KYANG THRUL NANG DI LA DA DUNG DAG DZIN KYE DAG GI NYON MONG BAG
CHAG MA TONG WAR CHAG ZHEN TSAD NAE CHOD PAR JIN GYI LOB

Corpo, fala, mente. Grande mestre, conceda-me todas as realizações efetivas.

Embora eu saiba que as aparências/idéias mundanas são ilusórias, ainda surge apreensão a essas aparências confusas como sendo algo inerentemente real. Minhas aflições e seus traços sutis ainda não terminaram.

Por favor, abençoe-me cortando a raiz dos apegos e do anseio.

Essa prece vem do grande terton Rigdzin Godem. Era uma parte importante de sua própria prática, como foi para C R Lama.

Diz-se que *Om Ah Hung Maha Guru Sarva Siddhi Hung* é o mantra interior para Padmasambava. Podemos usá-lo para evocar sua presença diante de nós, para pedir a sua ajuda de uma forma dual. Também podemos usá-lo para instantaneamente nos levar para o estado dos três kayas de Padmasambhava, para nos integrarmos com ele e usar a prece como um meio de reintegrar nossa energia. Você escolhe a abordagem de acordo com sua capacidade e condição. A prece a seguir nos recorda de erros, de coisas que dão errado, para que possamos usá-las para uma avaliação honesta de como estamos procedendo. No entanto, é importante não se deixar levar por culpa, vergonha, preocupação, auto-recriminação e agressão. Não vão ajudar. Relaxe, confie no guru e na prática. E confie na visão. Não importa o que você fez ou não fez, sua própria natureza está sempre lá, pura, perfeita e aberta.

Então, de acordo com o humor de cada um (e novamente, não há maneira certa ou errada de dizer isso), quando você sente que está sem controle, você reza para o grande Padmasambhava, quando você se sente um pouco mais no controle e quer se afirmar em você mesmo, você usa isso exatamente como uma forma de se afirmar.

Começa assim: 'Embora eu saiba que todos os fenômenos mundanos são ilusórios'. Na tradição do budismo mahayana, existem doze exemplos famosos que mostram a natureza ilusória do mundo: o reflexo da lua na água, uma miragem no deserto, o filho de uma mulher estéril, os chifres na cabeça de uma lebre, e assim por diante. E há muitas explicações para a vacuidade, mostrando que o mundo é como um sonho. "No entanto, embora eu possa ter uma clara compreensão e conhecer toda a teoria, a ambição, a ambição poderosa, a ambição emocional, ainda surge rumo a essas aparências confusas.'

Surge por causa de *dag dzin*, nossa tendência de atribuir auto-natureza inerente a si mesmo e ao outro. Não temos nenhum termo próprio em português para isso. Não significa realmente o mesmo que apego a algo. Por exemplo, eu posso estar apegado à minha caneta ou ao meu relógio porque é meu, então tenho um apego emocional a algo que é importante para mim. Esse apego emocional é impossível sem a sensação de que há algo aqui que tem uma existência separada, que é autônoma e auto-existente, em outras palavras, o sentimento do relógio como uma entidade separada é anterior ao meu apego a ele. Sua própria natureza aparentemente inerente torna-se o suporte para todas as reações emocionais. Em português, há uma palavra, 'reificação', que fala disso, o sentido da "coisidade" dos fenômenos. As coisas que vemos parecem ser apenas elas mesmas, existindo por e a partir de si mesmas. Elas parecem ser entidades, ao mesmo tempo separadas e autoconfirmadoras, tendo suas próprias existências completas com funções, qualidades e valor.

Não é que tenhamos apenas alguns pensamentos errados que podemos analisar e corrigir. É algo anterior a isso, enraizado na própria ignorância fundamental. Daí ser tão difícil se livrar disso porque, em nossa dimensão cármica, essa é nossa resposta automática às coisas. Na verdade, é um dos motivos do método tântrico ter sido desenvolvido, pois estava claro que a análise intelectual juntamente com a prática de atenção plena não eram suficientes para cortar a raiz da experiência entitativa. A vida real é rápida e complexa, não podemos simplesmente ficar ao lado e analisar as coisas com calma, pois vivemos no meio disso. Precisamos ser capazes de estar com os fenômenos sem ficar presos a eles.

Assim, no tantra, passamos muito tempo desenvolvendo a mandala a partir da vacuidade, para a experimentarmos diretamente quando visualizarmos Padmasambhava ou a própria mandala. Ela está lá, parece estar lá, parece real. Mas sabemos, experimentalmente em vez de analiticamente ou intelectualmente, que é fruto da vacuidade, é a própria vacuidade. E essa também é uma razão pela qual, nas tradições nyingma, frequentemente não se privilegia a lógica e o debate. Uma boa base nos textos do mahayana é muito útil, mas a ferramenta chave para o despertar é a prática e a manutenção da experiência do mundo como a deidade em todas as situações.

Também é interessante que o texto diga *dag dzin kye*. *Kye* significa nascer ou surgir, e acho que isso fala à nossa experiência, em que nos descobrimos presos a algo. Você tenta fazer a prática e, ao final, e de repente, você não está mais lá, foi apanhado, está fundido em um fluxo de ideias. É assim que acontece, simplesmente surge e parece certo porque é muito familiar. Nesse sentido, é um pouco como o inconsciente freudiano, as coisas surgem do nosso inconsciente e nos encontramos presos neles. Em português, dizemos "Ele tomou conta" (o 'ele'

do inconsciente), e assim é muito difícil resistir. No entanto, é claro que não estamos *fazendo* isso, não é uma função do ego, isso é algo que é anterior ao ego. Sem *dag dzin*, reificação, você não tem ego no sentido de eu, *como eu*, separado.

Embora pareça ser um rei, o agente, aquele que existe por si e faz as coisas acontecerem, o sentido de um eu é na verdade um produto, um produto dinâmico que continua enquanto seu processo constitutivo flui. Comportamo-nos como crianças pequenas que pensam que são o centro do mundo e que fazem tudo acontecer. Como eles, não nos damos conta do fato de que somos muito pequenos, seria muito aniquilador encarar a verdade, e assim o ego vive na fantasia como uma criança ansiosa.

Quando fazemos a prática *shiné/shamatha* para acalmar a mente, um dos benefícios é perceber como nossa mente é selvagem. Reconhecer nosso caos pode ajudar a expor as pretensões do ego.

O ego não pode administrar a complexidade da mente. Quando a vida fica difícil e as ondas da emoção e tudo mais passam por nós, o que fazemos? Reprimimos, dissociamos, regredimos, usamos objetos do mundo para mudar nosso humor. Ficamos bêbados, ficamos chapados, brigamos, transamos, fazemos todo tipo de coisa, assistimos televisão até as quatro da manhã, algum filme americano estúpido, qualquer coisa para nos tirar de nós mesmos. E então de manhã você pensa: "Quantos sacos de pipoca! Quem bebeu todas essas garrafas?" Isso é muito importante, porque não é uma questão de dizer: "Oh, o ego é mau", a questão é simplesmente do ego ser uma função de nossa existência que é muito útil para certas tarefas, mas não para todas as tarefas, e se você tentar fazer tarefas muito complicadas com uma ferramenta muito simples, você sempre falhará.

Na Grã-Bretanha, temos uma regra geral de que os médicos não devem atender suas próprias famílias porque eles estão muito envolvidos com essas pessoas e é melhor contar com alguém que tenha um pouco mais de distanciamento profissional. Ocorre o mesmo com esse tal de ego. O ego está muito envolvido. O ego é o aspecto de nós mesmos que está muito ocupado, muito apegado, é autoprotetor e assim por diante, então está sempre fazendo todas as possibilidades girar em torno de si: "E eu? E eu?" Apenas a lucidez, apenas esta qualidade de dharmakaya, é vasta o suficiente, aberta o suficiente, para ser capaz de manter a complexidade sem distorcê-la em torno de um ponto, ao redor de si mesmo. Então, o que é realmente importante aqui é não se flagelar e dizer: "Oh, eu devo tentar mais", porque se for a parte culpada do seu ego que vai se esforçar mais para controlar algo que está fora de seu controle então isso é a base de uma prática de meditação muito ruim.

A terceira linha diz: "Minhas aflições e os seus vestígios não terminaram, não se foram". As aflições são a forma mais grosseira de interação energética com o meio ambiente. As cinco principais aflições são estupidez, aversão, desejo, ciúme e orgulho. Quando Buda Shakyamuni se iluminou sob a árvore Bodhi, ele parou todas as suas aflições, mas pelo resto de sua vida, até sua iluminação final e completa, ele ainda estava tendo que lidar com traços sutis, pois não haviam sido eliminados naquele momento. O exemplo tradicional para isso é este: se você tem

um pote e coloca uma vagem de almíscar no pote, deixa por algum tempo, e depois a retira, ainda haverá o cheiro do almíscar. Os resíduos sutis são importantes porque podem, se formos atraídos por eles, facilmente nos levar de volta às aflições.

Tendo feito o voto de bodhisattva e nos comprometido com o bem-estar de todos os seres e para que a iluminação deles e a nossa iluminação sejam inseparáveis, temos que aceitar que suas aflições e os resíduos sutis também são nossos. Não se trata apenas de ficar muito calmo e imperturbável, mas de estar no mundo com os outros sem ser condicionado pelas várias aflições, dissabores, ganchos de apegos, e assim por diante, que surgem. É por isso que precisamos dos poderosos métodos do tantra. Quando nos fundimos com o guru, praticamos que toda experiência é inseparável de sua natureza. O guru não está separado do samsara por um muro, mas também não é apanhado nele ou contaminado por ele. Então, na prática, relaxamos e toda experiência se manifesta como a forma pura do guru, todas as experiências externas e internas, formas, sons, pensamentos, sentimentos. A forma do surgimento não se modifica. Pode ser uma aflição, um pensamento áspero e incômodo, mas dando-lhes espaço eles vão embora por si mesmos, revelando sua natureza vazia.

Dessa forma, sem tentar mudar ou alterar todos os vários objetos problemáticos do mundo, incluindo o surgimento daqueles aspectos que chamamos de 'eu', a natureza aberta da lucidez permanece imaculada. Quando nos esquecemos disso, ficamos novamente presos no fluxo de aflições e vestígios sutis que não têm fim, então em vez de tentar terminar (*tong wa*) as aflições, devemos cortar a raiz, cortando a reificação.

OM AH HUNG MA HA GU RU SARVA SIDDHI HUNG NYIG MAI LAE NGEN MI TAG RANG
ZUG LA NGE JUNG KYE NAE CHAG ZHEN YUL BOR YANG CHI NAE RANG DEI YUL DOD
DU KHAE NAR DOD SED TSAD NAE CHOD PAR JIN GYI LOB

Corpo, fala, mente. Grande mestre, conceda-me todas as realizações efetivas. Face às manifestações impermanentes das más ações deste período degradado, surge a renúncia e eu descarto os objetos de meu apego e desejo.

No entanto, mais tarde, sou perturbado pelos sofrimentos do desejo pelos objetos de meu uso diário. Por favor, abençoe-me, cortando as raízes do desejo e da avidez.

Existe uma crença tradicional de que o mundo está em declínio e que o declínio continuará até que o mundo seja destruído e renovado ou até que o próximo Buda, Maitreya, apareça. Embora nossa riqueza material, ao menos nos países ocidentais, esteja aumentando, talvez estejamos em declínio. Paradoxalmente, quanto mais sentimos que estamos no controle, definindo a agenda, fazendo as coisas acontecer, aprofundamos nossos problemas já sérios por si mesmos. Quando sentimos que nós, seres humanos, pela ciência e por nossos próprios esforços, fizemos do mundo um lugar melhor, isso reinstala nossa crença de que o ego é o rei, e assim quanto mais parecemos ser poderosos, mais ficamos sob o poder da ignorância e das aflições. Há pouca evidência de que nosso dinheiro nos faz pessoas melhores, muito menos desenvolve um desejo de questionar o que significa ser humano.

De um ponto de vista budista, este é realmente um mau momento porque a possibilidade de praticar o dharma se torna cada vez mais débil, e mesmo quando as pessoas praticam o dharma,

muitas vezes ficam confusas. Também as linhagens estão desorientadas, e à medida que a comunidade do dharma enfraquece as pessoas ficam mais envolvidas em seus próprios jogos privados. Neste tempo, o mau karma amadurece e nossas tendências negativas aumentam. Isso se manifesta no ritmo cada vez mais acelerado de como as coisas mudam, pois a impermanência mina a frágil sensação de familiaridade e segurança em que a maioria das pessoas confiam para manter seu senso de identidade. Podemos ver isso em termos de mudança tecnológica. Está acelerando cada vez mais, cada dia trazendo alguma nova descoberta. A forma do mundo está mudando tão rapidamente que as pessoas estão tendo que acelerar mais apenas para retomar o controle. Viver na Grã-Bretanha é como estar em um carro dirigido por um motorista bêbado, é acelerador/freio, acelerador/freio, enquanto balançamos entre a ordem e a desordem. E, claramente, para algumas pessoas, as ideologias fundamentalistas, tanto religiosas quanto seculares, fornecem uma falsa segurança. É essa ansiedade generalizada que é realmente a qualidade que leva as pessoas mais adiante no samsara, à medida em que eles buscam a maestria em vez de relaxamento.

Como afirma a segunda linha do verso, rumo a essa situação, a renúncia surge, e eu me afasto ou me livro dos objetos de meu apego e desejo. Mas então, mais tarde, os objetos de minha própria felicidade vêm e me prendem de volta, o que traz sofrimento. A maioria das pessoas que fizeram retiros de meditação já passou por esse tipo de situação, onde você mora em um quartinho e não tem contato com o exterior por um longo tempo e você não tem muito o que fazer, além do puja. Exceto, de vez em quando você tem um *tsog*, uma cerimônia de oferenda, e então você tem sua bolsa de coisas legais que vai oferecer para o *tsog*, e você olha para aquela bolsa toda vez, e tira os pequenos doces e coloca-os em uma fileira e conta-os mais uma vez e pensa, "Bem, hoje eu vou pegar dois", e então o mundo inteiro se transforma nesses pequenos objetos.

A prece está afirmando muito claramente que há um problema real. Se você tentar purificar um objeto, você pode ter sucesso com esse objeto, mas como a tendência de se envolver, a tendência de dar significado aos objetos é tão poderosa na mente, no samsara, ele não pode ser simplesmente descartado como um bolo de chocolate. Em vez disso, o mais estúpido pequeno objeto pode facilmente ser investido de grande significado, e então nos fisgar. Cortar o apego e o anseio é muito difícil pois está entrelaçado na estrutura do mundo em que vivemos. Se pararmos de comprar, a economia vacila e o desemprego começa a aumentar.

Embora o desejo e a avidez tenham infinitos objetos pelos quais se interessar, eles só tem uma raiz, a ignorância, que é não conhecer nossa própria natureza, vacuidade. É sempre a mesma raiz. Isso é o que torna tudo fácil, pois se você tirar aquela raiz, todo o samsara se vai. Se você cortar a raiz da conexão do sujeito com o objeto, todos os objetos ficarão livres. Isso não significa que você tem que aniquilar o objeto, ou matá-lo, mas que ele não o inquieta mais. Para fazer isso você tem que cortar a raiz da identificação com o sujeito. Enquanto reificamos o sujeito, reforçamos a dualidade e nos tornamos cegos ao fato de que o eu ou o sujeito é manifestação desprovida de natureza própria inerente. Dessa forma, o esplendor reificado do dharmata bloqueia a integração da energia em sua própria base, criando miséria e caos.

OM AH HUNG MA HA GU RU SARVA SIDDHI HUNG DUG SUM NYON MONG SEL WAI
THAB CHEN PO GYAL WAE LUNG TEN MANG PO SUNG LAG KYANG PONG KAI BAG
CHAG WANG DU SHAE CHER SHOR LAE NGEN TSAD NAE CHOD PAR JIN GYI LOB

Corpo, fala, mente. Grande mestre, conceda-me todas as realizações efetivas.

Grandes métodos para eliminar as aflições dos três venenos foram

*Trazidos ou descritos pelos jinas em muitos ensinamentos, mas eu fortemente sou submetido
ao poder dos vestígios cármicos sutis que são tão difíceis de abandonar.*

Por favor, abençoe-me, cortando a raiz de todas as más ações.

Todos os budas descreveram em seus ensinamentos muitos métodos diferentes para remover a aflição dos três venenos, dos métodos básicos de renúncia do hinayana, através dos caminhos da acumulação de méritos e do acúmulo de sabedoria, de todos os ensinamentos do prajnaparamita, da lógica e assim por diante, até o mais alto ensinamento de tantra e dzogchen. No entanto, embora todos esses ensinamentos existam, e embora possamos, de fato, conhecer muitos de seus aspectos, ainda estamos muito fortemente sob o poder de traços sutis muito difíceis de serem removidos.

Como nosso ego, nosso sentimento do eu, é tão fragmentado, tão funcionalmente incoerente, é fácil compartimentalizar o conhecimento de nossa experiência. Só porque sabemos algo e podemos agir de uma certa maneira quando estamos calmos isso não garante que podemos e vamos nos comportar da mesma forma sob pressão. Por exemplo, em tempos de guerra, sabemos que as pessoas fazem coisas terríveis que não fariam em outras circunstâncias. As influências civilizadoras que mantêm as pessoas um pouco calmas, um pouco esclarecidas, são removidas e embora sejam as mesmas pessoas, educadas e civilizadas, quando se deparam com provocações começam a se comportar a partir de uma dimensão muito mais primitiva de si mesmos, e depois se perguntam o que aconteceu. Essa é uma experiência muito comum.

É por isso que é muito importante observar realmente a si mesmo em todas as circunstâncias e continuar tentando aplicar o dharma durante os momentos mais difíceis de sua vida, realmente aplicando-o na vida. Como Shantideva diz no *Bodhicaryavatara* (18), seu melhor amigo é seu inimigo, porque seu inimigo mostra-lhe sua raiva e sua limitação. Se você tem amigos simpáticos, eles permitem que você tenha momentos agradáveis juntos, mergulhe na noção ilusória que é uma pessoa legal. Tudo bem se queremos simplesmente levar uma vida tranquila, mas há ocasiões em que as coisas acontecem e percebemos que realmente somos egoístas e cruéis. Muitas vezes essas coisas surgem quando não estamos tão poderosos, então desmoronamos e não aprendemos nada além da prática da autopiedade. É importante não ser seduzido por fantasias sobre si mesmo, mantendo ao mesmo tempo a visão do guru dos três kayas.

Uma das funções do pensar sobre vidas passadas e o carma é que isso nos ajuda a vermos que nas vidas anteriores provavelmente fizemos coisas muito horríveis. Os cinco venenos não são apenas um erro passageiro, são um modo de funcionamento que está no cerne de nosso senso comum do eu, por isso é muito útil ter professores como Chhimed Rigdzin, que podem ser muito provocadores e nos tornar mais conscientes de nossas próprias limitações, porque, se percebermos as nossas próprias limitações mais cedo, teremos mais tempo para trabalhar sobre elas. Mas, você sabe, uma de nossas grandes tendências na vida é varrer as coisas para debaixo

do tapete. Muitas vezes administramos uma situação em nossa vida e não sabemos como conseguimos, mas mesmo assim pensamos: “Oh Deus, que bom que acabou”, e seguimos para a próxima coisa. Não aprendemos nada em relação ao que fomos apanhados. Ao evitar o enfrentamento, estamos condenados, por nós mesmos, a repetir os mesmos erros. Portanto, é vital reconhecer a causa profunda do nosso comportamento, e é por isso que o texto diz: “Por favor, abençoe-me, cortando a raiz da má atividade”.

Qual é a raiz da má atividade? É o pensar errôneo e os impulsos desatentos. Ambos surgem da ignorância e da conseqüente força de apego que se baseia em ver as coisas -- situações, memórias, pensamentos, percepções – como sendo inerentemente reais. Normalmente temos uma grande resistência em ver isso. Se for bem estruturada, a terapia de grupo pode ser muito mais eficaz do que a terapia individual. À medida que o grupo se forma, os membros percebem que todos os demais também estão bagunçados, e isso é um grande alívio, porque você não precisa fingir tanto. Você não tem que fingir porque olha em volta e pode ver: “Oh, todo mundo aqui é limitado, portanto minhas limitações não são especiais, então não preciso levá-los tão a sério”. Ser humano é ser muito preocupado com as opiniões de outras pessoas sobre nós. Queremos ter certeza de que as outras pessoas não vejam as coisas das quais nos envergonhamos.

