

AS EXPANSIVAS INSTRUÇÕES ORAIS

DO PRECIOSO MESTRE DO DARMA

CHETSANGPA RATNA SRI BUDDHI

[2]

A seção sobre a bodhicitta oferece um novo exemplo sobre como uma mudança cognitiva e comportamental no nível relativo facilita a revelação do intrínseco infinito. O termo bodhicitta (Byang-Chhub Kyi Sems) está presente extensivamente na literatura do dzogchen para indicar a mente relaxada, a nossa vital presença desperta. Sua expressão ou energia é denotada pelo termo Thugs-rJe, que, em textos não-dzogchen, significa a compaixão. Esta expressão do potencial de buda é convocada pelo outro, mas não como um convite para uma interação dual. A alteridade do outro é resolvida na experiência da base sempre presente. Não é um movimento onipotente, um conhecimento totalitário que incorpora esse outro no território familiar do 'si mesmo'. Uma resposta aberta à específica situação de um alteridade (Gang-la-Gang Dul-Ba) demanda uma ausência de desejo auto-referente. A capacidade de uma resposta empática é a qualidade da lucidez auto-liberada; não pode ser gerada através do alinhamento com formulações rígidas e dogmáticas. Com a experiência direta do jogo aberto da vacuidade, a capacidade de resposta é libertada das problemáticas da reificação. Ao não duvidar da perfeição do que quer que esteja ocorrendo, você não precisa se preocupar em ajudar ou prejudicar os outros. Neste sentido, a energia pura da presença relaxada é o fluxo incessante da compaixão que não reifica. Se o praticante, momentaneamente, perde esta experiência, a familiaridade com a prática da bodhicitta da verdade relativa irá facilitar muito mais o relaxamento de volta ao fluxo.

O TEXTO

O DESENVOLVIMENTO DA BODHICITTA

Om Mani Padme Hung Hri

Agora que temos a rara chance de atuar com as liberdades e oportunidades de uma preciosa existência humana, deveríamos oferecer-nos, bem como a todos os seres, o benefício da verdadeira felicidade. Para realizar isto, é necessário praticar o darma sagrado. Quando começamos a praticá-lo, precisamos da importante preparação da bodhicitta¹ amorosa e compassiva. Esta tem dois aspectos, a relativa ou a bodhicitta de verdade ficcional e a bodhicitta da verdade absoluta. A bodhicitta da verdade relativa diz respeito a bodhicitta de aspiração e à bodhicitta da prática.

A essência da bodhicitta é compaixão a qual tem três aspectos:

- a. A compaixão que tem como objeto de consideração o benefício dos seres sencientes.
- b. A compaixão que tem como objeto de consideração o darma.
- c. A compaixão que é livre da percepção que reifica.

A. A COMPAIXÃO QUE TÊM OS SERES SENCIENTES COMO OBJETO DE CONSIDERAÇÃO

Desenvolver a bodhicitta de aspiração é feito por refletir da seguinte forma no início de cada período de meditação.

"Todos os seres sencientes se reunidos irão ser equivalentes à extensão do céu. Todos eles, e, em particular, meus próprios pais amorosos, que me concederam o presente corpo e vida, desejam a felicidade. Contudo, as ações que realizam apenas os conduzem ao sofrimento. Eu sinto compaixão por todos eles, uma vez que estão iludidos e possuem visões equivocadas.

Agora, todos estes seres sencientes foram meus próprios pais durante o curso de minhas incontáveis vidas passadas. Seu número é vasto e além de cálculo. Por exemplo, se a carne e os ossos desses seres, cada um dos quais foram minha mãe muitas vezes, forem coletados, isto seria equivalente ao Monte Meru, e se seu sangue fosse reunido, seria igual ao grande oceano.

Quando eu nasci como o filho ou a filha desses seres, eles realizaram muitos atos não-virtuosos de corpo, fala e mente para me cuidar e proteger. Devido a isto eles agora estão vagando no samsara.

Algumas das minhas próprias mães nasceram nos infernos e estão sofrendo de grande calor e frio. Algumas das minhas próprias mães estão nos reinos dos fantasmas famintos insaciáveis e estão sofrendo de fome e sede. Algumas das minhas mães nasceram no reino dos animais e estão sofrendo de

entorpecimento mental e estupidez, sendo abatidas, usadas pelos outros e sendo machucadas. Algumas das minhas mães nasceram no reino humano e estão sofrendo com três², oito³ e dezesseis⁴ problemas.

