

། རྒྱལ་ཡོང་གི་ལམ་གྱི་སྐད་ཀྱི་མཚན་ལུགས། །

CANÇÃO *da* VITÓRIA

COMPOSTO POR SUA SANTIDADE JIGME PHUNTSOK RINPOCHE

COMENTADO POR KHENPO SODARGYE



CANÇÃO DA VITÓRIA

O MARAVILHOSO SOM DO TAMBOR CELESTIAL*

Composto por Sua Santidade Jigme Phuntsok Rinpoche

Comentado por Khenpo Sodargye

2021

* Traduzido do inglês por Ana Nedochetko e revisado por Henrique Lemes em agosto de 2022.

O fato é que, embora o Buda tenha ensinado oitenta e quatro mil ensinamentos, nós não somos capazes de estudá-los em apenas uma vida. No entanto, agora que Sua Santidade resumiu esses ensinamentos nesta maravilhosa instrução fundamental, baseada em sua prática e realização, nós devemos valorizá-la e tentar compreender seu significado profundo.

— Khenpo Sodargye



Sua Santidade Jigme Phuntsok Rinpoche

Conteúdo

Texto Raiz	2
Comentários	8
Abertura	9
A importância do texto	9
O Contexto do Ensino	13
Título	16
Homenagem	19
Texto Principal	28
Encorajamento para praticar o Insuperável Vajrayana .	28
Encorajamento para Despertar a Mente de Bodhicitta .	36
Encorajamento para Despertar a Mente da Renúncia . .	45
Encorajamento para Desenvolver uma Personalidade Virtuosa	52
Encerramento	62
Dedicação	62
Colofão	63

Canção da Vitória

O Maravilhoso Som do Tambor Celestial

(Texto Raiz)

Composto por Sua Santidade Jigme Phuntsok Rinpoche

Texto Raiz

A1. Abertura

B1. Título

Canção da Vitória - O Maravilhoso Som do Tambor Celestial

B2. Homenagem

A personificação da sabedoria de todos os Budas, que são
os protetores de todos os seres sencientes,
Venerável Mañjughosa que aparece na forma de um
jovem menino,
Que você possa para sempre habitar no meu coração,
nos estames de uma lótus de oito pétalas,
Conceda-me suas bênçãos para que minhas palavras
beneficiem todos os seres sencientes.

A2. Texto Principal

B1. Encorajamento para praticar o Insuperável Vajrayana

C1. O Mérito de praticar o Insuperável Vajrayana

A Grande Perfeição, profunda e luminosa,

Apenas ouvir seus versos permite quebrar as raízes do
samsāra,
E através da prática por seis meses da sua essência para
atingir a liberação,
Possam todos vocês gravar isso em seus corações.

C2. As condições para a Prática do Vajrayana

Aqueles que, com grande fortuna, encontram tal
ensinamento supremo
Devem ter acumulado méritos em vidas passadas por
inúmeros éons
E possuem as mesmas condições para alcançar a
iluminação como Buda Samantabhadra.
Amigos do Dharma, que todos vocês sejam felizes.

B2. Encorajamento para Despertar a Mente de Bodhicitta

C1. Razões para Despertar Bodhicitta

Para o bem de todos os seres sencientes submersos no
temeroso oceano do samsāra,
Com o objetivo de ajudá-los a alcançar a felicidade eterna
do estado búdico,
Você deveria assumir a responsabilidade de beneficiar os
outros,
E abandonar o alimento venenoso da fixação a si mesmo.

C2. O Mérito em Despertar Bodhicitta

Isso impede a entrada para os reinos inferiores,
Permite que você atinja a felicidade dos reinos superiores,
E finalmente o conduz para a liberação última do samsāra,
Você deveria praticar esse ensinamento fundamental sem
distrair-se de maneira alguma.

B3. Encorajamento para Despertar a Mente da Renúncia

C1. O Mérito em Observar os Preceitos

Para todos os grandes eventos no samsāra,
Não tenha nenhum pensamento de desejo.
Observe os preceitos puros, o adorno maravilhoso do mundo,
Para o qual humanos e deuses fazem oferendas supremas.

C2. O Erro em Quebrar os Preceitos

Uma vez que toda a felicidade temporária e última
Resulta da observação dos preceitos puros,
E quebrar os preceitos leva ao renascimento nos reinos
inferiores,
Você deve fazer as escolhas corretas e não deve cair em
confusão.

B4. Encorajamento para Desenvolver uma Personalidade Virtuosa

C1. Razões para Desenvolver uma Personalidade Virtuosa

Cumpra sempre com seus amigos em palavras e ações
Seja uma pessoa íntegra preenchida com um coração repleto
de bondade.

A fim de beneficiar-se a longo prazo,
A instrução essencial é a de beneficiar os outros no
momento presente.

C2. O Mérito em Manter uma Personalidade Virtuosa

Esses são os requisitos puros para ser uma boa pessoa,
E os meios hábeis de todos os buddhas do passado, presente
e futuro,
Também a essência dos quatro dharmas que atraem,
Cada um de vocês, meus discípulos, jamais devem esquecer!

A3. Encerramento

B1. Dedicção

Eu dedico essa virtude para todos os seres sencientes,
Que eles possam transcender o abismo do samsāra.
Que todos os meus discípulos de coração alegrem-se
E renasçam no êxtase supremo da Terra Pura do Oeste.

B2. Colofão

*No décimo sétimo ciclo do Calendário Tibetano e no ano do Rato
de Fogo (1996), o Professor e seus discípulos superaram todos os*

obstáculos externos, internos e secretos. Nesse dia auspicioso, Ngwang Lodrö Tsungme ¹ celebrou a vitória e cantou extemporaneamente entre as quase cinco mil pessoas monásticas. Sadhu!

¹ Esse é um nome alternativo para Jigme Phuntsok Rinpoche.

Comentários para a *Canção da Vitória*

por Khenpo Sodargye

Aberturas

A importância do texto

O Contexto do Ensino

Título

Homenagem

A IMPORTÂNCIA DO TEXTO

As atividades do Dharma em vida de S.S Jigme Phuntsok Rinpoche podem ser divididas em seis fases principais. Cada fase é marcada por textos essenciais de instrução. Esses seis textos são respectivamente *Dawn Flush of Advice*, *Drops of My Heartfelt Advice*, *Nectar Drops of Advice*, *Song of Victory*, *Teaching of the Four Vehicles* e *Teaching during Magnetizing All that Appears and Exists*. Assim como os textos, existem também os ensinamentos conferidos por Sua Santidade logo antes de sua passagem para o nirvana.

Esses textos não são artigos comuns resultados de alguns anos de pesquisa acadêmica, mas sim a essência da sabedoria de Sua Santidade adquirida através de uma vida inteira de estudo, reflexão e prática. Sua realização, biografia e mérito considerável provaram que ele pode ser considerado um grande santo e um mestre iluminado em cada uma de suas vidas, desde a época de Buda Shakyamuni até a de Guru Padmasambhava. Ele não apenas acumulou carmas positivos em suas vidas anteriores, mas durante sua vida atual dedicou mais de 60 anos ao estudo, reflexão e prática dos ensinamentos do Buda, os quais ele começou por volta dos 5

anos de idade e continuou até seus 60 anos. Sua Santidade dedicou sua vida inteira aos seres sencientes e ao Budismo. Suas palavras e ensinamentos, vertidos de um poço profundo de sabedoria, são realmente muito preciosos.

A Canção da Vitória foi um vajra Doha extemporâneo cantada por Sua Santidade na frente de quase cinco mil ordenados da sangha no dia auspicioso da celebração da vitória, em 21 de Setembro de 1996, quando sua Santidade e seus discípulos dissiparam todos os obstáculos externos, internos e secretos.

Aqueles com sabedoria irão entender completamente o quão transcendente é A Canção da Vitória depois que a estudarem. No passado, quando Sua Santidade nos deu ensinamentos, no início não reconhecemos seu grande valor. No entanto, depois de uma contemplação constante do Dharma e com o passar do tempo, em conjunto com a exposição de várias doutrinas religiosas, nós percebemos que Sua Santidade é, de fato, o mais extraordinário dos seres humanos.

O fato é que, embora o Buda tenha ensinado oitenta e quatro mil ensinamentos, nós não somos capazes de estudá-los em apenas uma vida. No entanto, agora que Sua Santidade resumiu esses ensinamentos nesta maravilhosa instrução fundamental, baseada

em sua prática e realização, nós devemos valorizá-la e tentar compreender seu significado profundo.