Queremos aprovação. Nós procuramos qualquer pessoa para obter feedback, e se você for atrás de pessoas que são espelhos turvos, elas vão dizer besteira sobre você, e você vai acreditar porque quer agradá-las, porque não quer ser rejeitado. Esta é uma espiral muito poderosa no samsara. É suficientemente ruim ser uma marionete de seu próprio carma, mas ser uma fantoche que entrega os fios de manipulação para qualquer um que você encontre, é totalmente estúpido.

OM AH HUNG MA HA GU RU SARVA SIDDHI HUNG CHI KYEN NANG KYEN DE MA THAG
PAI KYEN THAM CHE KYED PAI TSA WA NYI DZIN TU DA ZOD GO YANG DUD PAI TSAL
MA DROL RANG SEM CHER BUR CHAR BAR JIN GYI LOB

*Corpo, fala, mente. Grande mestre, conceda-me todas as realizações efetivas.
Situações causais externas, internas e repentinas, todas surgem da raiz da crença na
dualidade. Agora eu sei disso, mas ainda não estou livre do poder de mara.
Por favor, abençoe-me para que minha mente possa surgir nua.*

Os três tipos de condições, externas, internas e de ocorrência repentina, surgem da raiz da experiência dual. Uma vez que começamos a nos identificar com o sujeito, descobrimos, porque sujeito e objeto estão surgindo juntos, que nosso senso do eu está à mercê do campo do objeto. A ignorância de nossa natureza e sua conseqüente experiência de dualidade são as causas-raiz que criam uma vulnerabilidade para as condições secundárias. Quando surgem, nos impactam muito fortemente por causa de nossa identificação com nosso corpo e nossa auto-narrativa. Um exemplo para ilustrar circunstâncias repentinas e contingentes: você está trabalhando na cozinha, cortando os legumes e alguém diz: “Ei!”, você se vira, corta o dedo. As coisas acontecem com muita facilidade porque somos facilmente distraídos, porque o equilíbrio entre dentro e fora não é fixo, e essas circunstâncias repentinas nos pegam desprevenidos. As condições externas vêm do objeto para o sujeito, ou seja, a inflação faz com que os preços subam e assim você tem

menos dinheiro para gastar. As condições internas surgem no sujeito e impactam o campo relacional; por exemplo, você adoce e falta ao trabalho.

Então a próxima linha diz: “Eu sei disso intelectualmente, mas não estou livre da energia dos demônios, a qualidade problemática da ignorância”. Isso sempre será o caso até que deixemos de lado a sensação de que 'eu estou vivendo no mundo que é separado de mim'. O Buda disse em muitos ensinamentos, não apenas nos elevados ensinamentos tântricos e dzogchen, mas em muitos ensinamentos, “A vida é como um sonho, tudo é uma ilusão. Viver em seu próprio corpo é uma ilusão, andar na estrada é uma ilusão, tudo que você vê é uma ilusão, está aí, mas não tem natureza própria inerente”. Quando não reconhecemos isso, acreditamos que o que está fora é real, o que está dentro é real, relaxamos em nossas suposições, paramos de prestar atenção e então somos atingidos pelas circunstâncias. Isso é ao que o texto está se referindo. O principal *mara*, ou demônio, é a auto-preocupação, a auto-referência, uma tendência que nos impede de estarmos no momento presente como um aspecto do campo de energia.

Então é dito: “Por favor, abençoe-me para que minha mente possa surgir nua”. 'Nua' é uma qualidade do dharmakaya, indicando que não é coberto por nada, não obscurecido, não condicionado, não repousando sobre nada. Implica em direto, fresco, cru — exatamente *aí*. A mente nua é a mente que está na vacuidade. Da vacuidade emergem todos os tipos de pensamentos e sentimentos; esses são os ornamentos da mente, como os colares e pulseiras na dakini que dança nua. Isso é muito diferente de pensamentos e sentimentos usados como uma espécie de roupas envergonhadas para o ego que não tem certeza se existe ou não. A nudez descarada permite que os ornamentos sejam usados como um jogo, com prazer, enquanto a nudez temerosa e ansiosa significa que nos envolvemos defensivamente em todos os tipos de roupas, o que pudermos pegar rapidamente, e a coisa mais próxima é sempre os cinco venenos.

Agora, qual é a conexão com a prática? Mais à frente (*ver Seção E:1*), recebemos as quatro iniciações e então Padmasambhava se dissolve em nosso corpo, e entramos na esfera de luz e desaparecemos em um pequeno ponto, e então... nada. Nesse processo começamos com um senso de budas e luzes e todo o universo cheio de boas qualidades. Aos poucos torna-se cada vez mais simples, mais e mais roupas se desfazendo, os ornamentos se desfazendo, o outro se desvanece, o eu se desvanece, até que finalmente há apenas uma simples esfera de luz, e então essa própria esfera de luz desaparece. Não há roupas, nada para se agarrar ou se distrair. Esse é o ponto no qual você pode perceber a natureza nua de sua mente. Por isso é importante fazer essa parte da meditação com muito cuidado, porque se você reconhecer a mente nua, todos os obscurecimentos serão reconhecidos pelo que são, todos os apegos cairão e a não dualidade será revelada. Você reconhece: “Ah, isso é apenas um ornamento, essa não é a verdadeira base da minha existência”, e isso é liberação. Quem dera, na história das roupas novas do Imperador, quando o menino denunciou que o Imperador estava nu, todos tivessem tirado as suas!

OM AH HUNG MA HA GU RU SARVA SIDDHI HUNG NYI DZIN DROG LAE DROL WAR JIN
GYI LOB SHE PA ZO MED RANG LUG LHUG PA LA KHAE KYANG LEG PAI RANG ZO MA
JAE SHING JING THIB YENG WAI TSON RAR MA CHING PAR TRAG DANG RANG OD
TSER WAI RIG PA DI CHOE NYID YANG PAI MA DANG BU THRAD NAE LE LO KYEN GYI
DROG CHIR MA THOM PAR LEG PAI KHANG BUR CHE PAI NYER JAE TE NYUR DU CHOE
NYID MA DANG BU THRAD NAE CHIN CHAD DRO DON TOB CHEN JED PAR SHOG JANG

CHUB SEM PAI CHOD PA JED PAR SHOG ZHEN DON GE WA LAB CHEN DRUB PAR
SHOG KHOR WA DONG NAE TRUG PAI THU THOB SHOG

Corpo, fala, mente. Grande mestre, conceda-me todas as realizações efetivas. Por favor abençoe-me com a liberdade do grilhão da crença na dualidade. A própria mente é não fabricada, surgindo facilmente ao seu próprio modo. Não é fabricada pelas boas ações e qualidades do Buda, e não está atada à prisão do afundamento, da nebulosidade e da oscilação. Com isso, a brilhante e radiante sabedoria primordial, a brilhante luz natural, a vasta mãe dharmata e filho se encontrarão.

Então, não sendo feito de estúpido pelos maus amigos das situações preguiçosas e relaxadas, eu protegerei forte e amorosamente a boa casa de sunyata, e por isso mãe e filho dharmata se encontrarão rapidamente.

Então, a partir desse momento, devo agir firmemente em benefício daqueles que se movem no samsara. Devo realizar os atos de um bodhisattva. Devo consumir uma grande onda de virtude para o benefício dos outros. Devo ganhar o poder efetivo para revirar e esvaziar o samsara.

Não está na hora de eu parar de ficar preso no grilhão da crença na dualidade? Eu, por mim mesmo, posso abrir mão; e, de fato, só eu mesmo posso abrir mão. É como a história chinesa do macaco que coloca a mão na jarra para pegar os amendoins, tenta puxar a mão e não consegue, porque está presa, porque a mão cheia é mais larga que o punho. E ele puxa e puxa, e puxa e puxa, e somente quando solta o amendoim sua mão sai.

Estamos ligados na atividade. Energeticamente, em nossos corpos, estamos um pouco fora de equilíbrio e assim nós nos contorcemos e nos movemos, e atividade é o que somos. É muito difícil para os seres humanos relaxarem. É por isso que, certamente na Grã-Bretanha, você tem atualmente milhares de revistas todas as semanas sobre todas as atividades possíveis, você sabe, asa delta e iatismo e catamarã, cada tipo de esporte tem sua própria revista agora, porque as pessoas são obcecadas por esporte, e passam um fim de semana inteiro fazendo coisas. Mesmo que não façamos esporte, isso nos afeta porque também estamos sempre implicados no carma do tempo em que vivemos, não é apenas uma coisa individual. A atividade nos puxa, as pessoas precisam fazer mais e mais, e esse grilhão, esse bloqueio, essas algemas da dualidade só desaparecem quando relaxamos o suficiente para deixá-las ir. Nenhuma atividade pode remover isso mas, porque somos viciados em atividade, os budas em sua bondade ensinaram os tantras, e o tantra é uma atividade desconstrutiva.

Na próxima linha temos mais instruções sobre nossa própria natureza real. *She pa*, a mente em si, significa *sua* própria mente, não apenas a mente do Buda, *sua* mente é não fabricada ou inventada. *Rang lug* significa “como é”, relaxada e espontânea. A mente em si não tem desejo de fazer nada ou construir nada. Ela, em si, não é fabricada ou construída, apenas adere facilmente.

Então, a próxima linha: a mente não é criada pelas obras das boas pessoas, dos budas. As atividades que fazemos dentro e ao redor dos mosteiros, queimando lamparinas de manteiga, polindo o chão, pintando thangkas e assim por diante, todos esses métodos ajudam a desenvolver a concentração, a compaixão, a consideração pelos outros e assim por diante, mas não criam a natureza búdica. Por exemplo, a maioria de nós aqui é razoavelmente saudável. De vez em quando ficamos doentes. Quando ficamos doentes, vamos ao médico e recebemos um remédio. Nós tomamos o remédio, e ele ajuda a remover a causa ou os sintomas da doença, e então nos sentimos melhor. O remédio não nos faz saudáveis, mas trata do desequilíbrio que nos impedia de estar saudáveis. As atividades do Dharma têm uma função semelhante.

Da mesma forma, nossas más qualidades, nossas várias falhas de meditação, afundamento, embotamento, distração, prendem o ego, não a própria mente. 'Afundar' é quando você está muito cansado e não consegue manter o foco da meditação; 'embotado' é quando você está apenas preso nos pensamentos e sentimentos, não há perspectiva em nada; e 'distração' é quando você está preso nos muitos diferentes tipos de pensamentos, sentimentos, sensações. Embora essas experiências sejam poderosas e pareçam nos aprisionar, quando relaxamos elas passam. A mente em si não é uma entidade, não pode ser mantida em nenhum lugar.

É por isso que os ensinamentos dzogchen dizem que, se sua mente está uma bagunça, se você percebe que nunca pode meditar, se você está sempre distraído, não se preocupe, não se esforce demasiadamente – apenas relaxe. Se você relaxar e sentar com calma e simplicidade, tudo vai passar. Mas quando as coisas não vão bem temos, em geral, duas reações: ou nos esforçamos em demasia ou desistimos em desespero. Ambos ajudam a nos ligar ao nível de identificação com o surgir, em vez de separar.

Então o texto diz: 'Essa lucidez é cintilante e brilhante, radiante em sua própria luminosidade'. Mesmo hoje, quando não podemos ver o sol claramente por causa das nuvens, se você quisesse procurar o sol, não pensaria em usar uma tocha porque o sol fornece sua própria luz. Mas isso é o que muitas vezes tentamos fazer quando procuramos a mente. Saímos com nossa pequena lâmpada, a pequena lâmpada do ego, tentando encontrar essa mente, como se a mente estivesse em um bolso escuro, em vez de ser o local de completo esplendor e iluminação.

É importante, especialmente depois de se fundir com o guru, não fazer esforço mas relaxar e confiar que o que está lá se revelará a você por sua própria luminosidade. O dharmakaya não é um objeto que pode ser visto ou apreendido. Em vez disso, é uma experiência, a nossa natureza revelada ao relaxarmos nela.

Com a presença dessa natureza há a integração da nossa experiência com o que tem sido sempre. O que é – a mãe, a base, a atualidade – nos encontra sem reservas. A mãe e o filho se encontram. Não há lacuna, não há hesitação nem artificialidade; é como se nunca tivessem se separado. Dharmata é a facticidade da não-dualidade, a atualidade espontânea.

Mas então o texto nos lembra de não nos perdermos buscando apenas situações agradáveis, situações fáceis, não basta se divertir e relaxar, isso não vai levar você a nenhum lugar. No dzogchen, a ideia de relaxamento é estar relaxado em todas as circunstâncias. Não é apenas estar relaxado no fim de semana ou quando está chapado ou o que quer que seja, mas estar relaxado mesmo diante de circunstâncias muito difíceis. Portanto, não confunda socialização fácil com realização dzogchen, mas sim manter uma conexão permanente, uma verdadeira amizade ou relacionamento com essa boa casa de shunyata. Quer dizer, morar naquela casa.

Com shunyata como seu quadro de referência, não haverá perigo de se perder, e então o texto diz: 'A mãe e o filho dharmata rapidamente encontro.' Quando isso acontece, você se estabiliza em sua própria natureza e assim sua atividade pode se mover no mundo com total liberdade.

As últimas quatro linhas são sobre a natureza da atividade não-dual. Para agir muito poderosamente para o benefício de outros e realizar a atividade do bodhisattva, a pessoa tem que estar livre da preocupação consigo mesma como seu princípio organizador. A atividade surge sem esforço da natureza não-dual, não é algo que produzimos. A generosidade infinita surge com a nossa liberdade. Não é uma questão de dever, é assim que é. Naturalmente virtuoso, sem esforço, sempre bom, Kuntu Zangpo.

Então o texto diz: 'Vou revirar e esvaziar o samsara'. Isso significa que não haverá mais seres sencientes vivendo no samsara. Na visão, nunca houve seres sencientes. Vivendo essa visão, confirmamos sua liberação ao não confirmar suas expectativas e suposições cármicas. Quer dizer, quando estamos com pessoas, não devemos acreditar fortemente em sua identidade ou no que elas dizem, mas também não devemos abandoná-las dizendo: "Oh, é tudo vacuidade, enfim, apenas uma ilusão", devemos encará-las com leveza, dando-lhes espaço para se apresentarem, para que sua energia se manifeste e que tenham a chance de reconhecerem a si mesmas como energia manifesta. Ao não confirmar sua agenda cármica, e também desprovidos de uma, a solidez da situação é afrouxada e há espaço para se mover, para experimentar algo com frescor.

De acordo com essa visão, as pessoas não se iluminam com a conduta correta. A iluminação é revelada através de ser você mesmo. Portanto, a compaixão não é mudar o comportamento externo de outras pessoas ou fazer algo por elas ou para elas. Não se trata de ajudá-las a serem mais educadas, ou mais capazes de conseguir um emprego, ou qualquer função socialmente útil, trata-se de ajudá-las a deixarem de ser tão obcecadas por coisas externas para que possam ganhar um momento em que relaxam no seu próprio processo de existência.

i. Suplicando pelo que queremos

CHI TAR DA DON TAG DZOG NGA YAB LING NANG TAR RANG LUE PHUNG KHAM KHA
DROI DRONG SANG WA DE TONG YER MED THIG LEI LONG YANG SANG JA TSOL DRAL
WA NYUG MAI SHI RANG JUNG RANG SHAR RANG DROL DE WA CHE NYI MED GYAL PO
DON GYI HE RU KA NAE SUM KHA DROI TSO WO PAD MA JUNG KU SUM YER MED
ZHAB LA SOL WA DEB

Geralmente, em Ngayabling com os sinais perfeitos, onde tudo tem significado profundo, em particular, na cidade dos skandhas das dakinis e dhatus do próprio corpo, profundamente na vastidão da esfera de inseparabilidade entre felicidade e sunyata, e mais secretamente, na e enquanto natureza original, imutável, livre de ações e esforços, auto-existente, auto-surgida, auto-libertadora e de grande felicidade -- o rei da não-dualidade, livre tanto do samsara quanto do nirvana, o heruka genuíno e original, o chefe das dakinis dos três locais, Padmasambhava, Suplicamos a você de quem os três kayas são inseparáveis.

Muitos anos atrás em Shantiniketan, Rinpoche encontrou esta prece em um sonho. Ele a escreveu no dia seguinte, e nós a traduzimos imediatamente e a usamos na prática chamada *Uma Chuva de Bênçãos*.

No nível externo, há a ilha de Camaradvipa, lar de Zangdopalri, e um ambiente onde tudo tem sentido. Na verdade, vivemos realmente agora em um mundo em que tudo é significativamente sem sentido. Crianças e adultos são vítimas da publicidade e investem grande valor em mercadorias vazias. A oferta de objetos novos e fascinantes é incessante e isso disfarça a futilidade do consumismo. Considerando que, nesta ilha, tudo tem sentido porque nos leva para o significado do dharma e, em particular, para o despertar para nossa própria natureza. Se formos ao Sikkim, ou Ladakh, ou Tibete, entraremos em ambientes cheios de imagens e sentido, e quando você anda pela rua, vendo as estupas e as pessoas com rodas de oração, então de repente tudo é poderoso. Agora, pense nos tibetanos, vivendo em tais mundos e ainda assim dizendo: “Ei, há outro lugar onde tudo realmente tem sentido!” Isso mostra o quão triste e difícil é a nossa situação aqui.

No nível mais interno, o próprio corpo, composto pelos cinco skandhas (que descreve), os dezoito dhatu (os seis sentidos, seus objetos e suas consciências, e assim por diante), ou seja, todo o campo dinâmico interativo do ser de alguém, é o palácio de uma dakini. Acreditamos que em cada poro do corpo, em cada pequena abertura na pele, há uma dakini. Isso significa que este próprio corpo, em sua forma ordinária, é um lugar sagrado.

Então, no nível secreto, felicidade e vacuidade são inseparáveis na dimensão do *thigle*, ou *bindu*, uma bola ou esfera de luz. Quando visualizamos uma divindade como Padmasambhava, ele está sempre em um thigle arco-íris. Você não o vê realmente. Em thangkas, parece mais uma espécie de auréola na parte de trás da cabeça, mas na verdade é um invólucro tridimensional, todo o corpo está dentro de uma bola de luz brilhante. Na meditação, usamos as esferas para focalizar nossa atenção e controlar a energia. A esfera é redonda, não tem bordas ou cantos, então não se agarra em mais nada. No estado de relaxamento calmo, há uma espécie de completude, ou arredondamento, em que a perturbação energética que nos coloca em muitos eventos está resolvida. Isto é conseguido mantendo-se a energia no canal central através do foco nas esferas.

A próxima linha se refere a algo ainda mais secreto; ou seja, menos elaborado, menos manifestado no mundo. Essa é a natureza original da base que está livre de toda atividade e esforço. Muito da atividade que fazemos é por causa de impulsos que surgem dentro de nós. A esses impulsos não resistimos porque realmente não se pode resistir a eles, eles apenas nos agarram. Vamos junto com eles, e assim nossa energia é movida aqui e ali. Mas quando nossa atenção está enraizada na natureza original, então o ego se dissolve de volta em sua própria base de lucidez aberta e, portanto, há brilho sem esforço.

Nesse estado há a grande felicidade de experimentar tudo como auto-surgido, sem que ninguém tenha necessidade de fazer as coisas acontecerem. Esse estado é auto-existente porque não tem causa, está presente por si mesmo, como o sol nascendo pela manhã. É auto-libertador porque não é um objeto e deixa todas as manifestações livres para desaparecerem por si mesmas. A natureza da base é não nascida, não tem origem, não repousa sobre nada, e ainda assim é uma manifestação incessante. Mas nossa existência é baseada no fato de que, se não

ficarmos juntos, vamos desmoronar. Acreditamos que somos os agentes responsáveis por nossas vidas e cabe a nós manter tudo unido, fazendo as coisas acontecer.

Karl Marx, em seu conceito de mistificação, disse que uma das grandes coisas neste mundo é a maneira que as pessoas que possuem as grandes fábricas podem tornar os trabalhadores gratos por ter um emprego. É como se o dono da fábrica estivesse fazendo um favor ao trabalhador, um grande gesto de compaixão, dando-lhe um emprego mal pago. O trabalhador nunca chega a sentir que está fazendo um favor ao patrão ao vir trabalhar. Embora o patrão esteja ganhando, o lucro que ele faz é sempre invisível para o trabalhador, porque não entra no domínio do trabalhador. Antigamente, uma empresa nunca publicaria seu relatório financeiro e exporia uma cópia no restaurante dos funcionários – impossível! Agora, ao aplicar esta estrutura aqui, a ignorância é o dono da fábrica, e o ego é o funcionário, e o ego pensa: “Oh, eu preciso de uma identidade, eu preciso de uma identidade”, então trabalha muito duro, mas não percebe que cada ação que realiza gera um lucro para a ignorância, e a ignorância torna-se cada vez mais forte. O ego continua grato por ter um emprego, uma identidade.