Algumas das minhas próprias mães nasceram no reino dos deuses invejosos e sofrem devido a brigas e disputas. Algumas das minhas próprias mães nasceram no reino dos deuses e sofrem no fim de uma longa vida, com muita riqueza e poucos pensamentos sobre o futuro, por terem que cair nos reinos inferiores.

Assim, todas as minhas boas mães e pais estão vagando nos seis reinos do renascimento com sofrimento sem fim e sem a oportunidade da liberação.

Por todos eles eu sinto compaixão, então o que posso fazer para que estejam felizes? Qual é o método de separá-los do sofrimento? Qual é o método para por todos no nível dos budas? É meu dever, e é bastante correto e adequado que eu deva agir para beneficiar todos esses seres sencientes que foram minhas mães. E por que é meu dever?

Eles todos foram meus pais e é vergonhoso que, enquanto estejam atormentados por grande miséria, eu esteja vivendo feliz sem problemas. Portanto, eu devo liberar meus pais do sofrimento feroz que vem suportando por tanto tempo.

Alguns dos meus próprios pais estão vagando nos três reinos inferiores e não tem condições de dizer nem ao menos uma vez Om Mani Padme Hung Hri, o mantra Avalokitesvara. Ainda assim, agora eu obtive esta existência humana com as liberdades e oportunidades. Eu tenho todos os órgãos dos sentidos livres de faltas e encontrei o darma santo. Neste momento, é possível para mim fazer a prática de meditação que irá, certamente, beneficiar tanto a mim mesmo quanto aos outros. Portanto, é meu dever agir para benefício de todos os seres, que foram meus pais. Como uma medida temporária, eu devo fazer todos esses seres felizes e livres do sofrimento, e, então, como um benefício permanente, devo trazê-los todos à budeidade. Com o intuito de fazer isso, enquanto o samsara não for esvaziado, eu realizarei apenas ações virtuosas e irei praticar as meditações do caminho profundo com meu corpo, fala e mente.”

Devemos pensar desta maneira porque este é o método para desenvolver a bodhicitta de aspiração caracterizada pela compaixão que tem o benefício dos seres sencientes como objeto.

B. O DESENVOLVIMENTO DA BODHICITTA DA PRÁTICA CARACTERIZADA PELA COMPAIXÃO QUE TEM O DARMA COMO OBJETO DE CONSIDERAÇÃO

Refleta da seguinte maneira:

"Agora, eu não devo pensar apenas em empregar ações virtuosas de corpo, fala e mente para benefício dos seres sencientes, mas devo, imediatamente,

começar a trabalhar por eles. Por isso irei praticar a conduta¹ das seis paramitas⁵, ou o profundo desenvolvimento e aperfeiçoamento da meditação da sadhana e demais atividades. Irei praticar a verdade absoluta do estado de equilíbrio onde a mente é vazia, inerentemente clara e sem auto-substância, e livre de toda a elaboração conceitual (sPros-Bral). Ao manter este estado de equilíbrio, o coração da vacuidade e da compaixão, na lucidez do pós-meditação, minha própria mente irá ser o imutável (gNyug-Ma) caminho intrínseco (gNas-Lugs).

Todos estes estágios do caminho da iluminação que eu sigo não são compreendidos por todos os meus pais e mães cujas mentes estão impedidas de ver os métodos que permitem o despertar. Por todos eles eu sinto compaixão. Por considerar a tristeza da sua situação, espontaneamente, a compaixão surge.”

Esta é a bodhicitta da prática caracterizada pela compaixão que tem o darma como o seu objeto de consideração.

C. A BODHICITTA DA VERDADE ABSOLUTA CARACTERIZADA PELA COMPAIXÃO QUE É LIVRE DE REIFICAÇÃO

O caminho intrínseco da bodhicitta da verdade absoluta, é livre da elaboração conceitual e além da intelectualização. É a lucidez que é vazia e luminosa, livre de causas e de obscuridades. Neste estado, não há ‘seres sencientes’ que são ruins, nem ‘budas’ que são bons, e também não há ‘compaixão’ que tem um objeto conceitualizado. Portanto, esteja calmo no estado livre de intelectualização, sem conceitos de um eu que gera compaixão, de seres sencientes como objetos para gerar compaixão, ou de uma compaixão de conexão que seja realmente existente. Esteja calmo e inabalável no estado que está além de ser objeto dos pensamentos e que também é sem objeto de pensamento em si mesmo, livre de qualquer objeto de meditação, e livre de qualquer reificação conceitual da compaixão que os conecta.