Teoricamente falando, os praticantes do dharma deveriam estudar extensivamente ambos os sutras e os tantras, como os Cinco Grandes Tratados Mahayana. Mas a vida é curta e é difícil saber o quanto cada um irá viver. Em breves momentos, várias mudanças podem acontecer e nada é certo. Portanto, o estudo de um pequeno texto contendo uma grande instrução fundamental é de grande valor para todos os praticantes; caso contrário, eles podem não estar adequadamente preparados para quando chegar a hora de deixar este mundo.

Sua Santidade solicitou a toda sua linhagem de discípulos para ensinar ou cantar a Canção da Vitória uma vez antes de ensinar ou estudar um texto do dharma para que qualquer obstáculo que possa aparecer durante o processo seja dissipado. Da mesma forma, se alguém aspira seguir o Dharma, cantar esse texto previamente fará com que suas aspirações se tornem realidade e as protegerá de quaisquer obstáculos. Ademais, qualquer obstáculo que possa ser encontrado enquanto se estuda ou pratica o Dharma pode ser transformado em condições favoráveis apenas por ler este texto ou por levá-lo consigo para qualquer lugar. Portanto, Sua Santidade solicita continuamente que qualquer um que tome refúgio, ou que

confie nele, deve memorizar a Canção da Vitória e compreender seu significado profundo.

O CONTEXTO DO ENSINAMENTO

Em Setembro de 1995, Sua Santidade Jigme Phuntsok Rinpoche planejou uma visita a Taiwan e posteriormente ao Nepal a fim de ficar na caverna de Padmasambhava para um retiro do Buda Amitayus. Porém, depois de chegar em Chengdu, ele teve alguns problemas relacionados ao processo do pedido de seu passaporte. Ele também sofreu um agravamento em seu estado de saúde física e o hospital de Chengdu não pode diagnosticar a causa de sua doença. Em consequência disso, ele ficou em Chengdu por mais de cinco meses, permanecendo em um estado de Samadhi sem pronunciar nenhuma palavra, exceto durante suas refeições.

Certa noite, Sua Santidade teve um sonho em que o Venerável Atisha, Venerável Dromtönpa, Jamgön Mipham e Lama Lodrö apareceram para ele. Venerável Atisha silenciosamente lançou seu olhar gentil e amoroso para Sua Santidade. Venerável Dromtönpa disse: “Nós viemos aqui porque o Venerável Atisha está muito preocupado com você. Essas grandes ondas do oceano terminarão no dia 10 de março, você compreende as implicações?” (Com isso

ele quis dizer que Sua Santidade iria, nesse momento, recuperar-se completamente de sua doença). Então o Venerável Atisha e o Venerável Dromtönpa desapareceram.

Jamgön Mipham permaneceu sentado majestosamente, rezou para Padmasambhava vigorosamente em uma forma extremamente irada, a fim de dissipar todos os obstáculos externos, internos e secretos e para superar todos os males manifestados a partir de confusão e diferenciação. Depois disso, ele se transformou em um clarão de luz e desapareceu.

Lama Lodrö concedeu alguns conselhos misericordiosos: “Você deveria residir no estado luminoso da Grande Perfeição, a grande união de aparência e vacuidade. Fora desse estado profundo de concentração, você deverá beneficiar todos os seres sencientes com bodhichitta, trocando o sofrimento alheio por sua felicidade. Assim, todas as condições desfavoráveis irão desaparecer na vacuidade.” Ele também concedeu outros ensinamentos e então também se dissolveu na luminosidade.

Depois desse sonho, Sua Santidade lentamente começou a se recuperar e, como previsto pelo Venerável Dromtönpa, sua saúde estava completamente recuperada no dia 10 de Março. Ao retornar para Larung Gar, todos os seus discípulos ofereceram para Sua Santidade uma cerimônia de boas-vindas. Ele cantou a *Canção*

da Vitória extemporaneamente em conjunto com a assembleia quádrupla de todos os discípulos. A felicidade de todos naquele momento era indescritível. Sua Santidade nomeou a assembleia dos discípulos de Han como a Terra Vitoriosa Subjugadora de Mara, indicando a grande vitória.

TÍTULO

A1. Abertura

B1. Título

Canção da Vitória - O Maravilhoso Som do Tambor Celestial

O Significado do Título

No título, “Vitória” significa que os praticantes são capazes de dissipar todos os obstáculos externos, internos e secretos e alcançar a completa vitória através das bênçãos do Guru e das Três Joias. “Som” refere-se a um doha, uma composição cantada extemporaneamente por um ser iluminado com um certo nível de realização. “Tambor Celestial” é um grande tambor no trigésimo terceiro céu, cuja aparência se deve aos grandes méritos dos seres celestiais.

Essa Canção da Vitória é descrita pela metáfora “O Maravilhoso Som do Tambor Celestial” porque esse tambor tem um som natural que significa: “todos vocês, seres celestiais, não temam”. Como quando os seres celestiais estavam combatendo os asuras e, com a ajuda do maravilhoso som do Tambor Celestial, eles foram capazes de derrotar os asuras e vencer a batalha. Em consequência, o título desenha essa analogia entre “Canção da Vitória” e “O Maravilhoso

Som do Tambor Celestial”. Esse curto texto contém a essência de todos os ensinamentos sutrayana e tantrayana, como também instruções profundas da vida de prática de Sua Santidade.

Os Quatro Aspectos do Caminho

Em “Os Três Principais Aspectos do Caminho”, Lama Tsongkhapa debate três aspectos principais que são renúncia, bodhichitta e sabedoria não dual. Entretanto, nesse pequeno texto, Sua Santidade resume o caminho inteiro da iluminação em quatro aspectos principais, incluindo o aspecto adicional da personalidade virtuosa. Além disso, a sabedoria não dual pode ser explicada em ambos os caminhos Mahayana e Vajrayana. Na “Canção da Vitória”, a sabedoria não dual é descrita da perspectiva da Grande Perfeição, ou Dzogchen, o mais alto nível de realização da prática Vajrayana, baseada na visão de vacuidade dos ensinamentos Mahayana.

A realização da Grande Perfeição é a iluminação mais desejável, digna de ser buscada pelos praticantes espirituais. Qual é o pré requisito para tal iluminação? É bodhichitta. Sem bodhichitta, como Shantideva diz no “O Caminho do Bodhisattva”, não há como alcançar a completa iluminação, não importa quanto mérito supremo alguém detenha. Então, como pode bodhichitta surgir na mente de alguém? Para que isso ocorra, primeiro é necessário

possuir uma mente de renúncia, a qual é derivada de uma personalidade virtuosa. Portanto, a sequência de prática deveria ser: uma personalidade virtuosa para ser uma boa pessoa, uma mente de renúncia para abandonar todo o apego mundano, a aspiração de bodhichitta para guiar todos os seres ao estado búdico e, eventualmente, a prática do Dzogchen para atingir a iluminação completa em uma única vida. Esses são os aspectos do caminho que são resumidos nesta Canção da Vitória.

HOMENAGEM

B2. Homenagem

A personificação da sabedoria de todos os Budas, que são
os protetores de todos os seres sencientes,
Venerável Mañjughosa que aparece na forma de um
jovem menino,
Que você possa para sempre habitar no meu coração,
nos estames de uma lótus de oito pétalas,
Conceda-me suas bênçãos para que minhas palavras
beneficiem todos os seres sencientes.

Devoção Sincera a Mañjuśrī

Nesse verso, Sua Santidade Jigme Phuntsok Rinpoche está dizendo que todos os buddhas de todos os mundos das dez direções são os protetores de todos os seres sencientes e que a sabedoria agregada de todos os buddhas das dez direções está corporificada em Mañjuśrī que aparece como um jovem menino para beneficiar a todos os seres sencientes. Então nós rezamos para que Mañjuśrī

preencha nossos corações de lótus de oito pétalas com sua luz brilhante excepcionalmente abençoada e para que permaneça perpetuamente nos estames do meu coração de lótus. Nós rezamos para que, com o poder da compaixão de Mañjuśrī, nossas palavras possam universalmente beneficiar todos os seres sencientes nesse mundo.

Aqui uma analogia é elaborada entre o lótus de oito pétalas e o coração, o que possui vários significados externos, internos e secretos no Vajrayāna e que não serão discutidos em detalhe aqui.