Quando os sindicatos se formaram, o primeiro poder que eles perceberam que tinham era o poder de greve, entrar em greve, a suspensão do trabalho, então nesse texto Lama Lenin diz: “Pare de trabalhar! Não mais produção, não mais samsara! Feche a fábrica!” Isso provoca muita ansiedade entre os trabalhadores. Entrar em greve é assustador. Você se sente mal porque grande parte do seu senso de identidade vem através do emprego, e então você se preocupa sobre dinheiro e assim por diante. Temos que realmente pensar sobre isso seriamente, porque uma das razões pelas quais não praticamos muito o dharma, e fazemos muitas coisas sem sentido, é porque o absurdo oferece trabalho ao ego. Quando você pratica mais no estilo do dzogchen e realmente renuncia à atividade, isso não significa que a atividade externa vai parar, pois temos uma relação particular, uma espécie de dívida de identificação com o trabalho, e quando que se renuncia a isso surge a ansiedade, então é preciso praticar para relaxar a ansiedade.

A próxima linha aponta para a liberdade que surge da integração. O rei da não-dualidade é desobstruído em todas as direções, capaz de desfrutar de seu domínio sem interrupção. Isso é Padmasambhava, em cuja vasta presença as dakinis do movimento vêm e vão como a única especificidade da existência incorporada. "Suplicamos pela inseparabilidade dos três kayas." Esta é a integração harmoniosa de todos os modos múltiplos e plurais da existência.

DE TAR SOL WA TAB PAI JIN LAB KYI TSE DIR NGON SUM KHYOD ZHAL NYUR JAL NAE
NYON MONG SHE JAI DRIB PA KUN DAG CHING ZHON NU BUM KUI RANG ZHAL JAL
WAR SHOG

*Pela bênção de ter suplicado desta forma, nesta vida
podemos rapidamente ver seu rosto de forma direta. Então, com todos os obscurecimentos das
aflições e resíduos sutis sendo purificados,
possamos ver nossa própria face verdadeira da natureza original sempre jovem!*

DI NANG NUB TSE PA WO KHA DROI TSOG ROL MO DRA NYEN LU YANG DAM CHOE
DRAE DA MA RU DANG CHOD DZAE THOG JAE NAE SA CHOD NGA YAB PAL RIR THRID
PAR SHOG

Quando esta vida estiver acabando, que as hostes de dakas e dakinis façam soar músicas suaves e canções melodiosas, todas com o som do sagrado dharma. Com todos eles segurando damarus e oferecendo coisas, possam guiar-nos para a gloriosa montanha de Sachod Ngayab.

DE MA THAG PAR GU RU YAB YUM GYI ZHAL JAL SUNG THOE DAM NGAG KUN THOB
NAE SA LAM THAR CHIN RIG DZIN NAM PA ZHI GO PHANG NYUR THOB UR GYEN PAD
MA DANG YER MED DRO WAI PAL DU DAG GYUR NAE KHA NYAM DRO WA MA LUE
DREN PAR SHOG

Imediatamente ao chegar lá, possamos ver a face de Padmasambhava com sua consorte, ouvir seu discurso e todas as instruções dele. Então, completando as etapas e caminhos, possamos rapidamente obter nosso lugar junto aos quatro tipos de vidyadhara. Então tornando-nos idênticos a Padmasambhava, possamos ser líderes para todos os seres, que se igualem a extensão do céu, sem exceção.

GAL SID DE MA THOB PAR GYUR NA YANG DAG ZHEN DI NAE TSE PHOE GYUR MA
THAG CHI WA OD SAL CHOE KYI KUR MIN CHING BAR DO LONG CHOD DZOG KUR RAB
MIN NAE KYE WA TRUL KUI DRO DON JED PAR SHOG

Mesmo que não seja possível obter essa realização nesta vida, quando eu e todos os outros estivermos morrendo, imediatamente possa a morte se revelar como o dharmakaya da iluminação clara, com o bardo se revelando como o sambhogakaya, de modo que o nascimento é como nirmanakaya, trazendo benefícios para aqueles que estão se movendo no samsara!

Ver o rosto de Padmasambhava é ver seu próprio rosto em muitos níveis. É ver seu rosto como natureza primordial, dharmakaya, infinito, aberto, relaxado. É ver seu rosto como resplendor, sambhogakaya, luz, som, vitalidade, formas translúcidas impressionantes. É ver seu rosto como energia, como nirmanakaya, movendo-se, mudando incessantemente na direção do outro. Quando isso acontece, todos os obscurecimentos e resíduos sutis serão removidos.

Há dois tipos de obscurecimentos, o obscurecimento dos cinco venenos e o obscurecimento das assumpções. É com base em nossas suposições cognitivas que os cinco venenos são despertados. Claramente, algumas pessoas são mais mobilizadas através da emoção e algumas pessoas são mais mobilizadas através do pensar, e uma mesma pessoa se moverá entre esses dois modos pelo acaso.

Quando a natureza sempre fresca e desobstruída é percebida, há iluminação. Se isso não for conseguido nesta vida, então rezamos por uma passagem segura para a terra pura de Padmasambhava. Quando você chega lá, vê imediatamente Padmasambhava e sua consorte. Você vê seus rostos. Você ouve instruções de seu voz, e por isso fica muito fácil perceber as dez

etapas e os cinco caminhos, os estágios de progresso mahayana, e também para atravessar os quatro níveis do vidyadhara. Tendo conseguido tudo isso, rapidamente nos tornamos inseparáveis de Padmasambhava e assim tornamo-nos capazes de agir para o benefício de todos os seres sencientes, um guia para para os incontáveis número de seres.

Geralmente, acredita-se que renascer em uma das terras puras búdicas é muito melhor do que nascer na dimensão humana comum, porque não há perturbação ali, tudo é direcionado para a liberação. Se não somos capazes de obter essa realização em uma vida, então podemos ter libertação no bardo, para que a morte se revele como dharmakaya. Na morte, após a dissolução dos elementos, entramos no bardo ou fase do dharmata, atualidade. Nesse ponto, tudo desmorona, tudo desaparece e você tem uma espécie de apagão, e nesse apagão você pode reconhecer sua própria natureza, se você fizer muita prática de dissolução(19). Se você não conseguir a liberação nesse ponto então a manifestação começa, como você pode ler no *Bardo Thodrol* (20): primeiro as deidades pacíficas, então as deidades iradas, e se você pode se identificar com essas divindades, se você conhece seus mantras e tem uma conexão com ela, sem medo, então você se ilumina no nível do samboghakaya. Dessa maneira, fluindo deles, você renasce em um nirmanakaya para realizar benefício para os seres. Renascer em nirmanakaya dessa forma significa que você traz para a vida uma intenção consciente do que você está indo fazer no dharma. Lembro-me de Rinpoche dizendo que mesmo que um tulku nasça em um país onde não há dharma, e ninguém o reconheça, ou o ajuda, crescerá com uma noção clara do que vai fazer esta vida e começará a praticar e ensinar o dharma.

Talvez nossas vidas sejam bastante diferentes, impulsionadas por entusiasmos mundanos. Como uma criança eu colecionava diferentes tipos de coisas especiais para minha bicicleta, e essas coisas eram muito importantes. Então eu voltava da escola e pegava minha bicicleta, e isso era o mais importante na minha vida, não era dharma, não era Padmasambhava, não era o voto de bodhisattva. Era minha bicicleta. Isso é um sinal de que não sou uma pessoa muito iluminada. E se pensarmos nas nossas vidas, por quantas coisas nos entusiasmos, quantos rumos nossas vidas poderiam ter tomado, de certa forma foi apenas por uma súbita e pequena bolha de boa sorte que criamos uma conexão com o dharma. Poderíamos facilmente ter desligado e entrado em outra coisa. Essa prece está nos lembrando da necessidade de fazer planos para o futuro, não contar com a sorte, mas desenvolver uma espécie de bússola dentro de nós para nos manter no caminho certo, para que possamos continuar a desenvolver nosso dharma, despertando para o bem de todos os seres. Isso é muito precioso.

j. Prática curta do Phowa

RANG GI NYING KHA NAE NGA YAB PAL RI BAR DU OD NGAI LAM SAL ZHING TSER WA
THAL LE ZUG PAI TENG DU RANG SEM RANG ZUG KYI NAM PA CHEN GYI YAE GYON
DUN GYAB THAM CHE PA WO RIG DZIN KHAN DROI TSOG KYI DROG DANG CHE TE OD
KYI LAM GYI TENG NA PHAR NYAM GA YAL JIN THIB THIB NANG WA DE CHAM CHAM
JIN TE JIG TEN MI YUL GYI NANG WA THIB THIB NUB TE CHIR CHIR LUE KHA CHOD
ZANG DOG PAL RI TRA LAM LAM SHAR UR GYEN PAD MA RIG DZIN YIDAM KHAN DROI
WUE NA ZHUG PA DANG JE NYER SONG TE THAR RANG JUG GU RUI THUG KAR SIB
KYI THIM PAR SAM

Do meu centro do coração até Zangdopalri estende-se um caminho de cinco luzes coloridas. É claro, brilhante e direto e no cume está minha mente com a forma do meu corpo atual junto com hostes de viras, vidyadharas e dakinis ao redor, na frente e atrás e em ambos os lados, atuando como ajudantes. Então, no cume desse caminho de luz, eu sigo muito alegremente, sentindo-me leve e feliz sobre ondas de bênçãos. Com esse sentimento muito bom sigo até lá, e todas as idéias do mundo humano enfraquecem e desaparecem até que ficam para trás. Então Kachod Zangdopalri surge muito claramente diante de mim. Padmasambhava está sentado no centro de muitos vidyadharas, deidades-caminho e dakinis e eu me aproximo cada vez mais até que finalmente meu próprio corpo derrete em seu coração.

Essa prática é uma descrição mais literal do segundo verso da prece anterior. Você pode fazer isso apenas sentado, muito tranquilamente. Você pode imaginar Zangdopalri, com Padmasambhava à sua frente, e desenvolver um forte desejo de ir até lá. De novo e de novo pratique mover-se em direção a ele. Dessa forma, deixar este mundo torna-se maravilhoso. A morte não é o inimigo, não é algo que está nos atacando. Nossa morte já está em nosso corpo, e nosso corpo perecerá, sucumbirá para sempre. O corpo, nosso precioso corpo de carne que protegemos tão bem, é na verdade feito de luz, por isso praticamos este nosso corpo comum dissolvendo-se no corpo de Padmasambhava. Este corpo já é puro. Nunca deveríamos odiá-lo, transformá-lo em um objeto ou se apegar demais a ele. A prática é experimentar sua inseparabilidade de Padmasambhava. Com a visão dos três kayas não é que exista uma mente pura presa em um corpo impuro. Todos aspectos de nossa existência eram puros desde o início, mas o pensamento não estabelecerá isso para nós, temos que fazer a prática.

k. Recebendo as Quatro Iniciações

LA MAI NAE SUM LAE OD THROE OM AH HUNG YI GEI NAM PA RANG THIM WANG ZHI
DZOG DRIB DAG KU DANG YE SHE NGA NGON GYUR LA MA RIN PO CHE KHYEN NO

Da testa, garganta e coração do guru, a luz irradia na forma das letras Om, Ah, Hung. Elas são absorvidas em mim, e eu recebo plenamente as quatro iniciações e meus obscurecimentos são purificados, e os cinco kayas e cinco conhecimentos prístinos e supremos tornam-se manifestos em mim. Guru precioso, por favor, ouça-me!

Om Ah Hung representam os três vajras, os três aspectos indestrutíveis de nossa dimensão de mente, voz e corpo, ou seja, dharmakaya, samboghakaya, nirmanakaya. Essa é a nossa verdadeira natureza. Não é uma meta que temos que criar ou desenvolver para nós mesmos. É

a nossa verdadeira natureza agora enquanto estamos sentados aqui. É a base indestrutível da nossa existência. No sistema do tantra, é como se o guru estivesse nos dando isso como algum tipo de presente. Como diz a prece anterior, *Encojamento à Impermanência*, boas ações não conduzem ao desenvolvimento de dharmakaya, e más ações e meditação confusa não o ocultam. Se sua natureza já não fosse ouro, nada poderia torná-la dourada, mas pelo poder desta iniciação, e nossa fé, nos concentramos em abandonar nossa identificação com os obscurecimentos, para que nossos corpos se encham de luz e relaxemos no estado livre de apegos.

A seguinte explicação de linhagem foi usada pela primeira vez em conjunto com o texto *Chuva de bênçãos*. Ela define a prática de forma clara e deve-se seguir os passos devagar e com cuidado para que você entre totalmente na experiência.

De uma letra branca Om na testa do guru, raios brancos de luz fluem e se derretem em sua própria testa, purificando os pecados e obscurecimentos do corpo. A bênção do corpo é obtida.

Você agora recebeu a iniciação de bumpa ou vaso; um vaso de elixir purificador é derramado sobre você.

Seu corpo tem o poder de fazer as meditações do sistema revelado da visualização. Agora seu corpo está purificado, então você pode meditar nele como a forma pura da divindade. Agora você tem a oportunidade de obter a fruição do nirmanakaya. Agora você tem a chance de obter o vajrakaya totalmente revelado, um corpo muito forte, nunca mudando ou sendo destruído, como um diamante. O interior do seu corpo fica cheio de raios brancos de luz. Medite sobre isso por algum tempo.

Então de uma letra Ah na garganta do guru vêm raios de luz vermelha que derretem em sua própria garganta, purificando as impurezas da fala.

Você recebe o sangwa ou iniciação secreta. Sua fala tem o poder de ler mantras, fazer sadhanas e fazer longas recitações de mantras. Agora você tem a oportunidade de obter a fruição do sambhogakaya. Agora você tem a chance de obter o vajravak. É a voz mais forte, à qual todos os outros se submetem, como o rugido do leão.

Suas palavras, uma vez pronunciadas, nunca mudam. O interior do seu corpo fica cheio de raios de luz vermelha. Medite sobre isso por algum tempo.

Então, de uma letra Hung azul no coração do guru, fluem raios de luz azul que derretem em seu próprio coração, purificando os pecados e obscurecimentos da mente. A bênção da mente é obtida. Você recebe o sherab yeshe, ou iniciação de sabedoria, e sua mente tem o poder de meditar na felicidade/mahamudra vazia. Você agora tem a oportunidade de obter a fruição do dharmakaya. Agora você tem a chance de obter vajracitta, mente invulnerável que é totalmente triunfante, conhecendo a natureza de tudo

que lhe aparece. É a força do dharmadhatu jnana. O interior do seu corpo fica cheio de raios de luz azul. Medite sobre isso por algum tempo.

Mais uma vez, dos três pontos do guru, testa, garganta e coração, fluem raios de luz, respectivamente branco, vermelho e azul, que se fundem em seus próprios corpo, fala e mente, purificando os pecados e obscurecimentos que os afetam de muitas formas. Você recebe a bênção de corpo, fala e mente, boas qualidades e atividades espirituais e recebe a quarta iniciação, o precioso tshig.

Você está, assim, autorizado a meditar em sua própria mente como vacuidade e claridade, surgindo sem esforço. Agora você tem a oportunidade de ganhar a inseparabilidade dos três kayas, o svabhavikakaya, e agora tem a chance de ganhar os quatro kayas. O interior do seu corpo fica preenchido com raios de luz brancos, vermelhos e azuis. Medite sobre isso por algum tempo.

No tantra, a iniciação ou empoderamento é muito importante. Praticar é fazer parte de uma linhagem. Você não pode simplesmente pegar um texto ritual e fazê-lo, você tem que ter a iniciação (*wangkur*), a transmissão (*lung*) e a explicação. É um pacote inteiro, e você precisa dele todo. Então, devido aos nossos próprios erros, enfraquecemos a conexão com a linhagem, e por isso precisamos restaurá-la, pois é através da linhagem que somos despertados para nós mesmos. Iluminação é conectividade, não autonomia. Portanto, reserve um tempo para fazer esta parte da prática, e recite o *lama khyeno* com grande fé e devoção. Faça também a prece de sete linhas e abra seu coração para a transmissão. Rompa a bolha do eu!

Quando fazemos o *Om Machig Ma* temos o mesmo tipo de coisa, então se essa prática não é muito clara para você, você pode realmente praticá-la trabalhando, lendo a oração de *Machig Ma* repetidas vezes. Como você está fazendo a prece com muita devoção, você imagina a luz entrando e purificando seu corpo e então, quando você chega a esta parte do puja, você apenas usa o mesmo processo.

A realidade é que Rinpoche vai morrer. Ele não está muito bem, e ninguém vive para sempre. Muitas vezes podemos ficar um pouco preguiçosos, e quando nossa prática enfraquecer um pouco, pensar: “Ah, de qualquer forma, vou ver o Rinpoche, e vamos fazer a prática todo dia, então ficarei mais forte novamente”. Mas algumas vezes ele não estará lá para fazer isso (23). Então seu único poder de reenergização será praticar por sua própria conta ou com algumas outras pessoas. Por isso, é muito importante que você adquira confiança de que a prática funcionará. Conserve a bênção do passado, confie em sua conexão com Rinpoche como Padmasambhava, e não confie exclusivamente na forma física de Rinpoche.

I. Dissolvendo no Guru e mantendo a visão

KHYAB DAG KU ZHII WANG CHUG DOR JE CHANG KHYEN TSE THUG JEI TER CHEN RIG
NGAI LHA DREN PAE YID KYI DUNG SEL GU RU JE NYAM MED PAL DEN DRIN CHEN LA
MA LA DAG SOG NYING NAE SOL WA DEB LAG NA KE CHIG TSAM YANG DRAL MED JE
ZUNG NAE JIN GYI LOB SHIG GU RU KA DRIN CHEN NYID DANG YER MED DZOG CHIG
LA MA JE

*Dorje Chang -- senhor onipresente com o poder dos quatro kayas,
as deidades das cinco famílias, os grandes tesouros da compaixão,
tendo verdadeiro conhecimento e compaixão, o venerável guru,
evocação que remove nossos problemas mentais,
inigualável, glorioso e bondoso guru -- se orarmos a você de coração,
você deverá nos sustentar como discípulos sem se separar de nós
por um instante, e nos concederá suas bênçãos. O mais bondoso dos mestres,
por favor, faça-nos sem diferença de si mesmo, oh, venerável guru!*

*Então imagine que Padmasambhava ou seu próprio guru está sorrindo radiante para você. Ele
vem ao topo de sua cabeça, repousando em uma almofada de lótus. Então, ele se dissolve
gradualmente (ou instantaneamente, o que for mais fácil para você) em uma bola de luz que é
absorvida pela coroa de sua cabeça e desce até seu coração. Ele funde-se aí, para que seu
corpo, fala e mente tornem-se inseparavelmente fundidos com ele, como água derramando-se
sobre a água. Permaneça nesse estado sem fazer nada, mantendo-se calmo e relaxado.*

Nosso guru está na forma de Padmasambhava, inseparável de Dorje Chang, o Buda primordial.
Todas as qualidades de todos os budas estão aí; não há nada, e ninguém, superior ou melhor,
então devemos nos abrir totalmente para ele. Então, no estado de união, não há nada a ser feito.
Abandonando todo apego, identificação e envolvimento, deixe ir livremente o que surgir.

Versos do Le'u Dunma

DI TAR MIG GI YUL DU NANG WA YI CHI NANG NOD CHUD NGOE WO THAM CHE KUN
NANG YANG DAG DZIN MED PAI NGANG LA ZHOG ZUNG DZIN DAG PA SAL TONG LHA
YI KU DOD CHAG RANG DROL GYI LA MA LA SOL WA DEB UR GYEN PAD MA JUNG NAE
LA SOL WA DEB

*Em relação aos objetos do olho que são as aparências/ideias de absolutamente todas as
entidades externas e internas do universo e seus habitantes, mantenha o estado no qual há
aparência mas apreensão, como sendo algo real, nem cultivando nem descartando.*

*O corpo divino de claridade e vacuidade, puro e livre de
objetos e mente apegada, eu suplico ao guru do desejo auto-liberado.*

Eu oro a Urygen Padma Jungnae.

Este é o primeiro de quatro versos do Le'u Dunma, a prece de sete capítulos (21). Eles são considerados um ensinamento direto do coração de Padmasambhava. Como Rinpoche explicou no passado, esse verso se aplica a todas as experiências, a tudo o que acontece através dos sentidos, incluindo toque, olfato e assim por diante. Essa é uma prática a ser aplicada. É o oposto de estar dormindo. Muitas vezes, no budismo, falamos de despertar, mas o poder do karma é muito forte, o poder das assumpções é muito forte, então é muito fácil fazer um *puja* e, ao sair dele, simplesmente adormecer novamente, voltar completamente para a percepção cármica comum. Esses versos são projetados para funcionar como uma espécie de cunha que você enfia entre o hábito cármico da experiência sensorial e a possibilidade de ficar mais alerta. Exige realmente que não sejamos apanhados pelas exigências vindo do campo experiencial, especialmente de outras pessoas. Eles nos ajudam a ficar despertos, mas também oferecem uma forma de continuarmos a nos relacionar com as pessoas dentro das regras e regulamentos da dimensão em que vivemos. Temos sempre que integrar sabedoria e compaixão, e não nos confundirmos com os convites à confluência e à intriga.

