

A Tomada do Refúgio e a Geração da Bodhicitta

Por Sua Santidade O Senhor do Refúgio Kalu Rinpoche

Nos tempos atuais, somos extraordinariamente afortunados, não somente por termos obtido um precioso corpo humano, um precioso nascimento humano, mas também, tendo isso como base, por termos entrado pela porta do Dharma, despertado a fé pelos seus ensinamentos e termo-los verdadeiramente praticado.

A porta de entrada aos ensinamentos do Buda-Dharma é a tomada de refúgio nas três jóias (Buda, Dharma, Sangha). Se alguém vai ao refúgio sem fé nas três jóias, mas sim em deidades mundanas (isto é, deidades não iluminadas), e inconsciente das qualidades das Três Jóias, logo, ele não é um praticante do Buda-Dharma.

Portanto, é dito que a raiz dos ensinamentos do Buda é a fé no Buda, no Dharma e na Sangha. Porque sem fé neles, a pessoa não terá convicção quanto a validade dos ensinamentos, e, faltando essa convicção, assim como faltando convicção nas qualidades da Sangha, ela estará indisposta ou incapaz de estudar os ensinamentos. Mesmo se a pessoa persistir em estudá-los, até certo ponto, será como jogos de crianças.

A palavra em tibetano para as três jóias, *könchok*, significa literalmente “raro e supremo”. A primeira sílaba, *kön*, significa “raro”. Isso aponta para o fato de que o Buda, o Dharma e a Sangha são como os mais raros diamantes, visto que até mesmo para ouvir seus nomes é necessária uma conexão cármica e mérito, quanto mais para ser capaz de desenvolver fé neles e de receber seus ensinamentos.

A segunda sílaba, *chok*, significa “supremo” ou “melhor” e, novamente como o diamante do exemplo, as Três Jóias são supremas visto que, confiando-se nelas, todas as suas necessidades e desejos, assim como a liberdade insuperável, podem ser alcançados.

A essência da mente é o vazio; a natureza da mente é verdadeiramente a união indivisível do vazio, claridade e consciência. O nome que é dado ao verdadeiro estado de natureza da mente é *yeshe* ou sabedoria [algumas vezes traduzido como consciência primordial], algo que todos os seres possuem. No entanto, os seres vivos não reconhecem a real natureza de sua mente de ser o que ela é. Essa falta de reconhecimento é como jogar lama ou areia dentro de água pura; ela se torna manchada ou suja. Quando a falta de reconhecimento está presente, a pessoa não mais fala em *yeshe*, ou sabedoria, ela fala em *namshé* ou consciência. Mas a distinção entre esses dois estados da mente não é nada além da presença ou da falta de reconhecimento pela mente de sua própria natureza.

O fracasso da mente em reconhecer a sua própria natureza é o que significa o termo *marikpa*, ou ignorância, o primeiro nível de obscuridade ou de engano da mente. Como resultado dessa ignorância, aparece na mente a imputação de um “eu” e um “outro”, o outro que é concebido como algo diferente da mente. Essa aparente dualidade, que temos tido desde os tempos sem começo e que nunca irá parar [até a iluminação], é o segundo nível de obscuridade, a obscuridade dos hábitos [tendência habitual].

Com base nessa apreensão dualística, surgem as três aflições mentais originárias: escuridão mental (classificada diversificadamente pelos tradutores como ignorância, confusão, etc), desejo, e agressão. Tendo como base essas três aflições,

surge em torno de 84.000 aflições mentais variadas enumeradas pelo Buda, todas as quais juntas compreendem o terceiro nível de obscurecimento, chamado obscurecimento das aflições mentais (traduzido variadamente como *klesha*, aflição emocional, emoções conflituosas, etc.). Sob essas influências nós realizamos ações de natureza negativa, o que resulta no quarto nível de obscuridade, chamado de obscuridade das ações ou karma.

Esses quatro níveis ou tipos de obscurecimentos são as causas de todos os seres vivos vagarem pelo samsara. Se eles forem removidos ou purificados, então as qualidades inerentes da verdadeira natureza da mente, às quais nós nos referimos como sabedoria ou *yeshe*, irão se manifestar naturalmente e se espalhar como os raios do sol.

A palavra em tibetano para a remoção dessas obscuridades, *sang*, significa “purificação”, e a palavra para a expansão das qualidades inerentes da mente, que ocorrem como resultado dessa purificação é *gye*, ou “desabrochar”. *Sangye*, a união destas duas palavras, é a palavra tibetana para um Buda. Portanto, o que é entendido por natureza de Buda é o reconhecimento e a realização da mais completa pureza da mente.