Essa é uma homenagem a Mañjuśrī. Sua Santidade Jigme Phuntsok Rinpoche considerava Mañjuśrī como sua principal deidade após encontrar Mañjuśrī em pessoa no Monte Wutai,² toda vez que ele vai compor um tratado, ele primeiro presta homenagem a Mañjuśrī. Isso demonstra sua fé extraordinária em Mañjuśrī.

Sua Santidade, desde sua infância, sempre teve afinidade com Mañjuśrī. De acordo com sua biografia, ele recitava o mantra de Mañjuśrī *Om Arapacana Dhīh* em voz alta quando criança, logo depois de nascer. Aos seis anos ele descobriu uma cópia do *Discurso do Leão de Mañjuśrī*, escondido em uma pilha de pedras e percebeu um verso final, dizendo que havia um homem na Índia, com

² Monte Wutai ou Wutai Shan é a morada sagrada de Mañjuśrī na China central.

noventa e nove anos que, após apenas um dia de prática, atingiu a iluminação quando Mañjuśrī apareceu diante dele.

Sua Santidade pensou: “Se alguém nessa idade pôde encontrar Mañjuśrī depois de apenas um dia de prática, eu seria capaz de praticar e atingir a iluminação sem problemas, pois estou começando em tenra idade”. Ele estava muito feliz e praticou com total concentração por alguns dias. Consequentemente, ele experienciou muitos sinais de realização e, naturalmente, dominou todas as escrituras e comentários do sutra e do tantra.

Sua Santidade frequentemente enfatizava que os praticantes do Dharma deveriam cantar o mantra de Mañjuśrī regularmente e rezar para Mañjuśrī muitas vezes, pois o poder das bênçãos de Mañjuśrī são muito especiais, comparada com as de outros buddhas. Como seres comuns, nós não podemos determinar se as bênçãos do Buddha Śākyamuni são mais poderosas do que as bênçãos do Bodhisattva Mañjuśrī, mas é bastante possível fazer um julgamento razoável de acordo com sutras relevantes, uma vez que isso foi explicado em sutras correlatos.

Na superfície, Mañjuśrī aparece apenas como um bodhisattva. Mas baseado no que é mencionado nos sutras, ele alcançou o estado búdico há muito tempo e ele é a personificação da sabedoria agregada de todos os buddhas e bodhisattvas de todos os mundos

das dez direções e é considerado o pai de todos os buddhas. Ele guiou infinitos seres sencientes para alcançar o estado búdico por motivá-los a despertar bodhicitta. Logo, o poder de suas bênçãos são inconcebivelmente incríveis.

Todos podem se beneficiar das bênçãos de Mañjuśrī. A chave está em saber se alguém tem fé autêntica nele ou não. Uma vez quando eu visitei o Monte Wutai, eu estava completamente cheio de esperança de que eu veria Mañjuśrī em pessoa e, no final, apesar de não ter visto Mañjuśrī, eu estava certo de que havia recebido algumas bênçãos que me permitiram memorizar e recitar completamente alguns textos do Dharma após ter lido apenas algumas vezes. Então eu diria que pessoas diferentes têm níveis diferentes de fé, mas, enquanto elas forem abençoadas por Mañjuśrī, todas as escrituras e comentários do Sutrayana e Tantrayana se manifestarão em suas mentes. Se alguém rezar constantemente para Mañjuśrī, bênçãos de todos os buddhas poderão ser integradas e transmitidas no continuum de suas mentes.

A Grande História de Mañjuśrī³

Certa vez quando o Buddha estava ensinando o Dharma no Pico dos Abutres, na cidade localizada abaixo do monte, havia uma cortesã de nome Maravilhoso Raio Dourado. Ela era muito bonita

³ Mais detalhes podem ser encontrados no *Mañjuśrīvikrīditaśūtra*, traduzido por Dharmarakṣa do sânscrito para o chinês na dinastia Jin.

e sedutoramente atraente. Porém, mais surpreendente, seu corpo inteiro brilhava com uma aura dourada. Assim, o imperador, ministros e toda sorte de homens tornavam-se extremamente encantados por ela. Apesar de ser apenas uma cortesã de casta inferior, uma grande multidão sempre a cercava.

Certo dia ela estava acompanhando o filho de um comerciante em uma viagem de compras no mercado. Eles planejavam se divertir em um parque de diversões. Pelo caminho, Mañjuśrī transformou-se em um belo jovem, pois sabia que as circunstâncias estavam prontas para a iluminação de Maravilhoso Raio Dourado. Seu corpo brilhava em uma luz extraordinária e deslumbrante. Maravilhoso Raio Dourado percebeu que a luz que irradiava do jovem em muito superava seus próprios raios dourados e enquanto ela permanecia na luz dele, sua própria luz se dissipava. Ela ficou ávida pelas roupas dele e imediatamente abandonou o filho do comerciante, saindo do veículo em que estavam viajando, tentada a seduzir o jovem com sua beleza.

Naquele momento, Mañjuśrī incitou Vaiśravaṇa a dizer para Maravilhoso Raio Dourado, “você não deve ter inveja do jovem, pois ele é o Bodhisattva Mañjuśrī que é o conjunto da sabedoria de todos os buddhas. Ele pode atender a todos os seus desejos. O que você precisa?”. Maravilhoso Raio Dourado disse “eu não preciso de nada exceto de suas belas roupas”. Mañjuśrī então respondeu

“se você entrar na porta de bodhi, eu lhe darei minhas roupas”. Como ela não compreendeu o que isso implicava, Mañjuśrī então começou a dar instruções detalhadas.

No Pico dos Abutres o Buddha Śakyamuni expressou seu apreço dizendo “Muito bom!” durante o ensinamento de Mañjuśrī, o qual foi tão profundo que abalou o cosmos de um bilhão de universos. O séquito de Mañjuśrī perguntou ao Buddha por que ele estava dizendo aquilo. O Buddha respondeu “O Bodhisattva Mañjuśrī está enunciando o Buddhadharma com compaixão e sabedoria a fim de iluminar uma cortesã. Vocês devem ir até lá se quiserem escutar”. Muitos discípulos do Buddha foram até lá para ouvir os ensinamentos de Mañjuśrī. Alguns alcançaram a pureza do olho do Dharma e viram a verdade pura e claramente. Outros alcançaram a completa compreensão da verdade do não nascimento; alguns alcançaram a fruição do não retorno. Dezenas de milhares de seres sencientes foram beneficiados após escutarem os ensinamentos de Mañjuśrī.

Maravilhoso Raio Dourado desenvolvera um firme entendimento da teoria de que nada possui existência real. Ela realmente queria seguir Mañjuśrī e viver sua vida como uma monja budista. Mas Mañjuśrī disse a ela que o caminho da renúncia não necessariamente significava raspar a cabeça, mas sim na prática diligente do Buddhadharma e na renúncia do interesse próprio em benefício

de outros. Mañjuśrī também a aconselhou a voltar para o veículo do filho do comerciante e partir com ele.

Quando Maravilhoso Raio Dourado e o filho do comerciante retornaram ao parque de diversão, eles ficaram cara a cara com a impermanência enquanto ela morria em seus braços. Em um primeiro momento, ele ficou muito triste. Mas enquanto seu corpo começou a apodrecer gradualmente, com sangue e pus derramando de seus olhos, ouvidos, narinas e boca, e um cheiro desagradável emanava de seu corpo, o filho do comerciante ficou extremamente assustado e correu para o Pico dos Abutres para buscar proteção do Buddha Śākyamuni. O Buddha Śākyamuni transmitiu o Buddhadharma para ele e ele atingiu a plena compreensão da verdade do não nascimento. O Buddha então previu: “devido ao empoderamento do Bodhisattva Mañjuśrī ao inspirar sua motivação, Maravilhoso Raio Dourado atingirá o estado búdico no futuro, com nome Buddha da Luz Preciosa. E o filho do comerciante irá se tornar um bodhisattva agindo em seu nome, chamado Bodhisattva Brilho Virtuoso”.

O filho do comerciante estava confuso, “Por que a discípula do Bodhisattva Mañjuśrī, Maravilhoso Raio Dourado, irá alcançar o estado búdico? Mas eu, como discípulo do Buddha, irei apenas me tornar um bodhisattva?” Ele não conseguia entender isso. O

Buddha disse, “Os méritos do Bodhisattva Mañjuśrī são inconcebíveis. Eu também fiz meu voto inicial de desenvolver bodhicitta na frente de Mañjuśrī, assim como o fizeram um número incomensurável de buddhas no passado; assim como o incomensurável número de buddhas do presente e como farão o incomensurável número de buddhas do futuro”.