Quando vemos algo, digamos, por exemplo, uma xícara, seria louco e inútil tentar não ver uma xícara. Se alguém disser: "Dê-me a xícara", sabemos o que fazer, agir de outra forma seria estúpido. Sabendo que a visão da forma e do som da palavra e o conceito de xícara são todos vazios, eles podem surgir sem serem presos na reificação e no apego. Isso é a integração da experiência em Padmasambhava. Não existem entidades separadas, apenas processos de surgir e passar, mas esses processos não são caóticos, eles são padronizados, moldados por causa e efeito cármicos. A confiabilidade da forma não indica uma essência subjacente. Padmasambhava tem uma forma claramente definida, embora seja inseparável da vacuidade, e é assim com todas as outras ocorrências.

Esta xícara, que posso segurar na mão e que todos podem ver, esta xícara nunca nasceu como uma xícara, esta xícara é não nascida, mas também é incessante em sua apresentação em forma de xícara. Se eu a largasse e ela quebrasse, poderiam dizer: "Ah, ele matou a xícara", mas o que teria sido morto? Qual é a xícara-lidade da xícara? Essa é a coisa essencial que você tem que realmente investigar por si mesmo até que fique claro, caso contrário, esse tipo de versos não significa muito. Temos que reconhecer que nós, através do nosso próprio conjunto de assumpções, agimos como se essa xícara fosse algo que existe por si. Mas se eu parar de segurá-la e ela cair, vai quebrar, então não existe por si, é mantida aqui porque minha mão a está segurando. Nossa mente separa a xícara da minha mão, mas se minha mão for separada da xícara, ela cairá, quebrará e então não haverá nada onde o seu conceito de xícara seja apoiado.

Ocorre o mesmo com as pessoas. Imaginamos que elas realmente existem, mas é claro que sabemos por nossos próprios corpos que elas estão sempre mudando; nós comemos e então cagamos, bebemos e mijamos, limpamos os dentes, nosso cabelo e nossas unhas crescem, e também sabemos, em um nível mais sutil, que mudanças fisiológicas estão acontecendo o tempo todo. O corpo é um processo. Não há auto-substância nele, embora haja uma continuidade geral de forma. Isso significa que a James-lidade de James, ou a Robert-lidade de Robert, é uma espécie de ilusão, que Robert nunca nasceu como uma coisa, mas Robert está Robert-ando continuamente.

Naturalmente, esse processo de sermos nós mesmos é influenciado por muitos fatores. As pessoas dizem algo e de repente nos sentimos muito tristes. As pessoas dizem alguma coisa e

ficamos com raiva. Você sabe, não estamos no controle de como somos, ainda que sentimos que somos, ou pelo menos que deveríamos ser, por causa dessa apropriação, dessa centralização, desse tipo de organização.

Por que queremos imputar a natureza própria inerente quando não há algo lá? Por causa da condição do imputador. Devido ao poder da ignorância surge este sentimento de ser um eu separado, e que este eu separado precisa de um lugar para repousar, precisa de algo onde se assentar e se assenta sobre seu sentido de ser corporificado. Mas esse ser corporificado, por estar conectado com outras pessoas, também precisa ter alguma estabilidade no ambiente para se sentir seguro.

Estar perto dos outros pode ser satisfatório, mas muitas vezes também é perturbador. Então nos encontramos dizendo coisas como: “Ah, não consigo pensar no meu trabalho. Sempre que meu relacionamento está perturbado, eu fico cheio dessas emoções o tempo todo, e passo todo o meu tempo pensando: ‘Mas por que ele disse aquilo? O que foi aquilo?’” Isso ocorre porque nosso senso de identidade, nosso senso de nós mesmos, tornou-se muito entrelaçado com nossa forma de ser com a outra pessoa. É como se a outra pessoa tivesse se tornado a base da nossa vida e, assim, se a outra pessoa se move um pouco, toda a nossa vida está se movendo, e logo não sabemos quem somos. O que desejamos então é garantia, que nos digam que está tudo bem, que ainda somos importantes, ainda amados e desejados, e que, portanto, as coisas continuarão como antes. O padrão básico, como vimos anteriormente, é ignorância, ausência, ansiedade central, senso de um eu separado, ansiedade da manutenção, a atividade de controlar o eu e o outro, as emoções crescentes, a sensação de ausência de controle, a luta para reafirmar o controle, nenhum repouso, sempre em atividade.

O verso diz *dag dzin med pai ngang la zhog*, o que significa que permitimos a todo o campo de percepção surgir sem qualquer separação. Então, por exemplo, estou olhando agora e vejo todos vocês sentados aí. Eu vejo as paredes e algumas flores na mesa e assim por diante, e este é um evento perfeito com aspectos estáveis e móveis. A coisa toda é um campo, eu inclusive, sou um processo. Não é que haja uma pessoa aqui, depois outra e outra, cada uma uma entidade separada com sua própria história e fundamento. Tudo está surgindo junto, no mesmo momento.

A próxima linha diz *zung dzin dag pa sal tong lha yi ku*, ‘ao purificar o sentido de objetos reais, auto-existentes, fora e alguém real, auto-existente dentro, quem precisa confiar em objetos? O corpo ou forma divina é revelado.’ O objeto de agarrar, e a mente que está agarrando são feitos um para o outro porque ambos estão operando no nível da identidade imputada. Quando os purificamos, abandonamos a imputação, ainda há objetos do lado de fora e ainda há uma mente dentro, mas estão relaxados. Tudo se torna mais leve, mais livre e, portanto, mais espontâneo. Há mais possibilidade de interação direta. Quando isso é alcançado, então temos a experiência de clareza e vacuidade, que é a natureza do corpo da deidade.

Quando olhamos para o corpo de Padmasambhava, podemos ver algo claramente, mas não há substância nisso. Padmasambhava se manifesta vindo da vacuidade, e depois volta à vacuidade. Quando vemos uma imagem de Dorje Drolo podemos pensar: “Ah, essa é uma pessoa muito forte, eu não gostaria de encontrar essa pessoa em uma noite escura.” Mas o que torna Dorje Drolo forte? É o fato de que dentro dele há um Dorje Drolo real e muito firme, ou o fato de ser uma forma particular de processamento? Ele é uma forma particular de manifestação, um movimento energético.

Livre de impulsos cármicos, essa é a energia não nascida do dharmakaya. Esse é o ponto chave. É um ponto muito simples, mas temos que repassá-lo e novamente em nossas próprias mentes, dia a dia, momento a momento. Quando eu me experimento como James, então a base do meu ser é uma massa de construções realizada no *alaya*, no *kun ji nam pa she pa*, o nível mais profundo da dualidade, organizando a autoconsciência, a consciência-enquanto-eu. Na ausência da presença da condição natural, esta parece ser a base da minha existência. Ainda que esse terreno aparente seja na verdade uma manifestação da vacuidade. Não é auto-existente em si mesmo, mas eu *acho* que é, eu *sinto* que é. Isso é que a ignorância é. E então eu penso: “Oh, eu venho de mim, eu sou completamente eu”, em vez de “Isso é vacuidade”. Essa é a grande confusão. Isso é tudo o que a ignorância realmente é, um erro.

É como crianças que cresceram na cidade. Se você perguntar: “De onde vem a comida?” eles dirão: “Do supermercado”, porque essa é a verdadeira experiência deles. O supermercado apresenta os alimentos todos embrulhados em plástico, com cada repolho ou brócolis com celofane em volta, de forma que cada pedaço individual de brócolis vem completamente selado. Então você não pode imaginar que vem de uma horta. Se você ver o vegetal na horta, verá que tem raízes que entram na terra, e está conectado com o sol e a chuva, e assim por diante, mas no supermercado parece uma coisa à parte, inteira em si mesma. É assim que nascemos, nos sentimos separados e à parte, vindo frescos do supermercado da mamãe.

Para apoiar o nosso re-enraizamento de nós mesmos e o re-enraizamento do mundo em seu verdadeiro terreno, que é vacuidade, suplicamos ao guru que autolibera o apego ou o desejo. Esse guru é nossa própria lucidez. É o estado de meditação, onde os desejos ainda surgem, mas nossa presença relaxada e calma é como a superfície de um espelho, para que esses objetos de desejo surjam, se revelem, mas depois voltem à vacuidade porque não estamos mais lá como um ego ansioso para revesti-los de especial importância. Não é que os pensamentos ou sentimentos ou sensações sejam ruins, eles não precisam ser abandonados *per se*. Com a integração de clareza e vacuidade, experimentamos diretamente que não há qualquer perigo de apego, e assim podemos desfrutar prazerosamente da criatividade da imaginação dançando neste mundo vazio e aberto.

Ontem o pequeno Paul estava correndo com um grande bastão de madeira, um homem muito perigoso que vai fazer coisas muito terríveis, e podemos olhar para ele e: “Sim, Paul, é muito perigoso”, mas também sabemos que ele não é tão perigoso. Ele sabe que não é tão poderoso, mas também sabe que quer ser muito poderoso, e precisa que acreditemos que ele é poderoso, pois não ser poderoso é muito assustador para ele. Essa é uma das qualidades maravilhosas de nossa mente, essa fantasia, a vida da criatividade e da imaginação, significa que podemos construir todos os tipos de realidades e acreditar nelas, e depois dissolvê-las. Nós sabemos que fazemos isso: na praia, você pode fazer um castelo de areia, ou você pode estar em uma companhia de teatro, pode fazer todo tipo de coisa acontecer, e então no final, o espetáculo termina e você vai para casa. O problema com o samsara é que começamos a viver no teatro e não sabemos mais onde é a nossa casa. Assim, o dharma é realmente apenas ir para casa. Isso não significa que você tem que abandonar o teatro. Você pode voltar ao teatro porque há muitas pessoas ainda presas lá, então você continua no drama com os outros, mas em conexão com sua casa. Isso é compaixão.

DI TAR NA WAI YUL DU DRAG PA YI NYEN DANG MI NYEN DZIN PAI DRA NAM KUN
DRAG TONG SAM NO DRAL WAI NGANG LA ZHOG DRAG TONG KYE GAG MED PA GYAL
WAI SUNG DRAG TONG GYAL WAI SUNG LA SOL WA DEB UR GYEN PAD MA JUNG NAE
LA SOL WA DEB

Em relação aos objetos do ouvido que podem ser considerados como agradáveis e desagradáveis: para todos os sons, mantenha o estado de som e vacuidade, livre de todo pensamento envolvido, completamente inalterado. Som e vacuidade, a fala do Jina que nunca se limita, eu suplico para a fala de som e vacuidade de Jina, eu suplico para Urygen Padma Jungnae.

Os sons que ouvimos, sons suaves e sons desagradáveis, todos os sons aos quais nos agarramos são nossas próprias discriminações. A audição é o único sentido que é muito difícil de desligar. Vacuidade não significa que podemos abafar os sons. O que nos diz respeito aqui é como fazemos o significado do som ser realmente existente. É por isso que fazemos mantra, porque o mantra é som e vacuidade: “Om, om, om, om, om, om, ua, ua, ua, bla, bla, bla”. O tempo todo se movendo do sentido para a falta de sentido, da falta de sentido para a vacuidade, da vacuidade para a falta de sentido para o sentido, movendo-se para cima e para baixo, pulsando para cima e para baixo. Então vemos como adicionar valor semântico à aberta, vazia, puramente vibrante qualidade do som.

Muitos métodos de meditação envolvem o som, porque podemos manter nossa atenção totalmente nele. O som é simplesmente energia. A menos que você continue fazendo som, não há som. É um movimento energético, como o som que surge através das vibrações na caixa de voz na minha garganta — rrrrr. Se você parar a vibração, não há som. Este mundo inteiro também é vibração. Quando a vibração para, o mundo acaba. Quando fazemos a prática de dissolução com luz, a luz também é vibração, como sabemos muito bem, e quando a luz desaparece, a vibração diminui, não há nada, apenas espaço, não nascido. Mas essa natureza não nascida está cheia de ressonâncias, e essas vibrações começam, então você tem energia e luz, pensamentos, sentimentos e assim por diante, e então estamos neste mundo.

Quando você fizer a prática do mantra, realmente permita-se estar presente no som, como o som, e observe a qualidade diferente da experiência enquanto você se concentra em conectar a sensação do mantra, seu som e, em seguida, seu significado. O som nos ajuda a ver a ligação entre a vacuidade e a forma semântica, porque está ligado ao sambhogakaya.

DI TAR YID KYI YUL DU GYU WA YI NYON MONG DUG NGAI TOG PA CHI SHAR YANG
NGON SUE JE CHOD LO YI CHOE MI ZHUG GYU WA RANG SAR ZHAG PAE CHOE KUR
DROL RIG PA RANG DROL GYI LA MA LA SOL WA DEB UR GYEN PAD MA JUNG NAE LA
SOL WA DEB

Em relação aos objetos mentais do movimento inquieto de quaisquer dos cinco pensamentos que surgem dos cinco venenos aflitivos: não se envolva nas atividades não naturais do intelecto de acolher com expectativa os pensamentos futuros e seguir os pensamentos passados. Mantendo a mente firme e deixando o movimento inquieto em seu próprio lugar, ele

é liberado no dharmakaya. Eu suplico ao guru da lucidez fundamental auto-libertadora, eu suplico a Urgyen Padma Jungnae.

A mente está sempre em movimento, é de sua natureza estar inquieta, alguma coisa está sempre acontecendo. Não se preocupe com o movimento da mente; a questão é que temos que ter cuidado com a atividade artificial do nosso intelecto, da nossa inteligência. Apenas dê espaço para o que quer que aconteça, não espere ansiosamente pelo próximo pensamento, tornando-se interessado em seguir uma linha de pensamento, e não corra atrás de pensamentos passados, tentando descobrir alguma coisa significativa. Agora, claramente, se você vive no mundo com outras pessoas, você terá muito sobre o que pensar. É preciso fazer planos. É necessário, de certa forma, estar preocupado com as coisas. Se você tem filhos, você se pega pensando: "Oh, Deus, por que eles estão fazendo isso?" e "Eu me pergunto..." Não é possível ser um pai e não ter esses pensamentos, por isso é muito importante obter a qualidade sutil da instrução. Não é que você não deva fazer essas coisas, mas *ficar presente*, ficar atento enquanto esta atividade está acontecendo, e então você não estará totalmente fundido com a atividade. Não se perca nela, mas também não tente bloqueá-la inteiramente.

De um modo geral, as relações sociais são contratuais. Os pais fazem um tipo de contrato com a sociedade para cuidar de seus filhos. Pessoas que decidem se casar fazem um contrato para ficar juntas. Sem contratos, o relacionamento humano move-se muito rapidamente. Algo surge devido à energia e então, se não for mantido por um contrato, desaparecerá novamente. A contingência, a co-originação dependente, é a estrutura do mundo em que vivemos. Significa, exatamente como o acaso, uma conjunção entre eventos com um senso de aleatoriedade. Temos que nos esforçar para manter as estruturas, mas isso não é o mesmo que ser artificial. O esforço pode ser a energia da abertura ou a função controladora ansiosa do ego. Nosso próprio estado determina como o 'eu' se manifesta.

Frequentemente estamos perseguindo nossos pensamentos porque estamos procurando por algo permanente. Estamos construindo estruturas nas quais achamos que podemos confiar. Mas o fato da impermanência pressiona todas as estruturas. Confiabilidade, no sentido comum, tem que ser contratual, pois é uma luta contra a impermanência, pois a manifestação no mundo não é confiável. É muito importante, no relacionamento, saber qual é a diferença entre conforto e abertura. O ego busca conforto. O ego procura que outras pessoas estejam confiavelmente aí, e também busca, mais intimamente, padrões de pensamento como conforto. Assim como o bebê chupa o dedo, nós chupamos nossos pensamentos. Isto é o que esse *ngon sue je chod* significa. Significa que nos envolvemos em pensamentos, nos embrulhamos com eles e construímos nossa própria identidade através deles.

Padmasambhava vem e vai. Ele vem e vai. Ele ensina a impermanência, e você só pode sobreviver em um mundo de impermanência se não estiver confiando em coisas sólidas. Esse é todo o ensinamento do dharma. Encaixa-se perfeitamente. Não há contradição. Quanto mais você reveste outras pessoas de uma realidade sólida, e você tenta se apoiar nelas, mais você fica vulnerável à traição. O que é necessário é que colaboremos com o que as coisas se apresentam, em vez de tentar impor nossas fantasias, nossas construções artificiais. Trabalhando com o que está aí significa estar presente no momento, no desabrochar da atualidade.

CHI TAR ZUNG PAI YUL NANG DAG PA DANG NANG TAR DZIN PAI SEM NYID DROL WA
DANG BAR DU OD SAL RANG NGO SHE PA RU DUE SUM DE SHEG NAM KYI THUG JE YI
DAG DRAI RANG GYUD DROL WAR JIN GYI LOB

Por manter a pureza da atualidade das aparências/idéias dos objetos exteriores da apreensão (em outras palavras, não ficando sob seu poder), e mantendo a liberação da mente interior que se apega (em outras palavras, mantendo a mente livre da mistura com as aflições confusas), ao fazer essas duas coisas, há uma iluminação clara na qual a nossa própria natureza é conhecida. Dessa maneira, pela compaixão dos budas do passado, presente e futuro, que eu e todos os seres possamos obter a bênção da liberação de nossas naturezas.

Externamente, os objetos que apreendemos estão purificados, não estão mais nos fisgando, e a mente que pode agarrar, ou quer confiar, quer contar com as coisas, quer construir em cima de uma base substancial, é liberada. O objeto apreensível e a mente que apreende são como velcro: assim que entram em contato, travam-se muito solidamente, então, um é como um gancho e o outro é como um anel. O que estamos tentando fazer aqui é ter apenas dois anéis, ambos completos e que não travam um no outro. Quando isso acontece, tem-se a possibilidade de reconhecer a claridade natural da própria mente. A claridade é simplesmente a qualidade de não ser capturado pelas coisas. Com certeza, todos nós já tivemos esse tipo de experiência em sua forma mais comum. Em um belo dia de verão, quando você está feliz, apenas caminhando, e se sente muito conectado com tudo, e quando você olha ao redor, tudo parece maravilhoso. Esse é tom do sentimento de felicidade. Dentro disso, não se está fazendo discriminações. Você se sente mais leve, e simplesmente reconhece: “Ah, estou parte deste mundo, e este mundo é... Oh! Está surgindo como experiência...” Nesse momento, se você souber como olhar, você vê bem na raiz: a natureza vazia.

Então o texto diz: “Pela bondade de todos os budas dos três tempos, que eu e todos os seres como eu tenham seu fluxo de identidade pessoal liberado”. *Rang gyud* significa o fluxo da identidade pessoal, o fluxo contínuo que me faz sentir como eu. Em sânscrito é *santana*, e se você conhece a música de Carlos Santana, contínua e contínua, é muito parecido. Ao libertar esse trem de continuidade, não significa que deixamos de existir ou desaparecemos. Continuamos o mesmo tipo de pessoas. É só que em vez de estar imerso no movimento horizontal de ser tecida na construção em curso da nossa vida, relaxamos no estado do espelho, e a nossa própria vida é então revelada como uma experiência e não como uma identidade, e há espaço e clareza em vez de investimento ansioso.

DE TAR SOL TAB CHOE NYID JEN PAR TOG NANG RIG SAL TONG JA OD THIG LEI KHAM
CHAG TSEN KU DANG YE SHE NGON GYUR NAE KA DAG LHUN DRUB DOD MAI TSAL
DZOG SHOG

De acordo com o que supliquei, que a condição natural seja realizada exatamente como é, com aparências/idéias, lucidez fundamental, e vacuidade, a esfera de raios de luz do arco-íris da sabedoria. Com o símbolo da deidade, os kayas e os conhecimentos prístinos e supremos tornando-se claramente manifestos em e para mim, devo verdadeiramente obter o fluxo de energia

primordialmente puro, sem esforço, original e genuíno.

Repousando no estado natural, todos os aspectos surgem na vacuidade: aparência, clareza, lucidez; integração desimpedida exibida na manifestação, esferas de luzes nas cores do arco-íris, esferas chamadas *thigle*, um pouco como essas pequenas bolhas que as crianças sopram. Nessa dimensão tudo surge totalmente formado, sem esforço, com todas as qualidades completas. Através disso, passamos a confiar plenamente no processo, para relaxar ainda mais e abandonar a atividade ansiosa.