Quando a natureza da mente se torna totalmente manifesta, ela passa a possuir o que geralmente é enumerado como as vinte e sete qualidades extraordinárias, tal como completa e inalterável vacuidade e grande felicidade.

Para beneficiar aqueles que serão treinados, a mente de um Buda exhibe o que geralmente é enumerado como trinta e duas qualidades, as quais são descritas como os dez poderes, os quatro tipos de ausência de medos e as dezoito qualidades de infalibilidade. Um Buda, por exemplo, conhece a natureza e a situação de todo o samsara e de todo o nirvana. Ele ou ela conhece o passado, presente, e futuro de todo ser senciente.

Essas qualidades da mente de um Buda originam qualidades da palavra, tradicionalmente sessenta qualidades, possuídas somente por um Buda e não por qualquer humano ordinário ou um deus. Essa é uma qualidade tal que se um Buda der um ensinamento em um só momento para 1.000 pessoas, tendo cada uma delas uma língua diferente e sendo de lugares diversos, cada uma delas entenderá o que o Buda está dizendo. Além disso, o Buda tem a capacidade de ensinar de tal forma que cada indivíduo recebe o tipo particular de ensinamento que precisa receber. Então, com um só ensinamento do Dharma, um Buda pode dar o remédio que cada pessoa precisa para sua mais forte aflição mental.

As qualidades do corpo de um Buda são experimentadas em vários níveis. Particularmente o Samboghakaya, ou o corpo completo de felicidade de um Buda, é experienciado somente por Bodhisattvas residentes sobre o oitavo, nono e décimo nível de realização. Um Bodissattva que reside em um desses níveis vê as formas do Sambhogakaya, Vajradhara, Vajrasattva, Avalokiteshvara, etc. O Sambhogakaya é, na verdade, experimentado como a aparência com a qual somos familiarizados, com as vestimentas de seda, os ornamentos de jóias, a forma pura, etc. A verdadeira aparência do Samboghakaya representa que o Buda possui todas as qualidades do mundo e do além mundo.

Com o objetivo de treinar os seres ordinários, os Budas se manifestam como Nirmanakaya, como no caso do Buda Shakyamuni. Tal Nirmanakaya possui as chamadas trinta e duas maiores e oitenta menores marcas da completa budeidade. Elas

incluem a *unshnisa* no topo da cabeça, a roda do Dharma com mil raios na palma da mão e na sola dos pés, e etc. Essas qualidades só surgem no corpo de um Buda e não no corpo de nenhum humano, nem de um deus mundano. Elas aparecerem de uma maneira tal que qualquer um que ver a forma de um Buda, imediatamente se regozija nele, e o acha magnífico. Desse jeito, as qualidades do corpo, palavra e mente de um Buda são superiores às de qualquer outra pessoa.

A verdadeira excelência e superioridade de um Buda consiste no fato de que ele tem a sabedoria, a compaixão, e a habilidade de dar aos seres exatamente o que cada um precisa para se liberar dos sofrimentos do samsara. Então, para beneficiar os seres, o Buda ensina o Dharma, a segunda das três coisas raras e supremas, as Três Jóias. E, como os seres vivos possuem 84.000 aflições mentais (*kleshas*), o Buda ensinou 84.000 ensinamentos do Dharma.

Existem dois aspectos da jóia do Dharma. O primeiro deles são as palavras com as quais o Dharma é transmitido, as palavras do Buda, e as palavras e textos que as recordam. A transmissão é chamada de transmissão do Dharma. Porém, o significado dessas palavras, a realização de seu significado – seja do significado da vacuidade, do significado da compaixão ou, do ponto de vista tântrico, do significado do estágio de desenvolvimento e realização – é chamado do Dharma de realização. Então, o Dharma da Transmissão e o Dharma da Realização são os dois aspectos da jóia do Dharma.

Aqueles que ouvem os ensinamentos do Dharma, estudam-nos e praticam-nos a ponto de poderem guiar os outros são a Sangha. Dentro da Sangha, aqueles que, por meio da prática do Dharma chegaram ao primeiro nível de realização Bodhistva, e que residem no primeiro dos dez níveis de realização, são chamados “os exaltados”. Aqueles que, tendo escutado os ensinamentos, estudado-os e posto em prática, e que residem nos dois caminhos que são preliminares aos dez níveis de realização e aplicação Bodhisattva são chamados de a “Sangha dos indivíduos comuns”.