A Motivação Correta para Receber os Ensinamentos

Sua Santidade Jigme Phuntsok Rinpoche não compôs esse texto para se recuperar de sua grave doença, nem pelo desejo de ficar saudável ou para atingir felicidade para si mesmo. Mas sim, ele rezou pelas bênçãos de Mañjuśrī a fim de beneficiar todos os seres vivos temporariamente ou derradeiramente, através de suas palavras e ensinamentos. Da mesma forma, nós também devemos examinar nossos motivos ao receber seus ensinamentos. Algumas pessoas se atrapalham sem qualquer propósito. Elas olham os outros indo para os ensinamentos e então elas os seguem sem qualquer propósito específico. De fato, o propósito em receber ensinamentos do Dharma deveria ser para beneficiar inúmeros seres sencientes, e não apenas para benefício próprio. Cada praticante deveria ajustar sua motivação assim.

Texto Principal

Encorajamento para praticar o Insuperável Vajrayana

Encorajamento para Despertar a Mente de Bodhicitta

Encorajamento para Despertar a Mente da Renúncia

Encorajamento para Desenvolver uma Personalidade Virtuosa

ENCORAJAMENTO PARA PRATICAR O INSUPERÁVEL VAJRAYANA

A2. Texto Principal

B1. Encorajamento para praticar o Insuperável Vajrayana

C1. O Mérito de praticar o Insuperável Vajrayana

A Grande Perfeição, profunda e luminosa,

Apenas ouvir seus versos permite quebrar as raízes do

samsāra,

E através da prática por seis meses da sua essência para

atingir a liberação,

Possam todos vocês gravar isso em seus corações.

O Incrível Mérito do Dzogchen

O incomparável Dzogchen, ou Grande Perfeição proclamando a essência luminosa de tathāgatagarbha, é difícil para pessoas comuns o entenderem completamente e, portanto, é frequentemente criticado por aqueles com pouca sabedoria. No entanto, pode-se cortar as causas raízes do samsāra simplesmente por ouvir seus

versos e, aqueles com grandes capacidades são capazes de atingir a liberação se praticarem sua essência diligentemente por seis meses. Portanto, nós todos deveríamos ter essa Grande Perfeição profundamente gravada em nossos corações.

A Grande Perfeição é a essência de todos os sūtras e tantras e seus méritos vão além de toda descrição. As pessoas podem atingir a liberação apenas ouvindo suas palavras, tocando seus textos, fixando eles em seus corpos, ou entendendo seu significado. De acordo com Āryadeva em *Quatrocentas Stanzas do Caminho do Meio*, pessoas com dúvidas sobre a vacuidade ainda são capazes de quebrar a existência cíclica dos três reinos. Isso é ainda mais verdade para aqueles que aprenderam o insuperável Vajrayāna.

Se alguém praticar o Dzogchen com fé extraordinária e forte convicção, seguindo a sequência das práticas preliminares, principais e finais, essa pessoa deve atingir a liberação em seis meses. Isso é declarado no *Vajra Pañjara Tantra* “Se alguém estiver praticando por seis meses com fé e convicção inabaláveis, será capaz de alcançar o fruto do Vajradhara”. Isso é também mencionado no *Tantric Solemm Oath*, “Com fé e convicção determinadas, atingir-se-á os frutos do Vajradhara em seis meses”. Isso também é afirmado no *Chetsun Nyingthig* e no *Longchen Nyingthig*.

Logo, a Grande Perfeição é verdadeiramente transcendente. Jamgön

Mipham disse em seus ensinamentos “Nessa era degenerada, seres sencientes estão sobrecarregados com aflições profundas e pesadas que não podem ser facilmente mitigadas por outros métodos do Dharma. Mas pode-se abandonar completamente todas as aflições com a insuperável Grande Perfeição”.

Aqui Sua Santidade nos conta que a Grande Perfeição é tão extraordinária que nós não devemos abandoná-la ou difamá-la. Se alguém realmente não consegue despertar fé nela, não há problema em deixá-la de lado ou expor suas dúvidas para professores autênticos. No entanto, não se deve preconceber ideias negativas sobre o Vajrayāna sem uma razão apropriada.

Um Exemplo Incrível de uma Praticante do Dzogchen

Eu testemunhei pessoalmente alguns praticantes do Dzogchen que alcançaram a realização do Dzogchen e tiveram aparições auspiciosas antes da morte. E eu fiquei particularmente impressionado com uma bhiksunī Han de nome Ming Hui. Abaixo a sua história.

Ming Hui tinha grande fé no Vajrayāna. Originalmente, ela estava sendo tratada de uma doença na área de Han. Depois, ela descobriu que Sua Santidade Jigme Phuntsok Rinpoche iria ensinar o Dzogchen no Larung Gar. Ela reconheceu a impermanência da vida e, sem saber quanto tempo ela teria para viver, decidiu voltar

para Larung Gar para receber os ensinamentos. Sua Santidade lecionou sobre *Finding Comfort and Ease in the Nature of Mind* de Longchenpa por cem dias e ela estudou diligentemente durante esse período.

Em primeiro de Setembro de 1993, depois dos ensinamentos terem terminado, ela retornou para a área de Han para receber mais tratamentos do doutor. Em primeiro de Março de 1994, a cuidadora e amiga do Dharma dela, bhiksunī Zhen Ru, me ligou do Monastério Jinfeng, onde estavam morando, dizendo que Ming Hui tinha morrido e que no momento de sua passagem, ela sustentou uma posição sentada digna rezando para seu guru da linhagem e para Amitābha. Quando seu corpo começou a atrofiar, numerosos sinais auspiciosos apareceram. Foi exatamente após seis meses da conclusão dos ensinamentos até o dia de sua morte, nem um dia a mais ou a menos. Isso é realmente uma ocorrência muito rara.

Bhiksunī Ming Hui nem sempre aparentou ser a mais talentosa intelectualmente, no entanto, sua fé era realmente muito forte. Os pré-requisitos para aqueles com grandes capacidades para praticar a Grande Perfeição são, principalmente, sua fé e convicção. Aqueles com fé mais forte em seus gurus e nas Três Jóias e especialmente no Vajrayāna, que não abandonarão sua fé até mesmo no leito de morte, irão realmente alcançar grandes realizações. Logo, Sua Santidade disse que “é muito difícil encontrar a Grande Perfeição durante

essa era degenerada, pois é um caminho tão extraordinário”. Nós devemos manter firmemente essas palavras em nossos corações.

As Práticas Preliminares do Dzogchen

Atualmente, muitos seguidores Vajrayāna acreditam que se deve confiar na pureza ou luminosidade a fim de efetivamente encontrar a verdadeira natureza da mente. De fato, como um praticamente comum, deve-se começar com as práticas preliminares para então se tornar capaz de seguir na prática principal. Venerável Longchenpa, Jamgön Mipham e Sua Santidade Jigme Phuntsok Rinpoche estabeleceram requisitos rigorosos para a prática do Dzogchen. É crucial respeitar essa sequência de prática, de outra forma pode-se ter dificuldade para alcançar a realização adequada. É como tentar pintar lindos afrescos nas paredes de um edifício quando sua fundação ainda não foi estabilizada. Consequentemente, nós devemos apenas começar a pintar as paredes depois que sua fundação estiver segura e protegida.

C2. As condições para a Prática do Vajrayana

**Aqueles que, com grande fortuna, encontram tal
ensinamento supremo**

**Devem ter acumulado méritos em vidas passadas por
inúmeros éons**

**E possuem as mesmas condições para alcançar a
iluminação como Buda Samantabhadra.
Amigos do Dharma, que todos vocês sejam felizes.**

As Mesmas Condições com Buddha Samantabhadra

Aqui “ensinamento supremo” refere-se ao grande ensinamento do Dzogchen e “aqueles com grande fortuna” refere-se àqueles que receberam a iniciação ou escutaram aos ensinamentos da Grande Perfeição, ou àqueles que têm uma conexão auspiciosa semelhante com o Dzogchen. Sua Santidade diz “Aqueles que tiveram a oportunidade de encontrar a Grande Perfeição, isso é resultado dos méritos acumulados por muitas vidas. Ser capaz de encontrar tal ensinamento é como compartilhar circunstâncias cármicas semelhantes com o Buddha Samantabhadra, situação que é digna de alegria e deleite”.