O tibetano é uma língua muito bonita e maravilhosa para poder colocar todos esses termos incrivelmente complexos juntos de uma maneira tão graciosa. Nós não podemos fazer isso com línguas europeias, e por isso temos que criar essas construções muito complicadas que sempre soam pesadas, enquanto no tibetano é muito leve, é como poesia. O que quer que experimentamos é a manifestação energética da pureza natural. Não importa qual seja a sua qualidade, se é agradável ou não, seja fácil ou difícil, sempre tem a mesma base. A manifestação é definida pela natureza da base, não pelas qualidades relativas que ela exhibe.

F. Prática dos Protetores do Dharma

RAM YAM KHAM OM AA HUNG HUNG GU DEN LA MA SANG GYAE DAM PAI CHOE
PHAG PAI GE DUN KU SUM YONG DZOG LHA YI DAM GYUD DE ZHI DRUG KHA DROI
TSOG PADMA JUNG NAE DRANG SONG MON LAM DRUB

*Hung. O guru que tem as nove linhagens, o Buda e o excelente
dharma, a arya sangha e as deidades que têm os três kayas perfeitos, as deidades-caminho
das quatro e seis seções do tantra e as hostes de dakinis,
Padmasambhava, os sábios e aqueles que realizaram suas aspirações;*

CHAG DRUG YAB YUM TEN SUNG YONG DZOG LHA GON CHEN MA NING DE NGA
TSOG KYI DAG E KA DZA TI DUR THRO MA MO SUM RE TI MA DUN TAN MA CHU NYI PO
LHA CHEN SOG PUR DRAG SHUL NYI MA ZHON

*Mahakala com sua consorte, a deidade que abarca todos os protetores do dharma;
Mahanath, o Maning Denga e Tsog-Kyi-Dag; Ekajati
e os três Durtro Mamo; Remati; o Wongi Madun e as
Tanma Chunyi; Lhachen, Sogpur, Dragshul e Nyima Zhonu;*

ZA DUD PU TRI DOR LEG NYEN THANG LHA TONG PON YAB YUM KU NGA KYA TSEN
DUN THU CHEN DE ZHI TRAB ZANG ZHI TER DAG DUR THROD DAG PO DAM CHAN NOR
LHAI TSOG

Zadud Putri, Dorleg e Nyan Thanglha; Tongpon com sua consorte,

*o Kunga e o Kyabtsandun, o Thuchen Dezhi, senhores do tesouro,
os senhores do cemitério, as hostes de cumpridores de votos e deuses da riqueza;*

DO NGAG TEN SUNG CHOE KYONG SUNG MAI RIG CHI NANG SANG WAI LHA SIN DE
GYE MAG ZANG RI TSEN GOD PUN DUN LA SOG PAI DZAM LING ZHI DAG TER DAG LU
NYEN SOG

*Todos os grupos de guardiões de guardiões da doutrina e protetores do dharma
do sutra e do tantra, os exércitos dos oito grupos externos, internos e secretos
de Lhasin; o Zangri Tsangod Pundun e assim por diante, todos os senhores da terra,
senhores do tesouro e deuses serpentes do mundo.*

MA LUE DIR SHEG DEN ZHUG GUE CHAG TSAL CHI NANG SANG SUM CHOD PAI SIN
GYI PUNG CHOD YON ZHAB SIL ME TOG DUG POE DRI NANG SAL DRI CHAB ZHAL ZAE
ROL MOI DRA ZUG DRA DRI RO REG JA CHOE LA SOG GYAL SID NA DUN TRA SHI DZAE
GYE KYI

*Todos vocês, sem exceção, por favor, venham aqui e sentem-se nestas almofadas.
Fazemos reverência e oferecemos grandes nuvens de oferendas externas, internas e secretas.
Água potável, água para banhar os pés, flores, incenso,
lâmpadas, água perfumada, comida e música; formas, sons, cheiros, sabores,
objetos tangíveis, natureza e assim por diante, os sete artefatos da realeza e os
oito artefatos auspiciosos;*

THUG DAM KONG SHING NONG PA CHI CHI SHAG KHO GUI LONG CHOD JUNG WAI
SANG DUD KYI MI TSANG NYE KYON SANG SHING KANG WAI DZAE LHA LU MI YI PAL
JOR DANG KYI KANG MEN TOR RAKTA SER KYEM DI ZHE SHIG MA HA PANTSARAKTA
BALINGTA SARVA PUTSA KHA KHA KHA HI KHA HI

*Por essas oferendas, que vocês possam se satisfazer e desculpar quaisquer falhas que
tenhamos cometido. Pelo incenso perfumado através do qual o que quer que seja adequado
surge, as faltas impuras são purificadas.*

Nós so satisfazemos com toda a brilhante riqueza de deuses, nagas e homens.

*Por favor, aceitem este amrita, torma, rakta e serkyim. Imensas cinco amritas,
rakta, torma — todas as oferendas, comam, comam, por favor comam, por favor comam.*

DA MESMA FORMA QUE A ALEMANHA ERA, tenho certeza, há dois mil anos, o Tibete é um país onde a natureza está muito viva. As montanhas têm deuses, os rios têm deuses, há espíritos no céu, na terra, debaixo da terra. Todo lugar, fenômeno, força, está sob o poder de algum grupo local. Quando Padmasambhava foi ao Tibete, ele encontrou muitos deuses locais poderosos, espíritos que eram adorados e rituais eram oferecidos de acordo com muitas tradições. Por seu

poder de meditação, ele promoveu não apenas a conversão deles, mas o alinhamento dessas forças de energia com o dharma, de modo que elas voltaram-se para o ensinamento, e particularmente para protegê-lo, em vez de atacá-lo ou solapá-lo.

Só por essa razão, Padmasambhava deveria ser um santo do movimento ecológico. Tanto quanto sei, em todos os outros países budistas, quando o budismo foi introduzido, havia uma divisão entre o ensinamento monástico e os deuses locais, e estes, embora não tenham sido destruídos, eram entregues aos xamãs e sacerdotes locais, que faziam tipos particulares de tranSES e curas e assim por diante. Os monges não faziam nada disso, então havia uma separação. Nos países cristãos, matamos os xamãs, usando assim uma abordagem muito radical para aniquilar os deuses locais. Padmasambhava, no entanto, conseguiu integrar uma cosmologia budista formal e sofisticada e um sistema de meditação com uma energia muito simples ao nível mesmo das aldeias. Essa integração tem sido extremamente importante para sustentar um sistema de compreensão não-dual. Quando ele encontrou esses deuses locais, os compeliu em um contrato a apoiar o ensinamento. E estabeleceu certos rituais para adorá-los, ou pelo menos para fazer oferendas a eles, e certos mantras para controlá-los. Essas práticas continuam até hoje, pois os contratos têm que ser honrados em uma base diária.

De um modo geral, sempre nos visualizamos como Padmasambhava antes de fazermos práticas de proteção. Devemos lembrar que elas não são apenas algum tipo de símbolo ou algum tipo de ideia para os tibetanos, são forças de energia e se você as evoca, obtém algum resultado, elas realmente fazem alguma coisa. Você tem, por um lado, protetores de dharma muito elevados que operam no nível de bodhisattvas como Mahakala, e por outro você obtém protetores do dharma muito selvagens e perigosos que não são exatamente budistas, e têm de ser geridos com muito cuidado.

Os Budas, é claro, têm muito entendimento. Portanto, se você disser a um Buda, "Eu vou rezar para você todos os dias", e então você não faz isso, aquele Buda vai dizer: "Eh, as pessoas não mudam muito!" Eles não ficarão muito surpresos. Mas alguns daqueles protetores do dharma não são bem assim. Se você disser: "Eu farei oferendas a você todos os dias", eles voltarão e dirão: "Ei! Onde está você?" Eles são como a máfia, não se esquecem de cobrar. Tendo feito uma conexão, se você incomodá-los, eles podem causar todo tipo de males, doenças e problemas. Portanto, esse é um tipo de prática que se deve fazer com muito cuidado, seja feito com frequência ou não.

Começamos purificando as oferendas e então identificamos todos os convidados. Esses são os budas e a sangha, os três kayas, todos os deuses desejosos, todas as figuras superiores, incluindo Padmasambhava e outras importantes. Dentre os convidados estão os protetores do dharma. A cultura tibetana era muito hierárquica, um pouco como a cultura chinesa, tanto que se você for a uma casa tibetana, tradicionalmente você se sentará no chão em filas e, como em um mosteiro, você sempre será colocado em seu lugar de acordo com sua classificação. Há uma grande sensibilidade em relação a status e as pessoas se ofendem facilmente. Ocorre o mesmo com os protetores e deuses locais. Existem oito categorias principais de espíritos, e depois há também muitos outros tipos de agrupamentos. Elas precisam ser tratadas de forma adequada. Se você colocar um na frente do outro, os deuses ficarão com ciúmes e você pode ter problemas, portanto se você entrar neste campo, tem que ter muito cuidado. Muitas vezes isso não significa muito para os ocidentais, e você tem que encontrar o seu próprio caminho nesse território, porque é muito distante da nossa cultura no presente.

Por exemplo, aqui houve uma tempestade recentemente que derrubou muitas árvores, assim você pode realmente ter uma noção do poder de algo -- no caso, o vento. Quem impulsionou o vento morro acima? No Tibete, eles usariam o bom senso e pensariam: "Ah, nós não fizemos essa oferenda no morro". Eles então iriam e fariam um *puja* para aplacar o deus local que criou a destruição. Eles acreditam que o *puja* fará a diferença. É um ganha-pão dos lamas tibetanos, porque os aldeões os pagam para fazer pujas em torno de coisas locais muito mais do que em relação a grandes coisas. Então você tem a vida do mosteiro para a iluminação, e você tem o relacionamento com os aldeões em torno da gestão de poder, o que significa a chuva - e não granizo - cair na hora certa para garantir a comida deles. Quer dizer, é uma questão de vida ou morte para muitos vales tibetanos; portanto, ter uma noção de como trabalhar essas energias é muito importante.

Aqui, estamos mantendo a visualização de nós mesmos como Padmasambhava e recitamos o texto de forma forte e clara. Você tem que ser forte, para esses seres respeitarem a força. O texto lista os nomes de muitas divindades. Então diz: 'Sem exceção, por favor, venha aqui. Sente-se neste assento. Oferecemos saudação. Nós oferecemos estas oferendas externas e internas, grandes pilhas delas, montões delas. Oferecemos-lhe coisas para beber, para lavar os pés, água, incenso, etc. Oferendas gerais e todas as coisas boas do mundo oferecemos a vocês.' Queremos que eles desempenhem suas funções, que é proteger o dharma e manter o mundo em harmonia, e esse é o propósito de fazer essas oferendas, para que haja harmonia. Nos mosteiros tibetanos, a prática do protetor do dharma era feita por horas todos os dias. Havia uma sala especial para os protetores, e dois ou três monges ali praticando muitas horas por dia.

Queremos que nossos hóspedes fiquem satisfeitos, tranquilos. Então dizemos 'Por favor, seja feliz, fique satisfeito com isso e perdoe quaisquer falhas ou erros que tenhamos cometido'. Muito frequentemente as pessoas fazem uma oferenda em que queimam *sang*, folhas de zimbro ou, mais geralmente, qualquer folha perfumada. "Através dessa fumaça perfumada todas as impurezas sejam removidas das oferendas, e, portanto, você pode estar satisfeito com isso e com toda a brilhante riqueza de deuses, nagas e homens". Significa toda a riqueza da terra, acima da terra e abaixo da terra. Então diz 'Por favor, aceite estas oferendas usuais, o *amrita*, *torma*, *rakta* e o *ser kyem*, a taça de oferenda especial para os protetores do dharma, geralmente cheios de arak, às vezes com chá. Então temos o mantra de oferenda que recitamos três vezes.

DE TAR KONG SHING THRIN LAE CHOL WA NI MI THUN KYEN DOG THUN KYEN YID
ZHIN DRUB JE SU DRO NA SU KYEL KHA DZIN DZO ZHI LA DUG NA DONG DROG GYAB
TEN GYI DAG GI LUE SOG LONG CHOD NGA THANG NAM KHYE LA TEN DZUG NGA SOL
NYER DU TAD NAM YANG DRAL MED LUE DANG DRIB ZHIN DROG

Estando satisfeito dessa forma, faça suas tarefas designadas. Afaste todas as situações difíceis e estabeleça as situações úteis de acordo com o nosso desejo. Quando viajamos, você deve nos dar as boas vindas e facilitar o caminho, e quando ficarmos em algum lugar deve promover nossos interesses e nos proteger. Portanto, nossos corpos, riquezas, posições e assim por diante, oferecemos a você e confiamos-nos ao seu cuidado gentil. Nunca se separando de nós, você deve ser como uma sombra acompanhando o corpo.

YID LA GANG SAM MA LUE DRUB PA DANG TEN DZIN KYE BU RIM JON GE DUN DE YAR
TSO TAR PHEL MI NUB RAB TEN ZHING NYAN DRAG DUL JA NGA THANG LONG CHOD
GYAE SA DANG LAM GYI YON TEN GONG PHEL ZHING CHOG THUN NGOE DRUB MA
LUE TSAL DU SOL KHYE LA GYUN DU SOL WA TAB PAI THUE TSE DIR YID ZHIN WANG
GYAL DRUB PA DANG THAR THUG NGA YAB ZANG DOG PAL GYI RIR DAG PAI ZHING
DU THRID PAI DROG DZOD CHIG

*Tudo o que nossas mentes desejam deve ser realizado, e os detentores da doutrina
que vêm de tempos em tempos e a sangha de bhikshus deve aumentar
constantemente como os oceanos no verão, sem declínio. Sua fama, discípulos,
posição e riqueza devem se espalhar. Com as boas qualidades das etapas
e maneiras crescentes, por favor, conceda-nos todos os siddhis supremos e comuns
sem exceção. Pelo poder de sempre orar a você, o que quer que
desejamos nesta vida deve ser plenamente realizado, e quando morrermos
você deve nos ajudar e nos guiar para o reino puro de Ngayab Zangdopalri.*

OM AH HUNG SA MA YA AMRITA KHA KHA KHA HI KHA HI HO NYING NYE DRAN PHO
DRAN MOI TSOG DAM LA MA DA SA MA YA DAG GI SUNG MAR NGA SOL LO SANG GYE
TAN PA KHYOD KYI SUNG KON CHOG WUE PHANG KHYOD KYI TOD NAL JOR KU DRA
KHYOD KYI DROL CHOL WAI THRIN LAE DRUB PAR DZOD

*Corpo, fala e mente. Mantenham seus votos. Comam esta amrita, coma. Vocês devem
comer! Você deve comer! Ho! Vocês, hostes amorosas de servos e servas,
não vão além de seus votos. Mantenham seus votos! Você são designados como meus
guardiões. Vocês devem proteger a doutrina do Buda. Vocês devem louvar
as três jóias bem alto acima de suas cabeças. Vocês devem matar os inimigos pessoais dos
iogues. Vocês devem realizar as atividades que eu confiei a vocês.*

GANG ZHIG YID LA DREN PA TSAM GYI KYANG DOD PAI NGOE DRUB TSOL WAR DZAI
PA YI CHOE KYONG YID ZHIN NOR BU KYED NAM KYI DAG GI SAM DON MA LUE DRUB
PAR DZOD

*Se alguém meramente se lembrar de vocês, apenas por isso
vocês lhe concederão as realizações efetivas que deseja.
Vocês protetores do dharma que são como joias que realizam desejos,
por favor, satisfaçam todos os meus desejos e necessidades, sem exceção.*

KYE NAM CHOE CHING SOL WA TAB PAI THUE DAG SOG GANG DU NAE PAI SA CHOG
SU NAD DANG UL PHONG THAB TSOD ZHI WA DANG CHOE DANG TRA SHI PHEL WAR
DZAD DU SOL

Pelo poder de oferecer-lhes louvor e rezarmos a vocês,

em qualquer lugar que estivermos, que a doença, a pobreza e o conflito sejam pacificados, e que o dharma e a boa sorte aumentem.

Agora que eles ficaram satisfeitos com essas oferendas, dizemos aos protetores: “Vocês devem fazer o seu trabalho”. Este trabalho não é tão geral quanto “Por favor, dê-nos iluminação” ou “Por favor, dê-nos este tipo especial de siddhi”. Aqui estamos falando sobre questões muito mais precisas em termos da vida cotidiana. Então o texto diz *mi thun kyen dog*, situações ou condições contrárias que não nos são úteis. *Dog pa* significa devolver. É uma função que é usada em magia em que se alguém colocou um feitiço em você, você pode devolvê-lo e ele se queimará com isso. A pessoa é destruída não por nós, mas por sua própria má intenção. Pedimos também que as coisas boas que gostamos aconteçam.

Então o texto pede que, quando estivermos viajando, facilitem a nossa vida e nos preparem uma boa recepção. No Tibete isso era particularmente importante porque, enquanto você viaja, move-se através dos reinos de vários protetores e divindades locais. Cada um deles pode dizer: “Ei, quem é você, e o que você está fazendo?” e criar-lhe alguns problemas. “Além disso, quando ficamos em um lugar, você deve cuidar de nós, certificar-se de que nossas ideias corram bem, nossos desejos corram bem, e também certifiquem-se de que ninguém nos cause problemas.” Só porque as formas são vazias, isso não significa que elas não tenham existência, isso seria a visão errada do niilismo. Ao manter a forma de Padmasambhava através da prática do protetor nunca esquecemos que todas as funções descritas são inseparáveis da vacuidade, por mais banais e dualistas que pareçam ser.

O texto então diz: ‘Meu corpo e riqueza, minha posição social, toda a minha existência, tudo, eu ofereço a você e peço que cuide de mim. Eu me coloco aos seus cuidados. Nunca se separando de nós, você deve ser como uma sombra.’ Eles sempre estarão aí. Quando praticamos o dharma e mantemos um estado de lucidez, abandonamos nosso foco habitual na autoproteção. Nesse estado, somos potencialmente bastante vulneráveis, pois a abertura pode integrar qualquer coisa, mas não apaga automaticamente energias perigosas. Enquanto estivermos fazendo nossa prática do dharma e entrando em estados não ordinários, afastados das ressonâncias comuns do mundo, os protetores do dharma, que são grandes agentes no mundo, irão nos manter seguros, para que possamos confiar que a proteção normalmente fornecida pelo ego ocorrerá sem fortalecê-lo. Eles manterão os olhos abertos para nós, nesta vida e no momento da nossa morte quando viajarmos para Zangdopalri. É uma relação de colaboração na qual a sua energia concentrada desempenha funções que nos permitem relaxar, enquanto nossas oferendas e os lembretes de nossos contratos com o dharma os mantêm sob controle de forma a acumular menos karma ruim e permanecer perto de Padmasambhava. Assim, é a energia da mandala que age por nós e para nós, ajudando-nos a abandonar o ego como o local central de segurança e atividade.

Em seguida, o texto descreve como colocar as oferendas muito gentilmente para um festival pleno de alegria. É muito importante, especialmente se você estiver praticando por sua própria conta, realmente se divertir ao fazer as oferendas. Precisamos realmente construir a sensação de que essas divindades realmente vieram, e que as oferendas são uma interação. Em certo sentido, estamos criando uma espécie de teatro mental aqui, e quanto mais você coloca seus próprios sentimentos e esperanças nisso, mais vivo ele se torna. Sempre ofereça tudo da melhor qualidade que você puder, produtos frescos, nunca sobras de outras coisas.

G. Oferendas

a. Abençoando as oferendas e convidando os seres superiores

Abençoando as oferendas (Tsog)

RAM YAM KHAM OM AH HUNG

AS OFERTAS SÃO PURIFICADAS de todos os defeitos pela ação do fogo, do vento e da água, e corpo, fala e mente dos budas. É importante estabelecer todas as oferendas na vacuidade para que essa lucidez nos ajude a desconstruir nossa abordagem gananciosa dos produtos do mundo. Nosso corpo é um corpo de luz, então se olharmos para o tsog, para a comida, e pensarmos: “Ooh, eu quero um pouco disso”, ou “Mmm, vou querer mais disso”, estamos abandonando nossa meditação por causa de um pedacinho de chocolate, um morango grande ou algo assim. Não é muito útil. Comemos e bebemos, mas não devemos fazer isso como porcos. Nós devemos sempre fazer isso com uma lucidez.