Portanto, a pessoa deve começar por tomar consciência e entender exatamente o que são as qualidades do Buda, do Dharma e da Sangha. Fazendo assim, ela dará apoio à sua fé neles. A pessoa será capaz de sentir sua fé e de se refugiar neles. É necessário que isso ocorra como base na prática. Além disso, a tomada de refúgio deve ser algo continuamente praticado e renovado nas práticas diárias; isso é extremamente importante.

A razão pela qual tomar o refúgio é tão importante é devido, no presente, ao fato de estarmos imersos no samsara, que é uma experiência de sofrimento, uma experiência de impermanência e uma experiência de constantes mudanças. Se nós desejamos simplesmente nos liberar disto, não podemos fazê-lo por nós mesmos, sem ajuda. Entretanto, podemos trilhar o caminho da liberação apoiando-nos na compaixão das Três Jóias. É por isso que é necessário refugiar-se nelas.

Como seres ordinários, não sabemos nem entendemos os métodos em que devemos nos engajar para alcançarmos a budeidade. Por essa razão, precisamos de um guia ou um companheiro do caminho para a budeidade. Isso pode ser explicado por meio de um exemplo que é facilmente entendido pelos Ocidentais. Se alguém quisesse ir daqui à New York andando, ou não conseguiria chegar lá, ou iria demorar muito para conseguir. Porém, se esse alguém ficasse do lado da estrada e pedisse carona, então, eventualmente algum indivíduo bem intencionado pararia seu carro e o levaria até a cidade. A mesma coisa acontece se quisermos alcançar a cidade da iluminação. Temos que pedir carona ou tomar refúgio nas Três Jóias.

O Buda, o Dharma e a Sangha são coisas ou seres separados de nós, distintos de nós. Somos indivíduos e estamos a uma boa distância deles. Alguém pode perguntar como é possível estabelecer uma conexão com eles. Em primeiro lugar, todo fenômeno surge na interdependência, pela interação de causas e condições. No caso do caminho, o que deve acontecer é a reunião das condições da sua própria fé, e a compaixão e bênção das Três Jóias. Se esses dois acontecerem juntos, então a conexão é estabelecida e a pessoa pode viajar o caminho.

A presença de fé, de nossa parte, e a presença de compaixão e de outras qualidades, da parte das Três Jóias, é suficiente para criar a conexão. Ela não depende da distância, como uma estação de televisão que está enviando um de seus programas. Quem tiver o aparelho, poderá assistir ao programa. Se a estação de televisão não estiver emitindo o programa, então mesmo quem tiver uma televisão não pode vê-la. Se a estação de TV estiver enviando o programa mas a pessoa não tiver um aparelho de TV, então ele também não poderá ver. Mas em ambos os casos, se essas duas coisas estiverem presentes, apesar da distância que separe as duas, embora não haja uma conexão física direta visível, o programa de TV chegará de alguma forma. Da mesma maneira, a verdadeira bênção e compaixão das Três Jóias podem ser recebidas e podem entrar na pessoa por meio de sua fé.

Outro exemplo é que a compaixão, bênção e poder das Três Jóias são como um gancho, e a fé é como um anel. Se os dois estão presentes e conectados um ao outro, então o gancho guiará o anel e, por consequência, quem estiver preso a ele, de felicidade em felicidade e finalmente à liberação.

Essa é a razão pela qual todos os lamas do Rosário de Ouro do Kagyü sempre deram e continuam a dar o refúgio como a base para a transmissão dos ensinamentos. É por isso que a qualquer hora quando alguém recebe os ensinamentos do Buda-Dharma começa-se recitando o refúgio; também quando alguém pratica as preliminares, *ngondro*, a primeira delas são as 100.000 recitações do refúgio acompanhadas de prosternações.

A raiz ou forma básica de se tomar refúgio é tomar refúgio no Buda, no Dharma e na Sangha – nas Três Jóias. Isso poderia ser chamado de refúgio externo. Além disso, do ponto de vista do Vajrayana, a pessoa busca refúgio no guru, como a raiz de todas as bênçãos, no *yidam*, como a raiz de toda realização, e nas *dakinis* e protetores do Dharma, como raiz de toda atividade. Essa é a forma interna de se tomar refúgio.

Além disso, tomar refúgio em um guru-raiz sozinho, reconhecendo que ele ou ela é a manifestação do Buda, Dharma, Sangha, e os gurus, *yidams*, *dakinis*, e os protetores do Dharma, a encarnação de todos eles numa única forma, possuindo todas as suas qualidades – é a forma secreta de se tomar refúgio.