Todos nós que tivemos a boa fortuna nessa vida de ter conhecido nossos gurus, de receber seus ensinamentos no Vajrayāna e de ter recebido empoderamento e instruções essenciais. Tais encontros maravilhosos com o Vajrayāna são resultado de carma positivo acumulado em inúmeras vidas anteriores. Venerável Longchenpa fez duas conclusões no *The Treasury of the Supreme Vehicle*:

(i) Tendo em vista que nós encontramos o inigualável Vajrayāna nessa vida, nós devemos ter feito oferendas e acompanhado um número infinito de buddhas, e também ter sido seus seguidores ou discípulos em nossas vidas passadas.

(ii) Tendo em vista que nós encontramos o inigualável Vajrayāna, nós iremos, definitivamente, atingir a realização em nossa vida presente, durante o bardo ou em uma vida futura.

Então, de acordo com as conclusões da lógica Budista, se alguém escutou e estudou o Vajrayāna, essa pessoa deve possuir uma afinidade transcendental com o Buddha Samantabhadra que nos permitiu encontrar o Dzogchen nessa vida presente. É por causa desse Dharma tântrico transcendental que Samantabhadra alcançou o estado da liberação em uma fração de segundo. Encontrar tal ensinamento supremo é uma acumulação de nossos carmas positivos em inúmeras vidas passadas.

Como é dito no Sutra Prajñāpāramitā, uma pessoa que estava perdida e vagando pela floresta teria a sensação de estar perto de uma aldeia quando visse um pastor. Do mesmo modo, uma vez que encontramos o guru vajra que nos guia no caminho Vajrayāna, como um peixe que foi enganchado e certamente será puxado para a margem, nós seremos liberados em breve.

Não Quebre os Votos do Vajrayāna

No entanto, se alguém difama o Vajrayāna ou trai o guru e seus ensinamentos, as consequências serão muito sérias. Os votos Vajrayāna são muito rigorosos e, se alguém os quebra, essa pessoa certamente acumulará carma negativo, o que pode levar essa pessoa aos reinos inferiores. Isso se aplica não apenas aos votos Vajrayāna, mas também aos votos do bodhisattva e até mesmo os preceitos dos Budistas leigos que são também muito exigentes. Se alguém toma refúgio nas Três Jóias hoje e critica as Três Jóias amanhã, certamente essa pessoa irá afundar nos três reinos inferiores. Assim, Sua Santidade disse em outro ensinamento que contanto que não se quebre os votos nesta vida presente, alguém será beneficiado na próxima vida mesmo se não praticar diligentemente. Praticantes Vajrayāna devem ser determinados a manter os votos nessa vida presente.

ENCORAJAMENTO PARA DESPERTAR A MENTE DE BODHICITTA

B2. Encorajamento para Despertar a Mente de Bodhicitta

C1. Razões para Despertar Bodhicitta

Para o bem de todos os seres sencientes submersos no
temeroso oceano do samsāra,
Com o objetivo de ajudá-los a alcançar a felicidade eterna
do estado búdico,
Você deveria assumir a responsabilidade de beneficiar os
outros,
E abandonar o alimento venenoso da fixação a si mesmo.

Por que Nós Devemos Assumir a Responsabilidade do Altruísmo?

Nós devemos assumir a imensa responsabilidade de beneficiar os outros ao abandonar a inútil e perigosa fixação aos nossos egos, para ajudar os seres sencientes mergulhados no ciclo horroroso do samsāra a atingir a felicidade última do estado búdico.

Em geral, os seres vivos podem ser classificados em duas categorias. Primeiro, os seres iluminados são aqueles que já alcançaram a paz e a felicidade, temporária ou definitivamente. Esses são arhats, pratyekabuddhas, bodhisattvas, como também buddhas que atingiram méritos perfeitos e sabedoria. Os outros incluem seres iludidos ou ignorantes que nunca experimentaram tal paz e felicidade obtida pela iluminação e são dirigidos pelo carma a chafurdar no samsāra e expostos a circunstâncias perigosas.

Samsāra significa vagar ou seguir em frente sem interrupção. Existem seis reinos de seres no samāra: deuses, asuras, seres humanos, animais, fantasmas famintos e seres dos infernos. Todos esses seres vagueiam pelos seis reinos. Alguns podem ser elevados aos três reinos superiores, em que o sofrimento não é intenso. Mas alguns podem ser instantaneamente dragados no abismo dos três reinos inferiores por seu próprio carma negativo. Como é dito por Candrakirti em seu *Introdução ao Caminho do Meio*:

Os seres pensam “eu” em primeiro e se agarram ao ego;

Eles pensam em “meu” e são apegados às coisas.

Eles então se tornam desamparados como baldes em uma roda d’água,

E por compaixão por tais seres, eu me curvo!

Baseado nos ensinamentos autênticos e nas percepções pessoais dos buddhas e bodhisattvas iluminados, nós aprendemos claramente

que seres iludidos foram, previamente, nossos parentes que agora estão em sofrimento. Eles cuidaram de nós com tanto cuidado que estamos intimamente ligados uns aos outros. Apesar de não nos reconhecerem agora, qualquer pessoa com alguma consciência jamais os deixaria para trás para buscar sua própria paz e felicidade, mas também procuraria dar-lhes tanta paz e felicidade quanto possível. Isso é, para liberá-los do terrível oceano do samāra e atingir a suprema iluminação.

Assim, nós precisamos assumir a responsabilidade de ajudá-los a obter felicidade temporária por fornecer a eles boa comida e roupas, enquanto, ao mesmo tempo, guiamos eles a alcançar a felicidade última através da realização dos arhats, bodhisattvas e buddhas. Nós devemos, tanto quanto possível, livrar-nos do veneno que é o egoísmo para evitar sérias retribuições a nós mesmos. Está dito no *Caminho do Bodhisattva* de Śāntideva:

*Se para servir a mim mesmo eu prejudico outro,
Eu vou sofrer mais tarde nos reinos dos infernos.
Se por causa dos outros eu me machuco,
Toda excelência será a minha herança.*

Descarte o Apego Venenoso a Si Mesmo

Quando Ra Lotsawa⁴ estava meditando em sua deidade em um

⁴ Nessa figura, ver Cuevas 2015

lugar quieto, ele percebeu que gostaria de estar nesse tipo de retiro solitário por toda sua vida. Mas um dia sua deidade lhe disse “Você também pode sair para beneficiar os seres. Os méritos de fazer isso, mesmo por um breve momento, serão muito maiores do que meditar diligentemente em sua divindade e em isolamento silencioso por bilhões de éons”. Portanto, os méritos em ser altruísta e ajudar os outros são muito maiores do que a penitência egocêntrica mesmo por anos sem fim.

Outra vez, no *Caminho do Bodhisattva* de Sântideva é dito:

Todo o deleite que o mundo contém

Veio através do desejo de felicidade para os outros.

Toda a miséria que o mundo contém

Veio por querer prazer para si mesmo.

Portanto, nós não devemos permitir que nossa bodhicitta se afaste no curso de nossa prática. Patrul Rinpoche também disse: “se você praticar a insuperável Grande Perfeição sem a premissa de bodhicitta, ela se tornará a prática do Hīnyāna ou Tīrthika.

Isso foi porque Sua Santidade Jigme Phuntsok Rinpoche disse que o egoísmo é como um veneno, uma excelente metáfora que nós devemos contemplar frequentemente. As pessoas com um grande senso egoísta irão em algum momento fracassar, independentemente de onde estiverem situados. A maioria dos nossos

argumentos, aflições e disputas são produtos do egoísmo, o qual não apareceria se nós nos tornássemos altruístas. Assim, nós deveríamos aspirar em direção a esse objetivo para nos tornarmos realmente bodhisattvas.

De fato, nós não precisamos prestar muita atenção ao que as pessoas falam, mas, ao invés disso, devemos fazer o possível para beneficiar outros enquanto ainda estamos vivos e aptos. Se as pessoas estão cientes do que estamos fazendo ou não, está tudo bem de qualquer maneira. Eu acredito que algumas das coisas que nós fizemos podem nunca ser conhecidas por outras pessoas em nossa vida, mas todos os buddhas e bodhisattvas, assim como os gurus, irão saber claramente. A lei da causalidade irá sempre prevalecer. Ao invés de ser contaminado por todos os tipos de preocupações mundanas, nós deveríamos apenas tentar nosso melhor para beneficiar os outros.