HUNG UR GYEN YUL GYI NUB JANG TSHAM PE MA GE SAR DONG PO LA YAM TSEN
CHOG GI NGOE DRUB NYE PE MA JUNG NAE ZHE SU DRAG KHOR DU KHAN DRO
MANG POE KOR KHYE KYI JE SU DAG DRUB KYI JIN GYI LAB CHIR SHEG SU SOL GU RU
PE MA SID DHI HUNG

*Hung. Na fronteira noroeste do país de Urgyen,
sobre o caule e estame de um lótus, você que obteve as maravilhosas
e supremas realizações, Padmasambhava de grande renome, com um séquito de muitas
dakinis ao seu redor. Seguindo e confiando em você, eu faço
sua prática; portanto, para conceder suas bênçãos, por favor, venha aqui!
Guru Padmasambhava, dê-me a efetiva realização do estado de Buda.*

Convite

HUNG HRI RANG NANG DAG PA SANG CHEN NGA YAB ZHING KU SUM DAG NYID RIG
DZIN PAD MA JUNG DRUB NYE TSEN CHOG GYAD DANG DAK KI CHE TSOG KYI KHOR
LO DU WAR SHEG SU SOL

*Hung. Hri. Em minha própria mente pura e no reino muito secreto de Ngayab
está Padmasambhava, o vidyadhara com a natureza dos três kayas,
juntamente com as oito formas excelentes e as dakinis.
Por favor, venha a esta assembléia do círculo de oferendas.*

Neste reino, o reino muito secreto e puro de Zangdopalri, que é o da nossa própria experiência -- *rang nang* aqui é *rigpai rang nang*, significa que esta é a manifestação surgindo da vacuidade --, surge a essência dos três kayas, Padmasambhava, juntamente com as suas oito formas e as dakinis. Dizemos: 'Por favor, venha aqui para este círculo de reunião, por favor, venha aqui para este lugar onde vamos estar juntos.' Ngayab, onde Padmasambhava vive, é muito secreto porque só quem tem iniciação pode ir lá. 'É um aspecto da minha própria mente, e invoco as deidades que o habitam para virem aqui para este banquete'.

Dentro do estado de meditação, imaginamos Padmasambhava e sua comitiva vindo em nossa direção através do céu azul claro da lucidez. Os arco-íris estão ao seu redor e exalam felicidade.

YE SHE LAE DRUB TEN SUNG DAM CHEN CHI YANG GOE ZAB TER CHOE KA KYONG
WA YI PHO MO MA NING GYUD SUM DREG TSOG CHE DOD YON TSOG KYI KHOR LO DU
WAR SHEG

*Aqueles que têm a natureza da cognição pristina, os guardiões da doutrina geral
e cumpridores de votos, e em particular aqueles que protegem as
palavras do profundo tesouro do dharma, as hostes das formas iradas
dos três grupos, masculino, feminino e neutro -- venham a esta assembléia
do círculo de encontro onde há tudo para agradar os sentidos.*

DAM DZAE CHUD PHOB KAL DEN WANG ZHI KUR BAR CHED KYEN ZHI CHOG THUN
NGOE DRUB TSOL BENDZA SA MA YA DZA DZA

*Dê substância às oferendas e conceda as quatro iniciações
aos afortunados. Pacifique as condições obstrutivas e conceda as supremas
e efetivas realizações gerais. Mantenha seus votos vajra! Venha! Venha!*

Por sua bênção, os convidados de honra transformam as oferendas em elixir liberador. Com a presença deles na festa, queremos receber as quatro iniciações, ter todas as nossas dificuldades removidas e obter todas as realizações.

Apresentando as oferendas

HRI GYAL KUN WANG CHUG RIG DZIN PAD MA JUNG TSEN CHOG GYAD DANG JE BANG
DAK KI TSOG TSA SUM KUN DUE GYAL WAI KYIL KHOR DU DOD YON NGA DEN ZAG
MED TING DZIN ZAE DAM DZAE TSOG KYI CHOD PAE GYE PA KONG

*Hri. Vidyadhara Padmasambhava, que é poderoso entre todos os jinas,
e as oito formas excelentes com os vinte e cinco discípulos e as hostes
de dakinis -- na mandala de Jina que abarca as três raízes
oferecemos-lhe tudo o que é agradável, com contemplação imaculada e concentrada.
Satisfaça-se alegremente com as oferendas reunidas dos artigos obrigatórios.*

Oferecemos todas as melhores coisas que temos e as que pudermos imaginar, e fazemos isso com uma meditação dirigida. Então, se puder, pare por um momento e desenvolva sua visualização das oferendas.

HRI KA TER LA MA NAM KYI THUG DAM KANG YI DAM LHA TSOG NAM KYI THUG DAM
KANG MA SING KHA DRO NAM KYI THUG DAM KANG DAM CHEN NOR LHA NAM KYI
THUG DAM KANG

Hri. Os gurus de kama e terma devem estar plenamente satisfeitos e felizes.

As hostes de deidades-caminho devem estar plenamente satisfeitas e felizes.

A mãe e a irmã dakinis devem estar plenamente satisfeitas e felizes.

Os cumpridores de votos e deuses da riqueza devem estar plenamente satisfeitos e felizes

A linhagem *kama* é a linhagem não rompida, aberta na época de Padmasambhava. Foi passado de pessoa para pessoa, sem ser escondida, enquanto a linhagem *terma* inclui um período em que o ensino era escondido como um tesouro, confiado às dakinis. *Thug dam kang* significa "Não fique descontente comigo, não guarde nenhum fel em seu coração para mim. Não fique incomodado se eu machuquei você de alguma forma, ou fiz algo que deixou você infeliz. Não use isso contra mim." Isso é vital porque precisamos manter uma linha muito clara de conexão com todas essas deidades, então quando dizemos *thug dam kang* significa que vamos tornar nosso relacionamento bom novamente. Esteja feliz por estar comigo! Isso é necessário porque estamos tentando povoar nossa experiência com essas divindades. Precisamos que elas estejam vivas em nossas vidas.

CHOD JIN OE PAI DRON KUN THAM CHE KYI THUG DAM NYEN PO MA LUE DER KANG
LA NAD DON DIG DRIB ZHI DANG TSE SOD GYAE MOE PA NAM ZHI WANG DUE LOG
DREN DROL CHOG DANG THUN MONG NGOE DRUB TSAL DU SOL GU RU DE WA DAK KI
NI SARVA PU TSA KHA HI

Para todos aqueles convidados que são dignos de oferendas e presentes, todas as suas sagradas conexões devem estar totalmente satisfeitas e restauradas. Então doença, demônios, pecados e obscurecimentos devem ser pacificados, e vida e mérito devem aumentar.

Os quatro tipos de satisfação devem estar sob nosso poder, e os ludibriadores devem ser destruídos. Por favor, conceda-nos as realizações supremas, reais e totais. Guru, deva, dakini, por favor, comam todas essas oferendas cerimoniais.

Com nossas oferendas, desejamos que todos os votos e conexões danificados sejam reparados. Então, com a energia fluindo facilmente entre nós e as três raízes (guru, deva, dakini) e os protetores do dharma, todas as funções que solicitamos são atendidas. Fenômenos negativos, como doenças e dificuldades, serão pacificados, enquanto fenômenos positivos, como riqueza, mérito, expectativa de vida, aumentarão. Vamos obter o poder das quatro satisfações, olhar, toque, abraço e relação sexual, e todos os nossos demônios problemáticos serão

destruídos. Nós vamos obter iluminação e todas as principais realizações. Portanto, estamos muito empenhados para que eles aceitem as oferendas.

b. Fazendo confissão

HO DAG CHAG THOG MED DUE NAE DA TAI BAR RANG NGO MA SHE LOG TOG THRUL
PAE DRIB DOM SUM DAM TSIG DAE RAL CHAG NYAM KUN TSOG KYI KHOR LOE KANG
ZHING SHAG PAR GYI

*Ho. Todos nós, desde tempos sem início até agora,
devido ao obscurecimento com a falsa compreensão e a confusão
de não saber que, por nossas próprias naturezas, quebramos, violamos e
deixamos expirar nossas obrigações com as três classes de votos.
Restaurando esse círculo de encontro, oferecemos nossa confissão.*

A causa raiz de todos os nossos problemas é a ignorância. Isso é o que precisamos reconhecer e reparar; reparar ao deixar de ignorar o que está aí, o que sempre esteve aí, nossa própria natureza, pura desde o início. Por não reconhecermos isso, ficamos confusos, apegados a visões erradas e nos perdemos ainda mais enquanto tentamos encontrar nosso caminho. Confessamos isso e compensamos qualquer dano causado.

Em especial, violamos nossos votos. Em nossos votos de contenção e moralidade (vinaya), nosso compromisso de controlar o comportamento e pacificar nossas tendências. Em nossos votos de bodhisattva, por nos esquecermos do benefício dos outros. Em nossos votos tântricos, por esquecer que agora somos habitantes da mandala sagrada, com visão, meditação e atividade específicas. Em especial, esquecemos a pureza de nossa própria natureza e nos identificamos com pensamentos de auto-agressão, abandonando nossa natureza búdica em favor de um apego a nós mesmos como reais, separados, auto-existentes e maus. Todas as falhas, erros, enganos são contingentes e impermanentes! Eles não têm o poder de contaminar-nos e condicionar-nos sem a nossa participação, sem estarmos dispostos a dizer: "Eu sou mau", e sentir isso como verdadeiro, como vindo direto da nossa essência. Confessamos totalmente esses erros e meditamos em Dorje Sempa para se reconectar com a pureza imutável:

OM GURU PADMA SA MA YA MA NU PA LA YA GURU PADMA TE NO PA TI SHTA DRI
DHO ME BHA WA SU TO KYIO ME BHAV WA SU PO KYIO ME BHA WA A NU RAKTO ME
BHA WA SAR VA SIDDHI MA ME PRA YA TSA SAR VA KAR MA SU TSA ME TSI TAM SHRI
YAM KU RU HUNG HA HA HA HA HO BHA GA WAN SARVA TA THA GATA GURU PADMA
MA ME MUN TSA GURU PADMA BHA WA MA HA SA MA YA SA TWA AA HUNG PHAT

*As cinco cognições pristinas. Guru Padma com o poder de sustentar firmemente
os seus votos, você deve me proteger e todos os que seguem
e confiam em você! Guru Padma, você deve me ouvir! Você deve me apoiar!
Você deve pensar em mim. Por favor, purifique todos os meus pecados. Você deve pensar
firmemente em mim. Você deve ficar comigo e não se separar de mim.
Conceda-me todas as realizações efetivas. Você deve fazer todas as ações necessárias!*

Todos os resíduos cármicos sutis que vivem no coração devem se tornar vacuidade.

*Dê-me o dharmakaya, sambhogakaya, nirmanakaya e
svabhavikakaya. Vitorioso, você é como todos os tathagatas.*

*Guru Padma, por favor, mantenha-me forte. Guru Padma, grandes votos.
Devemos obter realizações. Devemos obter o cumprimento de nossos votos.*

OM SA MA YA AA SA MA YA HUNG SA MA YA BEN DZA SA MA YA DAG ZHAN GYI TSE
RAB KHOR WA THOG MA ME PA NAE SAG PAI DIG DRIB NYE TUNG DRI MAI TSOG THAM
CHE TSA WA NAE JANG ZHING DAG PA JIN GYI LAB TU SOL

*Votos do corpo: perdoe meus lapsos. Votos de fala: perdoe meus lapsos. Votos de mente:
perdoe meus lapsos. Votos Vajrayana: perdoe meus lapsos. Eu e todos os
seres em todas as nossas incontáveis vidas anteriores acumulamos pecados,
obscurecimentos, faltas, manchas e causas para recair em estados de tristeza. Tudo isso
imploramos que limpe desde a raiz e assim nos abençoem com pureza.*

Lendo isso, nos integramos totalmente ao estado de Vajrasattva, a pureza imutável e indestrutível, à qual nem a menor imperfeição pode aderir.

c. Sacrifício

Preparando o Sacrifício

HUNG OM AH HUNG BENDZA GU RU PAD MA THOD THRENG TSAL BENDZA SA MA YA
DZA SIDDHI PHA LA HUNG EE RAM PHAT RAM DZVA LA RAM NI YAM DZA TRI YAM DZA
NA MO KON CHOG SUM GYI DEN PA DANG TSA WA SUM GYI JIN LAB DANG KHAN DRO
CHOE KYONG NUE THU YI NOD JED DRA GEG GANG YIN PA DA TA NYID DU DIR KHUG
CHIG DZA HUNG BAM HO

*Saudação. Pela verdade das três jóias, pela bênção das três raízes
e pelo poder das dakinis e protetores do dharma,
possam os perturbadores, inimigos e obstáculos (principalmente o próprio ego)
imediatamente vir aqui.*

Aqui usamos o poder da verdade das três joias, a ausência de mentira nelas, e o poder da bênção das três raízes, sua força para o bem e o poder da força das dakinis e dos protetores, todos juntos, para criar uma atração irresistível sobre todos os muitos tipos de causadores de problemas. Nós atraímos todos aqueles que causam problemas externos, como roubar comida de iogues, e aqueles que causam problemas internos, como dúvida, distração, desespero. Os mantras capturam e atam esses demônios para que não possam escapar. Embora possamos nos sentir sobrecarregados e perseguidos por eventos em nossas vidas, se nos lembrarmos do dharma seremos capazes de enfrentá-los desde o infinito dos três kayas, e sempre seremos mais poderosos do que os demônios, os perturbadores, e assim por diante. Mas você tem que

ter clareza do que está fazendo, pois embora essas formas sejam vazias de natureza própria inerente, elas têm uma presença energética impactante.

Todos nós, tenho certeza, temos medo de alguma coisa em nossa vida. Temos medo de ser torturados, estuprados ou espancados até a morte. Esse tipo de medo é importante aqui. Você está lidando com todas as forças que podem lhe assustar, forças que estão fora de você, forças que estão dentro de você, portanto elas têm que ser controladas muito claramente. Caso contrário, se seus demônios não estiverem sob seu controle, eles estarão controlando você. Portanto, essa é uma luta de vida ou morte. Por isso está colocada em linguagem muito poderosa. Precisamos responder com energia, a partir do estado de vacuidade. Isso significa não retaliarmos a partir do temor, mas estar relaxados, abertos e focados, para que possamos nos concentrar em reincorporar essa energia hostil e auto-referencial à sua própria base, que é a vacuidade. Não é um jogo, e a intensidade das atitudes cruéis, desdenhosas, desumanizantes, nunca deve ser subestimada. Gritar *phat* não é suficiente, não vai afastá-las para longe. Precisamos de estabilidade na vacuidade e no destemor que vem com isso.

Fazendo o sacrifício

HUNG NYON MONG LOG PAI DRA GEG RU DRAI TSOG TSEN MAI DZAE KYI DRUB
KHUNG BAR WAI NANG NO NYUR YE SHE TSON CHAI CHAR CHEN POI DRA GEG
PHUNG KHAM MA LUE DUL DU LOG A MU KA MA RA YA BAD

Hung. As hostes de demônios, os inimigos e obstrutores e todas as formas das aflições são colocadas no artefato simbólico do poço aprisionador em chamas.

Pela grande chuva das armas afiadas e penetrantes da sabedoria, os elementos substanciais, todos os inimigos e demônios, sem exceção, são totalmente aniquilados. O inimigo deve realmente ser exterminado.

Agora que os demônios foram capturados e amarrados, eles precisam ser despachados de volta para sua fonte. A consciência maligna será devolvida ao seu terreno original. Nós imaginamos que eles são colocados em um poço triangular em chamas, do qual não podem escapar. Então uma tempestade de armas afiadas, as formas manifestas da vacuidade, desaba e os corta em pedaços. Os pedaços também são picados cada vez mais finos até que os skandhas, os componentes básicos da existência, e os órgãos dos sentidos e suas consciências, são reduzidos a pó, a átomos, a nada. Não sobra um rastro, não há base para seu retorno, eles se foram. A base para a ganância, os apegos, os cinco venenos, as agitações da intenção odiosa e cruel se foi. Tudo o que resta é forma inseparável da vacuidade.

Oferecendo o fruto do sacrifício

HRI TSA SUM RIG DZIN GYAL WAI KYIL KHOR DU DRA GEG DRAL WAI SHA RUE DUD
TSIR GYUR NYAM NYID DE WA CHEN POR BUL LEG NA NYI MED KHYAB DAL NGANG
DU ZHE SU SOL SAR VA PU TSA KHA HI

Hri. Na mandala do vidyadhara Jina que contém as três raízes,

a carne e os ossos dos inimigos e obstrutores mortos transformam-se em elixir liberador. Quando é oferecido na grande felicidade da perfeita igualdade, por favor, coma-o no estado de não-dualidade onipresente. Coma todas as oferendas cerimoniais!

Na mandala, tudo é puro. Aqui, tudo se torna elixir. Os cadáveres, os restos, são revelados pelo que são e sempre foram: a manifestação da vacuidade. Tendo a natureza da vacuidade, tornam-se liberadores para os outros. Toda a maldade, que parecia ser tão inerente a eles, se foi. Agora é só forma e vacuidade. Quando aceitos no estado de não dualidade não há o menor traço de reificação, apego, egoísmo. O cadáver do demônio é como todo o resto, não é diferente. Vendo isso, experimentamos a grande felicidade da perfeita igualdade. A única verdadeira pureza está na natureza da mente, que desde o início nunca foi contaminada.

Mas a atividade surge em um campo de grande complexidade. Sempre que encontramos pessoas, elas projetam coisas em nós, têm expectativas sobre nós, querem coisas de nós. Não podemos satisfazer todos os desejos do mundo. Se você agradar a uma pessoa, outra ficará chateada com você. Se você tentar agradar a todos, você enlouquece. Portanto, pureza não é ser legal com todos. Isso é impossível. A pureza está na relação que se tem com a vacuidade e então, a partir disso, o comportamento surge devido a causas e condições.

Devemos reconhecer como princípio básico que tudo é vazio, mas a ação manifesta tem muitas formas diferentes. Temos que aprender a administrar essas diferentes formas. Algumas pessoas são confiáveis e fáceis, algumas pessoas são perigosas. Você tem que saber a diferença. Mas é claro que essa pessoa agradável, essa pessoa legal, pode realmente ser muito perigosa para você. Porque como elas são muito agradáveis e são muito legais, você acha que elas vão ser boas. Mas mesmo que sejam muito gentis com você, elas o ajudam a adormecer, enquanto as pessoas indelicadas, as pessoas perigosas, talvez lhe assustem e o acordem um pouco. A vida não é fácil.

Se os demônios viessem com caudas e escamas, cheirando a enxofre, seria mais fácil. Eles não são marcados de alguma forma especial, pois os demônios não são entidades, não são seres sempre maus. Não podemos separar os seres: bons para a direita, seres maus à esquerda. Demônios surgem como aspectos do nosso carma, eles são uma relação. Eles vêm até nós porque temos algo a ver com eles, nós pegamos o que está vindo para nós. Tentar controlar o objeto, como objeto, não funciona. Temos que relaxar na natureza de terreno aberto que existe antes de toda diferenciação entre sujeito e objeto, bom e mau. Focar no objeto não pode trazer uma solução duradoura. A limpeza étnica não funciona, nem a limpeza demoníaca. A integração e a colaboração proporcionam um futuro sustentável. Na Idade Média, quando as pessoas na Europa estavam muito preocupadas com os demônios, e especialmente com o diabo, eles tinham medo de onde ele podia estar. Eles usavam alguma identificação básica, como cheiro de enxofre, escamas, talvez chifres, assim se você via alguém assim, então era o diabo. Ocorre o mesmo na tradição tibetana. Procuramos essas pessoas perigosas, mas na verdade o demônio está em toda parte, todo mundo é um demônio, e todo mundo é útil. Essa é a questão.

d. Oferendas que compartilhamos

As oferendas para consumo

RAM YAM KHAM OM AH HUNG

As oferendas são purificadas de todos os defeitos pela ação do fogo, do vento e da água, e o corpo, fala e mente dos budas. Dessa forma, não há um pingo de contaminação exterior ou interior. Tudo é puro, sunyata puro.

NGO WO TONG PAI TSOG ZHONG DU RANG ZHIN SAL BAI TSO DZE SHAM THUG JE
KUN KHYAB JIN CHEN PHOB CHOG SUM TZA SUM KU SUM LHA KUN DUE LA MA DIR
JON LA DE WA CHEN POI TSOG CHOD ZHE

No vaso de oferendas com a essência de sunyata são colocadas as oferendas naturalmente radiantes. Elas são abençoadas pela energia que tudo permeia. Que as três jóias, três raízes, três divindades kaya e o guru que abarca todas elas, por favor, estejam presentes aqui e aceitem essas oferendas reunidas de grande bem-aventurança.