A forma de tomar refúgio que usamos na linhagem Kagyü é chamada de refúgio das seis partes, por que ela possui seis linhas, três das quais são devotadas às Três Jóias e três devotadas às Três Raízes. As duas primeiras e a última das seis linhas são devotadas às Três Raízes e lidas:

Linha 1: *Eu tomo refúgio nos gloriosos e sagrados gurus.*

Linha 2: *Eu tomo refúgio na assembléia de deidades nas mandalas dos yidams*

Linha 6: *Eu tomo refúgio nos dakas, dakinis e protetores do Dharma que possuem o olho da sabedoria.*

Também existe uma forma abreviada de refúgio:

Eu tomo refúgio no guru.

Eu tomo refúgio no Buda.

Eu tomo refúgio no Dharma.

Eu tomo refúgio na Sangha.

A primeira linha, "Eu tomo refúgio no guru" expressa a convicção de que o guru ou o lama é a incorporação das Três Raízes, pois sua atual forma, seu atual corpo, é o guru; sua palavra é a atividade dos *dakinis* e protetores do Dharma; e sua mente é a natureza dos *yidams*. Seguindo isso, a pessoa toma refúgio externo no Buda, no Dharma e na Sangha. Portanto, essa forma curta de tomar refúgio também contém ambas, as Três Jóias e as Três Raízes.

Existe também a forma especial de tomar refúgio do mahasiddha Tang Tong Gyalpo:

"Eu e todos os seres vivos, minhas mães, que são iguais em número na extensão da infinidade do espaço, tomamos refúgio no guru, que é o precioso Buda."

Essa é a forma secreta de se tomar refúgio. Quem toma refúgio no guru como a incorporação das Três Jóias e Três Raízes.

Seguindo isso, no voto de refúgio do Tang Tong Gyalpo, se diz:

"Eu tomo refúgio no Buda, no Dharma e na Sangha"

Que é a forma externa de se tomar refúgio. Em seguida também se diz,
"Eu tomo refúgio nos gurus, yidams, e dakinis e protetores do Dharma,"

Que é a forma interna de se tomar refúgio. Sendo assim, diz-se:

"Eu tomo refúgio na própria mente, que é clareza, vacuidade e Dharmakaya."

Esse é, na verdade, o quarto nível ou a quarta abordagem para se tomar refúgio, que é chamado do refúgio essencial, ou a forma muito secreta de se ir ao refúgio.

O refúgio essencial, ou o refúgio muito secreto, é baseado na realização e no reconhecimento de sua própria mente como mahamudra, e, portanto, é o verdadeiro e último significado a tomada do refúgio.

No entanto, não tendo essa realização, é difícil para nós verdadeiramente tomarmos refúgio dessa forma. Então, a forma externa e interna de se tomar refúgio são enfatizadas. Porém, é preciso entender ainda que é possível alcançar a completa natureza de Buda simplesmente por meio da tomada de refúgio genuína.

Deveria ser entendido que a tomada de refúgio não é um processo por meio do qual o Buda pega as pessoas que parecem ter devoção a ele e as conduz ao seu lado. Por meio da tomada de refúgio, a pessoa começa o seu próprio processo que, passando por vários estágios, a levará a sua própria realização do mesmo estado, da mesma experiência do Buda.

Na sadhana das *Cem famílias dos Pacíficos e dos Raivosos*, é dito, na seção da tomada de refúgio,

"Eu tomo refúgio na essência, na natureza e na compaixão..."

Que significa dizer, na vacuidade essencial, na claridade natural, e na consciência da mente ilimitada e compassiva;

"Eu tomo refúgio na felicidade, na claridade e na não-conceitualidade...,"

Que são as três qualidades da experiência da meditação; e finalmente:

"Eu tomo refugio no Fruto, no Dharmakaya, no Sambhogakaya, e no Nirmanakaya."

Portanto, se alguém pratica e completa as 100.000 recitações do voto de refúgio, acompanhadas das 100,000 prosternações, isso é maravilhoso, extraordinário, incalculavelmente benéfico. Mas, mesmo se não fizer isso, e somente recitar a oração do refúgio todos os dias, ao menos sete vezes, também já será extraordinariamente benéfico. O resultado dessa aparentemente simples prática é de causar gradualmente a realização completa da natureza do Buda, para trazer gradualmente liberdade aos sofrimentos do samsara, e, além disso, de nos proteger, em todas as vidas, do medo, do perigo e do sofrimento.