C2. O Mérito em Despertar Bodhicitta

**Isso impede a entrada para os reinos inferiores,
Permite que você atinja a felicidade dos reinos superiores,
E finalmente o conduz para a liberação última do samsāra,
Você deveria praticar esse ensinamento fundamental sem
distrair-se de maneira alguma.**

O Mérito de Bodhicitta

Os méritos de despertar bodhicitta incluem: bloquear o portão para reinos inferiores, permitindo-nos obter paz e felicidade temporária nos reinos superiores dos seres humanos e deuses e nos possibilita atingir a liberação última do samsāra. Com o entendimento desse fato, todo praticante do Dharma deveria focar na prática desse ensinamento fundamental.

Os méritos de bodhicitta, seja a aspiração de bodhicitta ou a ação de bodhicitta, são incomensuráveis e ilimitados. Isso foi abordado em detalhes em *Compêndio dos Treinamentos, Caminho do Bodhisattva* e outros sūtras Mahāyāna. De maneira simples, os méritos de bodhicitta podem ser manifestados de duas maneiras:

(i) Se alguém desperta bodhicitta genuína, todos os karmas negativos podem ser eliminados de seu continuum mental e, como resultado, as portas para reinos inferiores são fechadas. Śāntideva fala:

*Assim como no fogo do final dos tempos,
Grandes pecados são totalmente consumidos por bodhicitta.
Dessa forma seus benefícios são infinitos,
Como o Sábio e Amoroso Mestre explicou para Sudhana.*

Os grandes pecados referem-se a karmas negativos pesados que são

difíceis de purificar, como aqueles acumulados através dos cinco crimes com retribuição imediata,⁵ ou por criticar o Dharma. Mas todos eles podem ser eliminados no momento em que bodhicitta surgir na mente, como o fogo do final dos tempos esgotando o mundo inteiro. Se o karma negativo é purificado, não haverá chances de cair para os reinos inferiores.

Logo, Sua Santidade diz que uma pessoa com bodhicitta não cairá nos reinos inferiores. Nós devemos tentar nosso melhor para gerar bodhicitta antes de nossa morte, e devemos ter certeza que nossa bodhicitta não é limitada depois que ela surgir. Dessa forma, nós iremos evitar o renascimento nos reinos inferiores.

(ii) Com bodhicitta, as raízes virtuosas se tornarão ainda mais fortes. Consequentemente, pode-se obter renascimento como ser humano ou deus para aproveitar toda a paz e felicidade temporária dos reinos superiores. Além disso, pode-se aperfeiçoar todos os méritos dos cinco caminhos e bhūmis e atingir a fruição última e insuperável do estado búdico.

Assim, os benefícios de bodhicitta são realmente imensos para os seres vivos. Sântideva também falou:

*A corrente que dissipa a dor,
Que causa alegria para aqueles que vagam pelo mundo -*

⁵ Ver Lopez e Buswell 2016: 40-1

*A atitude preciosa, essa jóia da mente,
Como deveria ser medida ou qualificada?*

Conclusão feita pelos Buddhas

Essa é a conclusão feita pelos buddhas através de contemplações prolongadas, com sua sabedoria insuperável em inúmeros éons. Assim como alguns cientistas dedicam-se à pesquisa por um longo período de tempo, para que possam inventar alguma coisa que eles acreditam ser de grande benefício para a humanidade. Similarmente, o Buddha revelou que bodhicitta traria o maior benefício para todos os seres vivos. Depois de repetidas observações por um longo período de tempo, descobriu-se que inumeráveis seres vivos podem prontamente atingir os frutos supremos do estado búdico despertando bodhicitta em suas mentes. Portanto, Śāntideva disse:

*Os grandes buddhas, contemplando profundamente por muitos anos,
Viram que isso, e apenas isso, irá salvar
As multidões infinitas,
E trazê-las facilmente à felicidade suprema.*

Por isso Sua Santidade encoraja todos seus discípulos para cultivar bodhicitta e praticar esse ensinamento fundamental sem distração. Nós não devemos permitir que nossas mentes sejam tentadas pelas oito preocupações mundanas e perder nossa direção. Nós devemos

praticar seriamente as instruções essenciais de bodhicitta, pois é a mais importante e preciosa abordagem entre todas as práticas.

ENCORAJAMENTO PARA DESPERTAR A MENTE DA RENÚNCIA

B3. Encorajamento para Despertar a Mente da Renúncia

C1. O Mérito em Observar os Preceitos

Para todos os grandes eventos no samsāra,

Não tenha nenhum pensamento de desejo.

**Observe os preceitos puros, o adorno maravilhoso do
mundo,**

Para o qual humanos e deuses fazem oferendas supremas.

A Verdadeira Mente de Renúncia

A fim de atingir a liberação última do samsāra, nós não devemos ter nem mesmo o menor pensamento de desejo em relação ao brilho e à riqueza deste mundo comum. Ao invés disso, nós devemos conscientemente observar os preceitos puros, aos quais humanos e deuses fazem suas oferendas transcendentais.

Àqueles que esperam fugir da reencarnação e atingir a liberação, a obtenção de fama, poder, status social e prazer sensual deveria ser totalmente insignificante e não deveria incitar nenhum desejo dentro deles. Se eles olharem sinceramente para carros luxuosos e mansões como se fossem apenas objetos em um sonho, ilusão ou bolha e realmente sentirem que os três reinos nada mais são do que uma casa em chamas sem qualquer êxtase momentâneo, eles despertaram uma verdadeira mente de renúncia.

No entanto, no início, muitas pessoas são como Nanda (o meio-irmão do Buddha) e têm dificuldades em abandonar completamente desejos e apegos à vida mundana. Mas se nós persistirmos no estudo dos ensinamentos Budistas, nós iremos finalmente nos tornar conscientes da insegurança do samsāra e ainda despertar a renúncia em nós mesmos.

Então, como despertar uma real mente de renúncia? Não há abordagem melhor do que contemplar os quatro pensamentos que afastam a mente do samsāra: (i) a preciosidade de um ser nascido como humano; (ii) a impermanência da vida; (iii) os defeitos do samsāra; e (iv) a infalibilidade da lei de causa e efeito. Depois de completarmos essas quatro práticas preliminares, a renúncia verdadeira certamente surgirá no continuum de nossas mentes. Nesse momento, nós iremos constantemente almejar a liberação do samsāra, assim como um prisioneiro desesperadamente espera ser

liberto de sua prisão. Lama Tsongkhapa disse em seu *Três Aspectos Principais do Caminho*:

Liberdades e dotes são difíceis de encontrar

E a vida não tem tempo sobressalente.

Ao ganhar familiaridade com isso,

A atração pelas aparências desta vida é revertida.

Por pensar repetidas vezes

Que ações e seus efeitos são infalíveis,

E repetidamente contemplar as misérias da existência cíclica,

A atração pelas aparências de vidas futuras é revertida.

Quando, por ter treinado desta forma,

Não tiver surgimento, nem por um segundo,

Da atração aos prazeres da existência cíclica,

E todo o dia e noite a intenção de alcançar a liberação surgir -

Então o pensamento de renúncia foi gerado.

O Adorno Magnífico do Mundo

Tendo despertado a renúncia, nós devemos receber e preservar os preceitos puros, que são o adorno mais magnífico no mundo e para os quais humanos e deuses fazem oferendas. Os preceitos são a base de todas as qualidades virtuosas. É declarado no *Sūtra da Liberação Individual* que “é uma ponte para ir a bons destinos”. Não é muito apropriado para monges budistas adornar-se com

jóias, tais quais brincos e braceletes. Mas um praticante dotado de preceitos imaculados, que é o adorno mais digno, é merecedor de prostração, adoração e oferendas de humanos e deuses.

Todos os seres sencientes têm capacidades diferentes para receber seus próprios níveis de preceitos. Aqueles com uma mente de renúncia mais forte podem receber ordenação e observar os preceitos iniciantes e os preceitos de bhikṣu ou bhikṣunī. Mas se as circunstâncias não permitirem sair de casa e se juntar a uma comunidade monástica, deve-se ao menos observar um dos cinco preceitos para praticantes leigos, ou fazer os votos de refúgio guiados por uma mente de renúncia. Na *Carta a um Amigo* de Nāgārjuna é indicado:

Mantenha seus votos de forma ininterrupta, não degradada,

Incorruptível e bastante livre de máculas.

Assim como a terra é a base para tudo o que é fixo ou móvel,

Na disciplina, é dito, está fundado tudo o que é bom.