Esta é a bodhicitta da verdade absoluta caracterizada pela compaixão que é livre de reificação.

Da bodhicitta de aspiração caracterizada pela compaixão que tem o benefício dos seres sencientes como seu objeto, vem o resultado de manifestar o modo do *nirmanakaya* quando a budeidade é atingida. Da bodhicitta da prática caracterizada pela compaixão que tem o darma como seu objeto de consideração, vem o resultado do modo de exibição do *sambhogakaya* quando a budeidade é atingida. Da bodhicitta da verdade absoluta com a compaixão livre da reificação vem o modo intrínseco do *dharmakaya* quando a budeidade é atingida.

Se, quando estiver realizando as quatro ações de permanecer, ir, comer e dormir, você lembrar de desenvolver a verdadeira pura bodhicitta, então, o que quer que você faça se

¹ No contexto da verdade relativa (N.T)

transformará em darma. No entanto, se você esquecer de desenvolver esta bodhicitta, então, mesmo que você acredite no darma dos sistemas avançados do *mahamudra*, *atiyoga* etc., você não será capaz de navegar no caminho verdadeiro. Por isso é muito importante gerar a pura bodhicitta.

A diferença entre o *mahayana* e o *hinayana* é apenas a diferença em termos de extensão, grande ou pequena, em que a bodhicitta é gerada. Também a extensão, grande ou pequena, em que os seres sencientes são beneficiados é simplesmente a extensão, grande ou pequena, em que a bodhicitta é gerada. Se você tem esta verdadeira e pura bodhicitta e pratica as profundas instruções, então mesmo se, nesta vida, você não tiver condições de beneficiar os outros, no futuro, o poder de esvaziar o samsara irá, verdadeiramente, vir até você.

Portanto, é necessário lembrar:

1. Comece toda a prática o darma por gerar bodhicitta.
2. Fazer a prática principal para benefício dos seres sencientes.
3. Na conclusão, dedique o mérito de quaisquer virtudes que tenha sido realizada para benefício de todos os seres sencientes.

Se você praticar desta maneira, você se tornará um yogui *mahayana*.

NOTAS

1. A bodhicitta tem três sentidos gerais: a intenção de ganhar a iluminação para benefício de todos os seres sencientes, a prática resultante desta intenção e também a mente iluminada em si mesma.
2. Os três sofrimentos básicos:
 - 1)O sofrimento da mudança, como quando uma situação boa se torna negativa, ou uma negativa se torna boa.
 - 2)O sofrimento do sofrimento, quando uma miséria vem em cima da outra e nunca há um descanso.
 - 3)O sofrimento pervasivo no qual tudo o que você faz, mesmo a menor coisa, é doloroso, de modo que nunca há satisfação duradoura ou contentamento. Ainda que este sofrimento esteja ocorrendo a todo o momento, é raramente reconhecido uma vez que nossas mentes estão entorpecidas e aturdidas pelas experiências grosseiras do samsara.
3. Os oito sofrimentos adicionais: 1. Nascimento. 2. Velhice. 3. Doença 4. Morte. 5. Medo de encontrar inimigos que não gostamos. 6. Medo de ser separado de amigos que gostamos. 7. Não conseguir o que se deseja. 8. Obter o que não se deseja.
4. Os dezesseis sofrimentos ou problemas: 1. As cinco aflições da assumpção, raiva, desejo, orgulho e inveja. 2.O entorpecimento mental e a confusão. 3. Ser pego por demônios. 4. Preguiça. 5. Falta de objetivo e falta de atenção. 6. Ter muito sofrimento advindo do carma passado. 7. Ser um servo e não ter seu próprio tempo livre. 8. Demonstrar uma forma religiosa como um meio para roubar ou conseguir comida (*Estes oito primeiros são ditos como sendo mentais em seu carácter*) 9. Preso por desejo. 10. Ter um carácter muito rude e

grosseiro. 11. Gostar do samsara e não ter renúncia. 12. Não ter fé. 13. Cometer muitos erros. 14. Não prestar atenção à religião de modo que o darma só se torna um barulho para o qual se diz “oh, sim” mas não se faz nada. 15. Quebrar os votos. 16. Quebrar os votos tântricos.

(Estes são ditos que surgem repentinamente)

5. As seis paramitas de generosidade, moralidade, paciência, diligência, estabilidade mental e conhecimento verdadeiro.

Traduzido por James Low e CR Lama. Revisado por James Low em Fevereiro de 2019.

Traduzido para o português por João Vale em Agosto de 2022.