Se integrarmos o sentido da tomada do refúgio em nossas práticas, a fé nas Três Jóias e nas Três Raízes surgirá automaticamente. Como resultado disso, as práticas que levam à acumulação de mérito serão muito mais fáceis e virão naturalmente. Por exemplo, qualquer coisa que a pessoa experiencie com os sentidos, que lhe seja agradável, ela imediatamente verá como uma possível oferenda às Três Jóias e às Três Raízes. Ela não mais oferecerá somente as coisas que tradicionalmente se usa para fazer oferendas – assim como flores, incensos, velas e ect. Qualquer coisa que seja bela à vista, que cheire bem, que soe bem, e ect, será usado como oferenda. Por meio desse processo e dessa atitude, a pessoa gerará uma vasta acumulação de mérito.

Se alguém desenvolve esse tipo de atitude, o processo de acumulação de méritos se torna extremamente fácil. Quase toda situação pode ser usada com este propósito. Por exemplo, se alguém está andando na beira de uma estrada, e vê flores bonitas, ou casas belas, ou qualquer outra coisa que seja agradável em seu caminho, então imediatamente irá pensar nelas como uma oferenda e mentalmente as oferecerá às Três Jóias e às Três Raízes.

Todos os Kagyupas precedentes começaram sua prática com a tomada do refúgio. Sendo esta a fundação e a base para toda prática, eles realizaram o último refúgio, que é a tomada de refúgio na última realização do Dharmakaya, Sambhogakaya e Nirmanakaya, e por meio disso, alcançaram a siddhi (realização da natureza do Buda).

Na nossa situação presente como humanos, sentimos que somos extremamente inteligentes, que somos livres, que temos controle ou poder sobre nossa própria situação; em síntese, sentimos que podemos controlar o que quisermos. Porém, se examinarmos melhor a situação, veremos que não temos nem liberdade de corpo, nem de mente, por que o verdadeiro poder está nas mãos do nosso karma, das nossas aflições mentais e dos nossos hábitos (principalmente nossa habitual e recorrente cognição de separar o eu do outro).

Se fôssemos livres, então sempre teríamos sido e sempre seríamos felizes. Nunca ficaríamos deprimidos, e nada desagradável passaria pelas nossas mentes. Se fôssemos livres, então permaneceríamos sempre os mesmos. Teríamos sempre sido jovens, seríamos jovens e permaneceríamos sempre desse jeito. Mas não somos assim.

Não temos absolutamente nenhum controle sobre isso; a cada segundo de nossas vidas estamos envelhecendo e eventualmente iremos morrer.

Se tivermos fé intensa e formos capazes de nos confiar aos nossos lamas, aos nossos gurus, e às Três Jóias, e suplicar a eles com completa sinceridade, então é possível eliminar, ou pelo menos diminuir, estas obscurações, por causa do poder e compaixão das Três Jóias.

Esse é o significado de se tomar refúgio.

A tomada do refugio deve estar acompanhada da geração da Boddhicita, a atitude da mente orientada ao despertar. Desenvolver a Boddhicitta consiste em gerar uma atitude de despertar compaixão por todos os seres. Isso tem que ser desenvolvido numa certa seqüência.

A pessoa precisa começar por entender a verdadeira situação de todos os seres. Depois, meditando sobre isso, ela irá desenvolver uma atitude de compaixão e se tornará acostumada e treinada.

A situação que precisa ser entendida é a de que onde existe espaço, ele é preenchido de seres vivos. Existem tantos seres vivos que poder-se-ia dizer que eles são inumeráveis. E cada ser sensitivo foi mãe de tantos outros seres, tantas vezes, que elas seriam incontáveis. O número de vezes que qualquer ser sensitivo já foi mãe de um outro ser é um número além de estimação. Isso foi dito pelo Buda. Não existe um único ser que não tenha sido mãe de um outro. Naquele tempo quando os seres eram mães uns dos outros, eles tinham a mesma bondade em relação à pessoa, como se fosse sua mãe nesta vida, que significa, por exemplo, que quem foi humano nesta vida, teve uma mãe que o carregou no seu ventre, preocupando-se continuamente com o seu estado, se ele nasceria vivo, se seria feliz, e passaria por enormes sofrimentos e sacrifícios para ajudá-lo a permanecer vivo. Após o nascimento, as mães sacrificam tudo pelo benefício e bem-estar de seu filho. Todo ser senciente já fez isso inúmeras vezes.