A terra é a base de tudo nesse planeta. Do mesmo modo, todos os méritos nascem na base dos preceitos. Se alguém não aceita ou mantém os preceitos, será difícil para essa pessoa renascer até mesmo como um humano ou como um ser celestial, sem mencionar atingir a liberação. É por isso que nas *Trinta e Sete Práticas do Bodisatva*, Thogme Zangpo diz:

*Se, na falta de disciplina, não se pode realizar o próprio bem,
É risível pensar em realizar o bem dos outros.
Portanto, observar a disciplina
Sem motivações samsáricas é a prática de um bodhisattva.*

C2. O Erro em Quebrar os Preceitos

**Uma vez que toda a felicidade temporária e última
Resulta da observação dos preceitos puros,
E quebrar os preceitos leva ao renascimento nos reinos
inferiores,
Você deve fazer as escolhas corretas e não deve cair em
confusão.**

Os benefícios temporários do renascimento nos reinos dos humanos e dos deuses, e a felicidade última da iluminação e liberação, todos resultam da observância dos preceitos puros. Se alguém quebrar os votos e não se arrepender completamente, definitivamente cairá em um dos três reinos inferiores. Portanto, é indispensável que um praticante escolha corretamente em sua própria conduta para evitar cair em confusão.

É indicado no *Sūtra da Liberação Individual* que o único destino para aqueles que quebram os preceitos são os três reinos inferiores dos seres infernais, dos fantasmas famintos e dos animais. De

acordo com o *Prajñāpāramitā Sūtra Resumido*, é dito que “Aqueles que quebram seus preceitos não podem nem ajudar a si mesmos, muito menos beneficiar outros”.

Observar os preceitos puros se tornou cada vez mais difícil nessa era degenerada. Em particular, tem se tornado mais difícil para monges seguirem preceitos não contaminados nessa era de informação altamente comercializada. Televisores, laptops e celulares fornecem estímulos sensoriais e tentações constantes. Como resultado, muitas pessoas não possuem uma renúncia verdadeira em suas mentes, e poucos podem ficar em lugares remotos e solitários para focar unicamente na prática do Dharma, como faziam os praticantes em tempos antigos.

Portanto, se alguém tem um certo nível de renúncia e um desejo sincero de alcançar a iluminação, é bastante necessário fazer o voto tríplice de refúgio e observar os cinco preceitos. Caso alguém quebre qualquer um desses votos, deve recebê-los novamente de um professor qualificado.

A razão para isso é que, do mesmo modo que as flores, a grama e as árvores podem apenas crescer do solo, todo mérito cresce e prospera com base nos preceitos. Em um de seus textos, *O Principal Caminho para a Iluminação*, Lama Tsongkhapa especificamente

refere-se a um ensinamento nos sūtras que diz que na era degenerada, o mérito de manter os preceitos de um dia, superaria o mérito de fazer oferendas aos budas e bodhisattvas em milhares de milhões de éons. Portanto, nós não devemos nos confundir e perder nosso objetivo nesta era degenerada. Nós devemos ser extremamente cuidadosos em nossas escolhas e aceitar as causas e condições que irão nos ajudar a proteger nossos preceitos e descartar as condições desfavoráveis que nos levarão a quebrar nossos votos. Esse deveria ser o objetivo para o qual todos nós nos esforçamos!

ENCORAJAMENTO PARA DESENVOLVER UMA PERSONALIDADE VIRTUOSA

B4. Encorajamento para Desenvolver uma Personalidade Virtuosa

C1. Razões para Desenvolver uma Personalidade Virtuosa

Cumpra sempre com seus amigos em palavras e ações
Seja uma pessoa íntegra preenchida com um coração repleto
de bondade.

A fim de beneficiar-se a longo prazo,

A instrução essencial é a de beneficiar os outros no
momento presente.

A importância das Personalidades Virtuosas

O que uma personalidade virtuosa implica é que nós devemos sempre ser respeitosos com nossos membros familiares e amigos no que falamos e fazemos; sermos gentis e agir com integridade; e

se quisermos nos beneficiar a longo prazo, a chave é beneficiar os outros no momento presente.

A prática do Dharma requer uma personalidade virtuosa. Esse é o ensinamento essencial sintetizado por Sua Santidade através de muitos anos de seus ensinamentos. Sua Santidade exigia que qualquer um que estudasse no Larung Gar deveria seguir três regras, que são: (i) cultivar uma personalidade virtuosa; (ii) manter os preceitos puros; (iii) escutar, refletir e meditar os ensinamentos do Dharma.

Independente de se estudar os ensinamentos Mahāyāna ou Vajrayāna, é indispensável que se tenha uma personalidade virtuosa; de outra forma, qualquer progresso na prática do Dharma se torna impossível. Jamgön Mipham diz no *The Words on the Mundane and Transmundane Codes*:

*As regras mundanas são a base do Buddhadharma,
Se alguém não age nobremente no mundo,
Nunca compreenderá o princípio supremo do Buddhadharma,
Para não mencionar alcançar a iluminação.*

O que são Personalidades Virtuosas?

Nesse verso, Sua Santidade identifica os seguintes padrões para

uma personalidade virtuosa e espera que nos lembremos bem deles:

“Sempre cumpra com seus amigos em palavra e ação”. Nós devemos sempre nos relacionar pacificamente com os membros da nossa família e amigos independentemente de sua idade ou status. De um ponto de vista mundano, uma pessoa com boas características é respeitosa com aqueles de status mais elevado, compassivo com os menos privilegiados e se relaciona harmoniosamente com aqueles que são iguais.

Há uma metáfora em áreas tibetanas: “Quando centenas de yaks estão subindo a colina, o Gaba (tipo inferior de yak) desce a colina”. Essa é uma ilustração muito vívida. Um homem que tenha uma personalidade negativa está sempre em confronto com os outros em seu comportamento. As pessoas sentem-se aliviadas quando alguém assim deixa o grupo. É como ter um pterígio removido do olho; sua retirada é razão para celebração.

Como o Buddha diz, “Eu vou me adequar às pessoas mundanas”. Se o Buddha se comporta dessa maneira, nós, seres humanos ordinários, certamente devemos fazer o mesmo. É claro, complacência não significa não ter princípios. Complacência não significa que devemos concordar com a ganância e ódio dos outros. Nós concordamos com atos que são racionais e que estão de acordo com o

Dharma e, dessa forma, nós nos relacionamos harmoniosamente com todos.

“Seja uma pessoa íntegra”. O que quer que digamos e façamos, devemos ser justos, honestos e imparciais. Devemos estar livres do apego a si mesmo e da aversão aos outros. Ademais, nós nunca devemos nos colocar em uma posição dominante, nem julgar as coisas de forma injusta. Nós devemos respeitar a verdade e sermos imparciais. Logo, é indispensável ser uma pessoa íntegra. Portanto, não importa o quanto tenhamos sido mal interpretados ou difamados, nós nunca seremos realmente prejudicados. Nossa natureza generosa e honesta irá brilhar como ouro puro e não será maculada por impedimentos ou escuridão.

“Com bondade”, se alguém aparenta ter integridade e parece estar disposto a atender outras pessoas, mas tem a mente viciosa, então a qualidade moral dessa pessoa é questionável. A mente é a raiz de tudo. Lama Tsongkhapa certa vez disse:

Se a intenção é boa, os níveis e caminhos são bons.

Se a intenção é ruim, os níveis e caminhos são ruins.

Uma vez que tudo depende de intenções,

Tenha sempre certeza de que elas são positivas.

Se alguém é bondoso, tudo será brilhante; mas se a pessoa não

estabelecer corretamente seu coração, ela estará apenas se movendo em direção à escuridão.

Esses três princípios para ser uma pessoa decente são de grande importância. Sua Santidade ainda salienta que se nós gostaríamos de nos beneficiar a longo prazo, ser de benefício para outras pessoas no momento é fundamental. Como seres humanos ordinários, é impraticável não pensar em nosso próprio bem-estar, mas se nós prejudicamos aqueles ao nosso redor durante o processo de perseguir nossos objetivos, nós não iremos avançar. Pode parecer uma forma de egoísmo ajudar os outros por interesse próprio. É realmente melhor não ter tais pensamentos. Se você realmente não consegue despertar uma mente verdadeiramente altruísta, você deveria ao menos tentar ser generoso com outras pessoas para seu próprio proveito e sobrevivência.