NYAM CHAG NYE TSOG THOL ZHING SHAG TRUL NANG TOG TSOG YING SU DRAL KA
DAG RIG PAI LONG DU TAB DRON ZHI THUG DAM KANG GUR CHIG TSOG DZOG DON
NYI LHUN DRUB NE KU ZHI GYAL SID NYUR THOB SHOG

Com as mãos postas, confesso todos os meus muitos defeitos, deficiências e votos rompidos! A multidão de aparências e ideias confusas são liberadas no dharmadhatu, e colocadas na expansão da lucidez primordialmente pura. As quatro classes de convidados devem estar plenamente satisfeitas e felizes. Possam nossas acumulações de mérito e sabedoria se tornarem completas e, tendo realizado espontaneamente o bem-estar de nós mesmos e dos outros, possamos alcançar rapidamente o reino dos quatro kayas do Buda.

Fazemos agora mais uma oferenda aos nossos convidados, desta vez com foco nas oferendas efetivas que reunimos. Devemos, é claro, imaginar um número muito maior das mais finas oferendas do que o que realmente conseguimos reunir. As três primeiras linhas da oração estabelecem a oferenda como sendo o esplendor que se revela na abertura da condição natural, através da bênção da energia, elas se revelam como sendo adequadas para todos os convidados iluminados mais elevados.

Nós então novamente confessamos nossos erros e sacrificamos/liberamos a confusão no dharmadhatu. Isso remove todos os impedimentos à hospitalidade, pois não há nada que interrompa ou contamine o processo. A partir disso, obtemos o benefício de obter iluminação rápida e sem esforço. É importante manter a confiança nisso quando fizermos a próxima parte, quando oferecemos a nós mesmos.

Oferenda aos Meditadores

TSOG DZAE YE SHE DUD TSII GA TON ROL TSANG ME NYI DZIN TOG DRAL A LA LA HO

As oferendas reunidas devem ser desfrutadas como um festival do elixir de liberação da cognição prístina. Livre de pensamentos duais como limpo e sujo, é maravilhoso.

Comemos o alimento puro em um estado de não distração. Estar ciente da comida, dissolvendo em nossas bocas, o surgimento da sensação e da vacuidade, relaxando, não ocupado, poucos pensamentos. Clareza e vacuidade. O que é 'outro' torna-se 'eu', não há barreira, não há diferença. A comida é pura, você é Padmasambhava, luz fluindo em luz, assim como na prática de dissolução. Não há pressa. Experimente a integração, a co-emergência de sujeito e objeto. Todos os apegos se foram, abertos.

Não fique ocupado, repassando as coisas, não fale, não selecione o que você come. Pegue a carne na mão direita e o álcool na esquerda. Pegue-os primeiro, pois são os símbolos do sacrifício, a transformação do demônio. Experimente seu corpo se movendo e comendo dentro do estado de quietude. A quietude acolhe a atividade, a atividade ornamenta a quietude. Colaboração, não conflito. Não se limite, pois seus limites limitarão os outros. Nenhum julgamento.

e. Resíduos

Oferecendo o remanescente

PHEM HRING LHAG DRON DAM LA NAE PAI WANG CHUG DRAN KING DANG LING KA
BAR MA DAM CHEN TSOG KHA THRU TAB PAI LHAG MAI ZAE ZHE LA NYI MED RO CHIG
DRUB PAI THRIN LAE DZOD U TSU DA KHA HI

Phem! Hring! Os convidados para as sobras, as dakinis que guardam os votos, o Wongchuk Dran, e as hostes de mensageiros, trabalhadores, trabalhadores do nível médio e cumpridores de votos: comam estas sobras de comida que foram polvilhadas com néctar, e depois executem as atividades da realização do sabor único da não-dualidade. Comam as sobras!

É importante que todos estejam incluídos, que ninguém fique de fora. No entanto, aqui temos uma estrutura hierárquica e uma hierarquia que indica valor, realização espiritual, capacidade de beneficiar os outros. Alguns dos convidados são julgados como seres funcionalmente inferiores, embora não diferentes em sua verdadeira natureza. Eles não têm o direito de entrar no círculo do banquete, têm que esperar do lado de fora para pegar as sobras, como mendigos em um casamento na Índia. Este sistema não é politicamente correto, com oportunidades iguais, no qual só o fato de algum ser estar vivo, isso significa que ele tenha igual valor em termos de função. Os convidados inferiores, os serviçais e aqueles assustados, ansiosos, conseguem alguma coisa, mas apenas no final. Aqui, o valor é privilegiado sobre a necessidade. Uma visão muito diferente daquela da democracia europeia moderna. Esquecer o valor cria uma sociedade homogeneizada e fraterna, onde o direito substitui o respeito, a honra e a gratidão. O Dharma,

em uma virada fenomenológica, preocupa-se em ver as situações e os seres pelo que são, e não se esconder em fantasias idealistas.

Lembrete dos votos

HUNG HRI NGON TSE DAE DANG BAR KAL DA TA RU GYUD SUM RIG DZIN LA MAI
CHEN NGA RU KHAE LANG DAM NAE KA SUNG DREG TSOG KYI DAM DZAE TOR MA
ZHE LA THRIN LAE DZOD

*Hung. Hri. Em tempos antigos e até
hoje, diante dos gurus vidyadhara das três linhagens, vocês,
hostes de cumpridores de votos, guardiões da ordem, formas poderosas fizeram promessas.
Comam esta torma, a oferenda para suas obrigações, e depois realizem suas atividades!*

Até a iluminação, vivemos por contratos: contratos cármicos inconscientes e contratos formais explícitos. Mesmo depois da iluminação temos obrigações para beneficiar todos os seres. Aqui, lembramos aos protetores que cumpram seu dever. Ao aceitar a torma, o alimento sacrificial, eles concordam em permanecer vinculados às tarefas lhes dadas por Padmasambhava.

Oferenda às Doze Tenmas

HUNG JHO SANG NGAG TEN PA SUNG WAR KHAE LANG TE DRUB PAI DROG DZAD
TAN MA MA YAM TSOG DIR JON SHAL CHUI DRU TOR DI ZHE LA NAL JOR THRIN LAE
DRUB PAR DZAD DU SOL MA MA KHA KHA LA LA LI LI TA TA TE TE MAMSA RAKTA
AMRITA KHA HI

*Hung. Jho. Vocês prometeram guardar as doutrinas vajrayana.
Vocês, a hoste de mães, as tenmas, que agem como amigas dos iogues,
venham aqui comer essa torma de arroz e água de lavar pratos, depois por favor
ajam para concretizar as atividades dos iogues. Ma, Ma, Kha, Kha, La, La,
Li, Li, Ta, Ta, Te, Te. Comam a carne, o sangue e o elixir liberador!*

Como antes, a delegação das tarefas de proteção do ego para os guardiões libera o iogue para se concentrar na prática. As doze tenmas são muito úteis, e essa oferenda ajuda a mantê-las trabalhando para apoiar nossa prática do dharma.

HUNG HRI TSA SUM RIG DZIN ROL PAI KYIL KHOR OG NYI DZIN TSEN DZIN DAM SI
JUNG PO NAN DE TONG GYE PAI LU LANG DRO DUNG TE RIG TSAL DAG PAI YING SU
GYAE DAB PO SAR VA STAM BHA YA NAN

*Hung. Hri. Abaixo desta mandala alegre das três raízes vidyadhara,
colocamos pressão sobre os espíritos dualizantes, reificadores e perturbadores dos votos.
Cantando e dançando sobre eles com a alegria da felicidade e da vacuidade
estamos na pura infinitude do fluxo de energia da lucidez natural.*

Todos os demônios são incapazes de se mover.

Seguros dentro da mandala, olhamos para fora e vemos que aqueles que uma vez nos incomodaram são, na verdade, impotentes. Antes, quando estávamos no samsara, esses demônios podiam nos penetrar com muita facilidade. Bastava alguém gritar conosco, e ficávamos com raiva ou com medo. Dessa forma, éramos facilmente invadidos. Agora nossa presença na não-dualidade, paradoxalmente, os exclui e eles não podem atravessar. Assim a vida é pacífica, e podemos cantar e dançar.

H. Conclusão

A prece das sete linhas

HUNG UR GYEN YUL GYI NUB JANG TSHAM PE MA GE SAR DONG PO LA YAM TSEN
CHOG GI NGOE DRUB NYE PE MA JUNG NAE ZHE SU DRAG KHOR DU KHAN DRO
MANG POE KOR KHYE KYI JE SU DAG DRUB KYI JIN GYI LAB CHIR SHEG SU SOL GU RU
PE MA SID DHI HUNG

*Hung. Na fronteira noroeste do país de Urgyen,
sobre o caule e estame de um lótus, você conseguiu as maravilhosas
e realizações supremas, Padmasambhava de grande renome, com um séquito de muitas
dakinis ao seu redor. Seguindo e confiando em você, eu realizo a sua prática, portanto, para
conceder suas bênçãos, por favor, venha aqui!
Guru Padmasambhava, dê-me a efetiva realização do estado de Buda.*

a. Estabilizando o resultado

O Fluxo de Bênçãos e Conquistas

HUNG HRI CHOE YING DE WA CHEN POI ZHING KHAM NAE GYAL KUN DUE ZHAL RIG
DZIN KYIL KHOR LHA SANG SUM MI ZAD THRIN LAE GYEN DU SHAR DRU SUM OD ZER
KAR MAR THING SUM CHE MOE DUNG DAD PAE DAG GI NAE ZHIR THIM WANG THOB
DRIB DAG YE SHE NGON DU GYUR THRIN LAE THAR CHIN LAE ZHI LHUN GYI DRUB
CHOG THUN NGOE DRUB DAM PA DENG DIR TSOL OM AH HUNG BENDZA GURU PEMA
SIDDHI HUNG KA YA WAKKA TSITTA SIDDHI HUNG

*Hung. Hri. Do reino dharmadhatu de grande felicidade
vêm as deidades da mandala do vidyadhara cuja natureza abarca todos os jinas. A atividade
inesgotável de seus corpos, falas e mentes surge como ornamentos, e das três letras surgem
os raios de luz branca, vermelha e azul. Com intensa fé e devoção
eles são absorvidos em nossos quatro pontos. Assim as iniciações são recebidas,*

*os obscurecimentos são purificados e as cognições pristinas tornam-se manifestas.
Com todas as atividades concluídas, possam as quatro ações surgirem sem esforço. Por favor
conceda-nos as excelentes realizações efetivas supremas e comuns aqui e agora.*

Corpo, fala, mente – concedam-nos suas realizações efetivas!

ESTA É A PARTE CONCLUSIVA da prática, na qual recebemos uma bênção final e a iniciação das deidades para nos estabelecermos na visão, na meditação, na atividade e no resultado. A mandala formal logo se dissolverá e nossa atenção estará novamente voltada para as atividades complexas do nosso dia-a-dia. Ao visualizar o fluxo de luz das deidades em nossa direção, nos estabilizamos em nossa inseparabilidade delas. Somos reconfirmados na natureza vajra, de nosso corpo, fala e mente, indestrutível e vazia .

Solicitando realizações

LA MA RIG DZIN YONG DZOG KHOR CHE LA KHYAD PAR CHOD PA PANTSAMRITA
MA HA BHA LING RAKTA CHE TE BUL ZHE NAE LA MED NGOE DRUB TSAL DU SOL

Para todos os gurus, vidyadharas e seus círculos, fazemos as oferendas especiais dos cinco elixires liberadores, o grande tormas e rakta, por favor, apreciem e depois concedam-nos a realização efetiva e insuperável.

Este texto está recapitulando, de novo e de novo, o ponto-chave da transformação. Por que é repetido? Porque não entendemos! Mesmo que o tenhamos intelectualmente ou experimentalmente, é um breve momento e depois o largamos novamente, mais interessados nas distrações do samsara do que na naturalidade do nirvana. Isso deveria nos alarmar, nos fazer parar e refletir. Nenhuma mudança virá se apenas nos deixarmos levar pelo movimento. Somente um compromisso e engajamento profundos e sinceros trazem mudanças. Então, investigue você mesmo. Sente-se e explore o por que você realmente não se abre para a prática. Escreva um ensaio sobre por que você prefere o samsara ao nirvana, pois se esse é realmente o caso, por que desperdiçar sua vida fingindo praticar? Mas não se desespere, o próprio fato de o texto ter todas essas repetições indica que não somos os únicos que acham isso difícil. Apenas pegue cada chance que você possa para despertar.

Louvando o Guru

HUNG MA CHOE TROE DRAL LA MA CHOE KYI KU DE CHEN LONG CHOE LA MA CHOE
KYI JE PE DONG LE TRUNG LA MA TRUL PE KU KU SUM DOR JE CHANG LA CHAK TSAL
TOD

Hung. O guru sem artifício, livre de todas as posições relativas, é o dharmakaya. O guru da grande felicidade, o senhor do dharma, é o sambogakaya. O guru nascido do caule de lótus é o nirmanakaya.

Saudamos e louvamos o Vajradhara dos três kayas.

Sem a bondade de Padmasambhava, e de todos os gurus da linhagem, e em particular do nosso próprio guru raiz, não teríamos essa rara chance de liberação. Por isso, louvamos sua bondade e suas qualidades.

Fazendo confissão

LA MA RIG DZIN YONG DZOG KHOR CHE KYI NYEN DRUB THRIN LAE ZHUNG ZHIN GYI
PA LA DAG CHAG MA RIG LOG TOG WANG SONG WAI GAL THRUL NONG PA CHI CHI
ZOD PAR SOL

*Ao fazer a prática de todos os gurus e vidyadharas
com seus séquitos de acordo com os textos dos serviços de meditação,
tendo ficado sob o poder dos falsos pensamentos da ignorância e da confusão,
quaisquer que sejam os erros e enganos que cometemos, pedimos para sermos perdoados.*

Estamos tão freqüentemente sob o poder da confusão que surge da ignorância que não é surpreendente que tenhamos cometido alguns erros. Ah! Nós sequer sabemos que erros cometemos, porque estávamos distraídos! Então dizemos: 'Quaisquer que sejam os erros e enganos que cometemos, imploramos para sermos perdoados'. Se você pensar em uma bailarina como Sylvie Guillem, ela vem praticando por muitos e muitos anos. Ela começou a dançar quando tinha quatro anos e agora ela é essa bailarina fantástica. Pense em quantas milhares de horas ela estava praticando na barra, todos os exercícios que ela fez. Quantas horas você tem praticado o puja? Não são tantas. Portanto, não é surpreendente que você cometa erros. É por essa preguiça, e todos os outros erros, que pedimos desculpas. Se vocês recordarem que nós convidamos esses grandes seres e então nos esquecemos deles, uma hospitalidade tão medíocre é vergonhosa. Somos homens e mulheres, não criancinhas brincando. Temos que levar nossas vidas a sério e, ao respeitar a prática, respeitamos a nós mesmos e ao nosso infinito potencial.

Purificação

OM GURU PADMA SA MA YA MA NU PA LA YA GURU PADMA TE NO PA TI SHTA DRI
DHO ME BHA WA SU TO KYIO ME BHAV WA SU PO KYIO ME BHA WA A NU RAKTO ME
BHA WA SAR VA SIDDHI MA ME PRA YA TSA SAR VA KAR MA SU TSA ME TSI TAM SHRI
YAM KU RU HUNG HA HA HA HO BHA GA WAN SARVA TA THA GATA GURU PADMA
MA ME MUN TSA GURU PADMA BHA WA MA HA SA MA YA SA TWA AA HUNG PHAT

*As cinco cognições prístinas. Guru Padma com o poder de sustentar firmemente os
seus votos: você deve proteger a mim e a todos os que o seguem
e confiam em você! Guru Padma, você deve me ouvir! Você deve me apoiar!
Você deve pensar em mim. Por favor, purifique todos os meus pecados. Você deve pensar
firmemente de mim. Você deve ficar comigo e não se separar de mim.*

Conceda-me todas as realizações efetivas. Você deve fazer todas as ações necessárias!

Todos os resíduos cármicos sutis que residem no coração devem se tornar vazios.

Dê-me dharmakaya, sambhogakaya, nirmanakaya e

svabhavikakaya. Vitorioso, você é como todos os tathagatas.

Guru Padma, por favor, mantenha-me forte. Guru Padma. Grandes votos.

Devemos obter realizações. Devemos garantir o cumprimento de nossos votos.

OM SA MA YA AA SA MA YA HUNG SA MA YA BENDZA SA MA YA DAG ZHAN GYI TSE
RAB KHOR WA THOG MA ME PA NAE SAG PAI DIG DRIB NYE TUNG DRI MAI TSOG THAM
CHE TSA WA NAE JANG ZHING DAG PAR JIN GYI LAB TU SOL

Votos do corpo: perdoe meus lapsos. Votos da fala: perdoe meus lapsos.

Votos da mente: perdoe meus lapsos. Votos Vajrayana: perdoe meus lapsos.

*Eu e todos os seres, em todas as nossas inúmeras vidas anteriores, colectamos pecados,
obscurecimentos, faltas, manchas e causas para cair em estados de pesar.*

Tudo isso nós pedimos que você limpe desde a raiz e assim nos abençoe com pureza.

Orações pedindo perdão por erros na prática

MA JOR WA DANG NYAM PA DANG GANG YANG DAG MONG LO YI NI MA RIG THRUL PA
CHI CHI PA DE YANG ZOD PAR DZE DU SOL

*Não ter e não preparar os itens necessários, não agir corretamente, e tudo o que eu fiz devido
ao pensamento insensível e estúpido, tudo o que fiz na desorientação da ignorância, por tudo
isso também peço perdão.*

LHAG PA DANG NI CHAD PA DANG CHO GAI YEN LAG NYAM PA DANG DAG GI JED NGE
CHI CHI PA DE YANG ZOD PAR DZE DU SOL

*Falando demais, esquecendo palavras e não lendo as partes extras
do texto da cerimônia, e tudo o que eu esqueci de fazer,
por tudo isso também peço perdão.*

BAG MED JOD JA MA DAG PA GYUD NAE SUNG PAI CHO GA ZHIN MA CHOG THRUL PA
CHI CHI PA DE YANG ZOD PAR DZE DU SOL

*Descuidadamente, não recitando de forma clara e correta, e não sendo capaz de praticar
de acordo com o texto de leitura que vem dos tantras.*

O que quer que eu tenha feito por confusão, por tudo isso também peço perdão.

SER NAI WANG GYUR PHUD NYAM SHING CHOD PA NGEN ZHING SHAM NYE PA JOR
WA TSANG DRA MA THON PA DE YANG ZOD PAR ZHE DU SOL

*Ficando sob o poder da avareza e sendo mesquinho com oferendas,
fazendo oferendas pobres e não organizando-as corretamente, não usando ingredientes puros
e limpos, por tudo isso também peço perdão.*

Essas orações são autoexplicativas. Da ignorância vêm os cinco venenos. Devido ao poder da estupidez nos distraímos durante a prática, perdemos a atenção, lemos as coisas na ordem errada, esquecemos as melodias, os mudras e assim por diante. Também ficamos distraídos de antemão, não estabelecemos as coisas corretamente com os ingredientes corretos. Às vezes não queremos nos incomodar, ou talvez nunca tenhamos aprendido direito. Falhas eventuais ocorrem facilmente, de novo e de novo. Corte pela raiz!

Pedidos Finais às Deidades

KHYED THUG SANG WA DAM PAI DZOD GYE PA CHEN POI GO CHE LA NGOE DRUB
THRIN LAE DUD TSI YI GYUN GYI DAG GYUD TAM PAR DZOD

*Por favor, abram a porta da grande felicidade do segredo e
do tesouro sagrado de sua mente. Então, por favor, preenchem minha mente
com o fluxo do elixir libertador da concessão de realizações efetivas.*

Seres brilhantes, por favor, abram a porta para uma grande felicidade. Por favor, mostrem-nos essa dimensão secreta e maravilhosa de suas mentes que é a nossa mente. Por favor, encham minha mente com o fluxo do elixir libertador de sua bênção, concedendo-me realizações. É um pedido final para eles. Não me deixem aqui a sós no samsara. Antes de ir, concedam-me a integração com vocês, para que quando se forem, quando a mandala finalmente se dissolver, eu não esteja parado na estação, gritando: "Oh, baby, por favor, não vá. Estou perdido sem você!" Não assim! Nós traduzimos *tam par dzod* como 'Por favor, faça', mas na verdade é mais como 'Faça', é mais como uma função das coisas. "Ei, antes de você ir, você pode lavar a louça?" "Antes de você ir, você pode me iluminar? Vamos lá, é um pedido simples!"

Solicitando que a deidade fique

OM DIR NI ZUG DANG (TEN DANG) LHEN CHIG TU DRO WAI DON DU ZHUG NAE KYANG
NAD MED TSE DANG WANG CHUG DANG CHOG NAM LEG PAR TSAL DU SOL OM SU
PRA TI SHTA BENDZA YE SWA HA

Om. Por favor, fique aqui, unido a essa forma, para o benefício dos seres.