Sua Santidade certa vez disse brincando: “Depois de viver todos esses anos, eu percebi que muitas pessoas possuem pouquíssima sabedoria mundana. A maioria deles está apenas tentando se beneficiar egoisticamente, apesar de essa não ser necessariamente uma boa estratégia. Por exemplo, uma pessoa jovem pode amar alguém e poderia tentar tudo possível para possuir a outra parte, incluindo restringir a liberdade dela. O resultado é frequentemente contraprodutivo. Outros podem ter uma abordagem diferente, apoiando e ajudando de todo coração a pessoa que amam. Por

fazerem isso, eles são mais propensos a serem aceitos pelos objetos de sua afeição. Quando nós estudamos o Buddhadharma, se nós não percebermos o quão importante é a personalidade virtuosa, e não tentarmos cultivar essas boas características, nós não seremos capazes de alcançar nenhum estado de iluminação em nossa prática”.

C2. O Mérito em Manter uma Personalidade Virtuosa

**Esses são os requisitos puros para ser uma boa pessoa,
E os meios hábeis de todos os buddhas do passado,
presente e futuro,
Também a essência dos quatro dharmas que atraem,
Cada um de vocês, meus discípulos, jamais devem esquecer!**

O Mérito em Manter uma Personalidade Virtuosa

De uma perspectiva secular e puramente ética, possuir uma personalidade virtuosa é visto como sinônimo de ser uma boa pessoa. Da perspectiva da busca pela iluminação, é o meio mais efetivo de alcançar o estado búdico por todos os buddhas do passado, presente e futuro. É também a essência dos quatro dharmas que atraem que todos os bodhisattvas seguem. Todos os budistas deveriam manter isso em mente e nunca esquecer.

Personalidades virtuosas são “os requisitos para ser uma boa pessoa”, os princípios básicos que governam a vida de um ser humano decente. Durante o primeiro período do Budismo na história Tibetana, o Imperador Songtsen Gampo estabeleceu as Dezesesseis Normas para ser uma boa pessoa,⁶ o que incluía desenvolver devoção pelas Três Joias; procurar e praticar o Dharma sagrado; retribuir a bondade dos pais; ser honesto, possuir pouca inveja etc.

Uma personalidade virtuosa não é apenas essencial em uma vida mundana, mas ainda mais importante, é um guia para uma vida iluminada. Na verdade, é o caminho dos “meios mais hábeis” para atingir o estado búdico para todos os budas do passado, presente e futuro. Indiferente a qual buddha nós nos referimos, ele ou ela deve ter sido uma boa pessoa antes da iluminação.

Mesmo se colocarmos de lado o êxito de sua realização e iluminação, nós podemos facilmente dizer que mestres verdadeiramente iluminados são extremamente atraentes em termos de seus carismas pessoais. Por mim mesmo, em minha vida tenho seguido e confiado em muitos grandes mestres espirituais e o encanto de suas palavras e ações excede a imaginação das pessoas comuns. Esses

⁶ Essas dezesseis normas são chamadas de valores humanos (*mi chos*) em contraste com a ética Budista com seu código de dez virtudes (*dge bcu*).

grandes mestres, como resultado de suas personalidades virtuosas, alcançaram um estado único para além do mundo secular.

Personalidades virtuosas são também “a essência dos quatro dhar-
mas que atraem”, que inclui: (i) oferecer o que os outros querem, a
fim de guiá-los para o amor e receber a verdade; (ii) falar palavras
gentis, com o mesmo propósito; (iii) oferecer benefício aos outros,
com o mesmo propósito; (iv) cooperar com e adaptar a si mesmo
aos outros, para guiá-los à verdade. Esses são os quatros maiores
métodos dos bodhisattvas para beneficiar seres sencientes, e todos
eles são construídos sobre uma personalidade virtuosa. Com uma
personalidade virtuosa, a pessoa está disposta a oferecer, falar
palavras agradáveis, beneficiar os outros e cooperar e adaptar-se
aos outros para levá-los à iluminação.

O Conselho do Coração de Sua Santidade

Pelas razões expostas acima, Sua Santidade ofereceu esse conselho
do coração: “Para aqueles dentre meus alunos que têm fé em mim,
vocês devem se lembrar sempre de ser uma pessoa virtuosa, agora
e no futuro. Se vocês não podem ser uma boa pessoa, todos os seus
outros cultivos são como árvores sem raízes que nunca irão crescer
e florescer”.

No passado, os estimados mestres Kadampa observavam primeiro
a personalidade de um aluno antes de admiti-lo como discípulo. Se

o aluno não fosse uma pessoa decente, os mestres não o aceitariam como discípulo e nem passariam a linhagem do Dharma a ele. De outro lado, se um aluno fosse uma boa pessoa, mesmo que menos instruído, os mestres ainda esperariam que ele fosse um bom aluno. Portanto, uma personalidade virtuosa, ao invés de inteligência, é o elemento crítico aqui. Uma boa pessoa não é necessariamente alguém com aparência solene, uma bela voz e maneiras elegantes; ele ou ela devem ser generosos.

Não é incomum que as pessoas tenham diferenças de opinião sobre questões menores. Até mesmo alguns bhikṣu ou bhikṣunīs na sangha ao redor do Buddha experienciaram esses tipos de problemas. Mas, de forma geral, não importa qual escola se segue, seja de origem Mahāyāna ou Vajrayāna, uma sangha precisa permanecer como uma comunidade agradável e ter uma atmosfera harmoniosa e coesa. Isso é também a manifestação de uma personalidade virtuosa.

Em resumo, Sua Santidade Jigme Phuntsok Rinpoche abordou quatro instruções essenciais nesse texto, que são sabedoria não-dual no contexto dos ensinamentos Mahāyāna e Vajrayāna, bodhicitta, renúncia e personalidade virtuosa. Essas quatro instruções essenciais são o cerne de todos os 84.000 ensinamentos do Dharma resumidos através de seu estudo teórico e realização pessoal. Cada um de nós deveria mantê-los firmemente em mente.

Encerramento

Dedicação

Colofão

DEDICAÇÃO

A3. Encerramento

B1. Dedicção

**Eu dedico essa virtude para todos os seres sencientes,
Que eles possam transcender o abismo do samsāra.
Que todos os meus discípulos de coração alegrem-se
E renasçam no êxtase supremo da Terra Pura do Oeste.**

O mérito e as raízes virtuosas resultantes da composição dessa canção foram transferidos para todos os seres sencientes a fim de ajudá-los a transcender o terrível abismo dos seis reinos do samsāra. A essência dos 84.000 métodos do Dharma foram sintetizados nas quatro instruções essenciais abordadas acima. Que a grande bem-aventurança desperte nos corações e mentes daqueles com fé em Sua Santidade Jigme Phuntsok Rinpoche e no Budismo. Que todos os seres sencientes, com afinidade auspiciosa, renasçam na Terra Pura do Oeste, atinjam a paz e felicidade últimas e beneficiem inúmeros seres sencientes no futuro.

COLOFÃO

B2. Colofão

No décimo sétimo ciclo do Calendário Tibetano e no ano do Rato de Fogo (1996), o Professor e seus discípulos superaram todos os obstáculos externos, internos e secretos. Nesse dia auspicioso, Ngwang Lodrö Tsungme celebrou a vitória e cantou extemporaneamente entre as quase cinco mil pessoas monásticas. Sadhu!

Há sessenta anos em um ciclo completo do calendário tibetano. O registro cronológico da história tibetana começa em 1027 AD. O ano em que Sua Santidade compôs a Canção da Vitória foi no décimo sétimo ciclo do calendário tibetano, no ano do rato de fogo, em 16 de Setembro de 1996. Como mencionado anteriormente, isso foi quando Sua Santidade retornou ao monastério após ultrapassar todos os obstáculos externos, internos e tântricos e teve uma reunião festiva com todos os seus discípulos. O monastério organizou uma Assembleia Vajra de Entretenimento do Dharma para essa ocasião especial, incluindo alguns dohas cantados originariamente pelo

Venerável Dromtönpa e Jamgön Mipham, como bênçãos para Sua Santidade.

Ngawang Lodrö Tsungme é o nome do Dharma de Sua Santidade. Ele cantou a Canção da Vitória extemporaneamente cercado de quase cinco mil pessoas monásticas, Sādhu! Sādhu!



ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞུག་པ་ཡོད་དཔེ་མཛད་ནང་ལུ་ལམ་གྱི་ན་དཔེ་ཆ་དེ་ཅི་ཡོད་ན་
ལག་ཁམས་ཀྱང་ཉི་ཤུ་པ་མི་འགྲུང་པར་ལམས་དཔལ་ལྷན་གྱི་ལས་གསུངས་སོ།།

Apenas para uso não comercial