*Por favor, conceda uma vida com riquezas e livre de doenças,
e todas as melhores coisas conquistadas. Om. Por favor, sente-se.*

Você deve sempre ficar muito forte e sereno.

Com esse verso, imaginamos a mandala sendo mesclada com nossas pinturas e estátuas. A imagem de Padmasambhava funciona como um ícone. Acreditamos que a imagem contém a presença viva do guru. Esse verso ajuda a potencializar suas imagens. Eles não precisam ser elegantes, fotografias servirão se forem tudo o que você tem.

Dissolvendo a Mandala

OM KHYE KYI SEM CHEN DON KUN DZOD JE SU THUN PAI NGOE DRUB TSOL SANG
GYAE YUL DU SHEG NAE KYANG LAR YANG JON PAR DZAD DU SOL BEN DZA MU

Om. Você que age em benefício de todos os seres, por favor, garanta que serão realizadas de acordo com suas necessidades. Vá para o reino dos budas, mas também, por favor, venha de novo quando precisarmos de você. Bendza Mu.

Nesse ponto, a mandala se dissolve à medida em que Padmasambhava e todo o seu séquito voltam para Zangdopalri. No entanto, permanecemos com a natureza de Padmasambhava, mantendo a visão dos três kayas em todas as circunstâncias. A forma sambogakaya do guru parte, mas ele permanece unido com nosso ser.

Integração com a deidade

HUNG DA NI KYIL KHOR SAL TAB LA CHI NANG NOD CHUD THAM CHE KUN YIG DRU
HRI LA HRIL GYI DU HRI YANG MI MIG JA TAR YAL DE NAE DAG NYID LHA RU SAL TAG
CHAD NYI KYI THA SAL LO

Hung. Agora, torne a mandala muito clara: todas as aparências, exteriores e interiores se unem na forma da letra Hri. Então, sem transformar a letra Hri em um objeto, ela desaparece como um arco-íris. Assim, eu surjo claramente como a deidade, livre dos dois extremos da permanência e do niilismo.

No princípio, Padmasambhava manifestou-se, saindo de um Hri no coração de Amitabha, e nessa prática nos manifestamos como Padmasambhava saindo da letra Hri. Hri é o elo energético entre a vacuidade e a manifestação. É o símbolo e a função ativa da potencialidade. Porque é indestrutível, a mandala reaparecerá novamente de acordo com a necessidade. Nem permanente nem absolutamente nada, a mandala é um gesto relacional. Não é que quando a mandala está aí ela deve ficar para sempre; não é que quando a mandala se dissolve, ela desaparece para sempre; aparece e depois desaparece. Quando você faz a prática novamente, a mandala volta novamente. Não é uma nova mandala, é mais uma vez uma revelação da dimensão sambhogakaya.

b. Preces de aspiração

HUNG LA MA YI DAM KHA DRO CHOD LA SOG CHAD DANG KUL DANG YI RANG LAE
JUNG WAI SO NAM GE TSOG PAG ME DI DAG GI TSE DIR LA ME JANG CHUB DRAE
THOB NAE KU SUM DE CHEN ZHING DU CHOD JED CHING ZUG KUE DRO DON LAB
CHEN CHOD PAR SHOG

*Hung. Aos gurus, deidades-caminho e dakinis, eu fiz oferendas,
e estimulei outros a fazerem oferendas, e regozijei-me quando o fizeram.
Por todas as acumulações ilimitadas de mérito e virtude provenientes daí,
nesta vida, que possamos obter o resultado da iluminação insuperável.
Então, desfrutando do reino da grande felicidade dos três kayas,
manifestando corpos de forma, iremos gerar grandes ondas de benefício
para aqueles que se movem no samsara.*

HUNG CHI YI LA MA NA TSOG THRUL PAI KU NANG GI LA MA KUN ZANG HE RU KA
SANG WAI LA MA RANG RIG NYUG MAI SHI TSE DIR NGON DU JAL WAR JIN GYI LOB

*Hung. O guru exterior em seus muitos nirmanakayas diferentes,
o guru interior no heruka Kunzang, o guru secreto da
natureza imutável da nossa própria lucidez natural:
possamos ter a bênção de vê-los claramente nesta vida.*

RIG PAI NGO WO SAL TONG DZIN PA MED JEN PAR THONG WA YE TONG KA NAE DAG
DRON DRUG LAM LA TEN NAE ZAG CHAE KYI PHUNG PO JA LUE DOR JER DRUB PAR
SHOG

*A verdadeira natureza da lucidez natural é clara e vazia, livre de apego. Vista claramente, é
primordialmente vazia, pura desde o princípio. Seguindo o caminho das seis lâmpadas, com o
corpo de carne pecaminoso tornando-se um corpo de arco-íris, possamos obter a realização
indestrutível.*

KAL WA MEN NAE BAR DOI NAE KAB DU KYE WAI SRID PA DZIN TSE PAD MA JUNG JON
NAE NGON PAR THO DANG NGE LEG KYI YANG DAG LAM DU THRID PAR JIN GYI LOB

*Se não tivermos a boa fortuna de conseguir isso, então que possamos ser abençoados no
bardo da morte e, ao começarmos, um novo nascimento, Padmasambhava virá e nos guiará no
caminho excelente para o céu e os céus superiores.*

PHEN DEI TSA LAG GYAL WAI TEN PA DANG THA LAE KYE GUI DE KYID MA LUE PA YAR
NGOI DA WA TA BUR RAB GYAE SHING MI THUN NYE PAI TSOG KUN ZHI GYUR CHIG

*A raiz do apoio e da felicidade, as doutrinas dos Jinas, e toda felicidade para todos os seres
inumeráveis –com isso se espalhando como a lua crescente, todas as hostes de situações
inúteis e pecados devem ser pacificadas.*

KHYAD PAR SANG CHEN DOR JE THEG PA DANG YANG GOE PAD MAI JE JUG GAR NAE
SAR NAD RIM MU GE SAD SER THEN PA DANG THRUG TSOD THA MAG NOD PA ZHI
WAR SHOG

Especialmente para os seguidores do vajrayana muito secreto, e mais especialmente para os seguidores de Padmasambhava, onde quer que estejam -- doença, gripe, fome, geada, granizo, seca e lutas, discussões, guerras de fronteira e todos os problemas devem ser pacificados.

THUG JE DRO KUN YOL MED JE DZIN KYANG NYIG MAI DRO WA KYOB PAI ZHAL ZHE
KA THRI SONG GYAL POR TSOL WAI NYING POI DON RE WA JI ZHIN KONG WAI DUE LA
BAB

Eu mantereí todos os seres com compaixão incessante, e protegerei os seres dos tempos atuais degenerados - essa foi a promessa feita por Padmasambhava. Ao Rei Trisong Deutsen ele deu esse ensinamento essencial, e agora, neste momento, todas as nossas esperanças podem ser satisfeitas.

DE CHIR DE ZHII PAG SAM YONG DUI JON TSO KYE JIN LAB CHID KYI MA MA YI NYE
WAR KYANG LAE DRUB PAI DON NYI DRAE LONG SU CHOD PAI GA TON GYAE GYUR
CHIG

Portanto, ele é como uma árvore que realiza desejos para os quatro objetivos da vida. Pela bênção de Padmasambhava que é como o cuco da primavera, possamos todos vê-lo e assim obter o resultado do benefício para nós mesmos e para todos os seres. Então, usando esse resultado o festival da felicidade deve se expandir e crescer!

Preces de aspiração são muito importantes no budismo tibetano. Elas são vistas não apenas como uma esperança ou um desejo, mas como uma intenção, como um ato que ocasiona efeitos definidos. Recebemos aquilo pelo que oramos, não porque alguma pessoa grande e poderosa nos deu, mas pelo poder da própria aspiração. Nossa intenção é trazida para o mundo, estabelecemos valores, nossa agenda, e isso ajuda a modificar o impacto do carma negativo, a força de nossas habituais suposições, impulsos, tendências. O pensamento positivo, especialmente quando envolve nos vincularmos com outros seres e com as deidades brilhantes e compassivas, é muito útil para levantar o nosso ânimo e recontextualizar os problemas diários que surgem.

Desejando a melhor ajuda para povoar nossa mente com bondade, calor, simpatia. Que todos os seres sejam felizes! A palavra tibetana que traduzimos como “aspiração” é *monlam*. *Mon* significa desejo, esperança e *lam* significa caminho. O desejo é um caminho que podemos percorrer, ele estabelece um caminho para seguirmos, evitando o pântano do samsara. É uma prática útil memorizar esses versos e cantar de vez em quando em suas atividades diárias.

c. Versos auspiciosos

GYAL TSEN TSE MOR WANG GI GYAL PO TAR LHAG PA LHA YI TSUG GYI GYEN GYUR
PAI DRUB PA PO LA NGOE DRUB CHOG TSOL WAI PAL DEN LA MA NAM KYI TRA SHI
SHOG

*Como a joia no topo da bandeira da vitória, vocês são as jóias da coroa da deidade-caminho,
aqueles que concedem as supremas realizações efetivas aos praticantes. Possam os gloriosos
gurus nos concederem boa sorte!*

KUN ZANG DOR SEM GA RAB SHI RI SING UR GYEN PAD MA JE BANG NYI SHU NGA KA
TER GYUD DEN TSA WAI LA MA SOG DREN CHOG YAB SRAE YONG KYI TRA SHI SHOG

*Kunto Zangpo, Dorje Sempa, Garab Dorje e Shri Singha, Padmasambhava e seus vinte e cinco
discípulos, meu guru raiz que possui as linhagens de kama e terma, possam os guias
supremos, gurus e discípulos nos concederem boa sorte!*

GYAL WA NYID LAE LAG PAI LUNG NGA ZHING THRIN LAE DZAD PA SAM GYI MI KHYAB
PA TEN DANG DRO WAI TSA LAG CHOG GYUR PAI UR GYEN RIN PO CHE YI TRA SHI
SHOG

*Você cujos ensinamentos são mais excelentes do que os do próprio Jina, que realiza atividades
fora do alcance do pensamento, a mais excelente causa para o florescimento tanto da doutrina
quanto dos seres sencientes, possa Guru Rinpoche nos conceder boa sorte!*

TAE PA TSAM GYI DRO NAM WANG DU DUD DIG PA TSAM GYI DE GYAD DREN DU KHOL
SAM PA TSAM GYI GOE DOD CHAR TAR BEB UR GYEN GYUD PAR CHAE PAE TRA SHI
SHOG

*Basta um olhar de relance para reunir todos os seres sob seu poder, por seu mero comando,
as oito classes de espíritos atendem como servos, por seu mero pensamento tudo o que
precisamos e desejamos cai como chuva. Possa Padmasambhava e sua linhagem nos
concederem boa sorte!*

TON PA SANG GYE NAM KYI TRA SHI SHOG KYOB PA DAM CHOE NAM KYI TRA SHI
SHOG DREN PA GEN DUN NAM KYI TRA SHI SHOG KYAB NAE KON CHOG SUM GYI TRA
SHI SHOG

*Possam os professores, os budas, nos conceder boa sorte! Possam os protetores, os dharmas
sagrados, nos conceder boa sorte! Possam os guias, as sanghas, nos conceder boa sorte!
Possam os lugares de refúgio, as três jóias, nos conceder boa sorte!*

CHOE KU NAM KHA ZHIN DU YER MED CHING ZUG KU JA TSON ZHIN DU SO SOR SAL
THAB DANG SHE RAB CHOG LA NGA NYE PAI RIG NGA DE WAR SHEG PAE TRA SHI
SHOG

Embora você não seja diferente do dharmakaya que é como o espaço, você mostra os kayas como arco-íris, cada um claro e distinto. Você tem o poder do método supremo e do conhecimento elevado. Possam os sugatas dos cinco kulas nos conceder boa sorte!

HRI RIG DZIN LA MA DRUB PAI THU JIN GYI DRO KUN YANG DAG DOD MAI SA THOB
CHING ZAB SANG TEN PA GYAE SHING TSE SOD PHEL BAR CHAD KYEN ZHI GE WAI
TRA SHI SHOG

Hri. Pela bênção do poder efetivo da prática do guru vidyadhara, com todos os seres alcançando o estágio original muito puro, as profundas doutrinas secretas devem se espalhar, e a vida e o mérito aumentar, e as situações causais obstrutivas devem ser pacificadas. Possa haver essa boa fortuna virtuosa!

DAG SOG NAM KYI CHOE DANG THUN PAI DON JI TAR SAM PA YID ZHIN DRUB PA
DANG NAD DON GEG SOG BAR DU CHOD PAI TSOG NYE WAR ZHI WAI TRA SHI DE LEG
SHOG

Agora que estamos em harmonia com o dharma, tudo o que pensamos é realizado de acordo com o nosso desejo assim como as hostes de doenças causadas por demônios, instrutores e interruptores são completamente pacificadas, que possa haver boa sorte, felicidade e bem estar em tudo isso!

KYIL KHOR ZHAL YAE DIR YANG TRA SHI SHING NYIN YANG TRA SHI PAL BAR DA LA LA
TSEN YANG TRA SHI PAL BAR KHYIL LI LI NYIN TSEN TAG TU TRA SHI DE LEG SHOG

Essa assembléia religiosa aqui tendo boa sorte, a boa sorte que também reluz durante o dia, da-la-la, e a boa sorte que também arde à noite, khi-li-li que gira, sempre de dia e de noite, possa haver boa sorte, felicidade e bem estar!

GYAL TEN CHI DANG DOR JE THEG PA YI TEN PA DZIN KYONG PEL LA LA MED PA GU
RU PAD MAI RANG LU NGA GYUR GYI TEN PA YUN RING NAE PAI TRA SHI SHOG

Guru Padmasambhava, o insuperável que sustenta, preserva e espalha os ensinamentos Vajrayana e as doutrinas gerais do Buda – Possa a boa fortuna das doutrinas da Escola Antiga da Tradução (Nyingmapa) permanecer por muito tempo.

NAE DIR NYIN MO DE LEG TSEN DE LEG NYI MAI GUNG YANG DE LEG SHING NYIN
TSEN TAG TU DE LEG PA KON CHOG SUM GYI DENG DIR DE LEG SHOG

Nesse lugar, felicidade durante o dia e felicidade à noite, e felicidade e bem-estar tanto de dia como de noite. Pelas três jóias, deve haver felicidade e bem-estar aqui e agora!

Em um momento em que a mente de tantas pessoas está cheia de ódio, confiante de que sabem a verdade, que eles são bons e certos e que o outro é errado e mau, precisamos de

alguns desejos bons, suaves e esperançosos. Desejar o bem para nós mesmos e o mal para nossos inimigos é fácil e popular, mas o conflito simplesmente aumenta a ilusão e os cinco venenos. Então recitamos esses simples, ingênuos e esperançosos versos com amor em nossos corações e um desejo de felicidade para todos. Todos nós temos a mesma mãe, a Grande Mãe, Prajnaparamita. Lembrando que podemos evitar o preconceito, a parcialidade e praticar a hospitalidade aberta a todos!

Empoderamento das Aspirações e Boas Vontades

DE TAR DU GYUR WANG KON CHOG SUM KYI DEN PA DANG SANG GYE DANG JANG
CHUB SEM PA THAM CHE KYI JIN GYI LAB PA DANG TSOG NYI YONG SU DZOG PAI NGA
THANG CHEN PO DANG CHOE KYI YING NAM PAR DAG CHING SAM GYI MI KHYAB PAI
TOB KYI DE DE ZHIN DU DRUB PAR GYUR CHIG

Tudo o que foi mencionado, vindo como desejado, e também a verdade das três jóias, e bênçãos por todos os budas e bodhisattvas, e o grande esplendor da completa realização das duas acumulações, e o inconcebível e muito puro dharmadhatu: por seu poder, todo o darma que fizemos hoje deve ser realizado.

À medida em que recitamos isso, devemos jogar flores no ar. Beleza, verdade, amor, tudo vem junto. A verdadeira natureza de, como são as coisas, é boa, aberta, disponível, acolhedora. Os budas estão do nosso lado. Não estamos sozinhos, e por isso nos regozijamos na propagação do amor, luz e felicidade no mundo.

Prece para espalhar o Dharma

NYER TSE MA LU ZHI WA DANG THUN KYEN NAM KHAI DZOD ZHIN DU GYAL WANG PE
MA JUNG NAE KYI TAN PA YUN RING BAR GYUR CHIG OM AA HUNG BENDZA GURU
PAD MA SID DHI HUNG

Todas as dificuldades sem exceção sendo pacificadas, e com situações harmoniosas como o tesouro do céu, Padmasambhava, senhor dos jinas, que suas doutrinas vivam muito e brilhem intensamente. Guru indestrutível Padmasambhava, tendo os três kayas, conceda as realizações efetivas.

A partir do Bodhicaryavatara

PHAN PAR SAM PA TSAM GYI KYANG SANG GYAE CHOD LAE KHYAD PHAG NA SEM
CHAN MA LUE THAM CHAD KYI DE DON TSON PA MOE CHI GOE

Quando o mero pensamento de ajudar os outros é mais excelente do que louvar os budas, é até desnecessário mencionar a grandeza de se esforçar pela felicidade e bem-estar de todos os seres, sem exceção.

Oração pelo imediato renascimento de H.H. Khordong Terchen Tulku Chhimed Rigdzin Rinpoche (22)

OM SOTI LA ME TSO KYE GYAL WAI RING LUG CHOG KA TER MIN DROL MEN NGAG
SAM MI KYAB PEL DZE CHI WA MED PAI RIG DZIN JE YANG TRUL NYUR JON DZAE TRIN
LHUN DRUB SHOG

Maravilhoso! Chhimed Rigdzin, você que espalhou as inconcebíveis instruções de iniciação e ensinamentos da linhagem oral do Buda e os tesouros escondidos pertencentes à antiga tradição do inigualável Buda nascido no lago. Possa sua encarnação vir rapidamente e que todas as suas atividades sejam realizadas espontaneamente.

Pelo poder dessa prece, exortamos o guru para retornar. Nosso desejo e sua intenção unem-se para criar a situação auspiciosa de seu retorno.

Possa qualquer virtude que surja desse breve comentário e as boas intenções de todos os envolvidos levem ao rápido renascimento de Chhimed Rigdzin Rinpoche.

Apêndices

Autorização para praticar

Este livro contém o texto completo da prática da Sadhana do Vidyadhara Guru. Muitos desses textos de diferentes linhagens foram traduzidos e estão disponíveis no ocidente. Segundo a tradição, poucos benefícios surgirão ao praticar qualquer sadhana sem transmissão, ou seja, permissão (*lung*), iniciação (*wang*) e instrução (*tri*) de alguém que está autorizado a fazê-lo dentro da linhagem. Os detalhes de contato abaixo podem fornecer quando e onde isso pode estar disponível para esta prática.

Detalhes de contato e leitura adicional

O site principal de Khordong fornece detalhes de grupos regionais e de atividades nos principais centros ligado a Chimed Rigdzin Rinpoche: <http://www.khordong.net>

James Low: <http://www.simplybeing.co.uk>

Outros livros relacionados de James Low incluem

- Being Right Here: The Mirror of Clear Meaning (Snow Lion Publications, 2004). Also available in German, Polish and Italian.
- Simply Being: Texts in the Dzogchen Tradition (Wisdom Books, 1998). Also available in German and French.

- The Yogins of Ladakh: A Pilgrimage Among the Hermits of the Buddhist Himalayas. With John Crook. (Motilal Banarsidass, 1997)

A pintura da capa foi feita por Katharina Winkelmann, Hamburgo: katharinaw@khordong.net. A fotografia na contracapa foi tirada por Hans-Maria Darnov, Munique. Os desenhos das 8 manifestações foram feitas por Torsten Kratt, Schopfheim: torstenkratt@aol.com. Design da capa por Lisi Poller-Frischengruber. <http://poller.frischengruber.net>. Layout e composição do livro por Andreas Ruft, Berlim: andreas@khordong.net

Índice das ilustrações

Guru Rinpoche, painted by Katharina Winkelmann Cover
Guru Rinpoche with his Consorts 30
Dorje Sempa (Vajrasattva) 53
Lineage 86
Padmasambhava (Guru Rinpoche) 120
Tsogye Dorje 121
Padmasambhava 122
Loden Chogsae 123
Padma Gyalpo 124
Nyingma Odzer 125
Shakya Senge 126
Senge Dradog 127
Dorje Drolo 128

Títulos disponíveis do comentários Khordong

MARTIN J. BOORD, A Bolt Of Lightning From The Blue. The vast commentary on Vajrakila that clearly defines the essential points, edition khordong, Berlin, 2002
JAMES LOW, Estando Bem Aqui. Comentário sobre um Espelho do Claro Sentido de Nuden Dorje. Recife: MJ Editora, 2020. The Mirror of Clear Meaning by Nuden Dorje, Snow Lion, 2004