Um exemplo de como esses nascimentos podem acontecer vem dos tempos do Buda, quando um de seus discípulos, um arhat chamado Kateyana, foi pedir esmola. Ele passou por uma mulher sentada na beira de uma estrada com uma pequena criança em seu colo a quem ela estava acariciando afetuosamente. A mulher estava comendo peixe, com um pouco do qual ela estava alimentando a criança, e havia um grande cachorro tentando pegar os ossos do peixe da mulher. Ela estava repreendendo o cachorro, expulsando-o, evitando dar-lhe qualquer coisa. Com sua extraordinária cognição, Kateyana examinou as vidas passadas desses seres. Ele viu que o peixe tinha sido o pai da mulher em sua vida anterior. O cachorro que ela estava enxotando havia sido sua mãe, e a criança que ela tinha em seu colo havia sido o seu pior inimigo, alguém que a havia continuamente insultado, causado escândalo sobre ela, alguém contra quem ela tinha lutado maldosamente contra.

Todos os seres, que foram mães uns dos outros incontáveis vezes, inúmeras vezes foram tão gentis uns com os outros como sua verdadeira mãe nesta vida, estão passando por uma infundável e intolerável experiência de sofrimento vagando em círculo nos três reinos do samsara (reino do desejo, reino da forma, e reino da não-forma). Isso é, na verdade, um oceano de sofrimento, porque o que os seres experienciam com qualquer forma de nascimento é só sofrimento. Nos infernos existe a agonia do calor e do frio; como espíritos famintos, as agonias da fome e da sede; como animais, o sofrimento de matar e de ser morto por comida e sobrevivência; como

humano, os quatro grande sofrimentos do nascimento, envelhecimento, doença e morte, mas, além disso, os oito ou dezesseis sofrimentos menores também; os asuras, o sofrimento do ciúme e brigas constantes; e como deuses, o sofrimento da morte e a queda num renascimento inferior.

Se compreendermos verdadeiramente o fato de que esses seres que têm sido tão gentis conosco, estão passando por uma experiência eterna de sofrimento insuportável, então pensaremos: “o que eu posso fazer? O que precisa ser feito para liberar todos esses seres do sofrimento e estabelecê-los na felicidade?”. Esse é o começo da benevolência e da compaixão. É por isso que recitamos “Possam todos os seres sencientes ter felicidade e as causas da felicidade. Possam todos os seres sencientes serem livres do sofrimento e das causas do sofrimento.” A causa da felicidade é a prática de ações virtuosas. A causa do sofrimento é a prática de ações não-virtuosas. Então, o que está implicado nesta aspiração é que os seres cessem de acumular as causa do seu sofrimento futuro, acumulem as causas de sua felicidade futura, e que sejam, desde agora, livres do sofrimento e experimentem a felicidade. Esse é o desenvolvimento da bondade amorosa e da compaixão.

Ademais, a mente de todo ser senciente é vazia. Mas não reconhecendo isso, seres sencientes apreendem sua mente como um “eu”, um ego. E, além disso, eles não reconhecem que a natureza das aparências confusas do samsara que chegam à mente são impermanência e mudança. E, não percebendo isso, eles passam por eterno e contínuo sofrimento. Se alguém entende isso, então é impossível não fazer surgir compaixão automaticamente.

A mente de cada um de nós, ou de todos nós, não tem forma. A mente não tem cor e não tem forma. Portanto, ela é vazia. Mas a mente não é simplesmente vazia, visto que a mente pode experimentar os vários objetos que surgem – visões, sons, e etc. Então a mente possui a qualidade da clareza. O que ela na verdade experimenta é a consciência, que é também uma qualidade da mente. A mente é na verdade inseparabilidade do vazio, da clareza e da consciência. Entretanto, como a clareza e a consciência não possuem forma, cor, tamanho, contorno, e etc, eles não vão além da vacuidade essencial da mente.

Como a essência da mente é o vazio, não há nada na mente que possa morrer ou ser destruído. Isso significa que sempre tivemos essa mente, e até termos atingido a natureza de Buda, continuaremos a experimentar esta mente e continuaremos a renascer e a passar pelos sofrimentos do samsara. Isso pode ser mostrado por um exemplo. A mente é vazia no sentido que o espaço é vazio. E é impossível matar ou destruir o espaço.

Isso pode ser ainda ilustrado ao examinar a situação da mente nos vários estágios da vida. Quando somos concebidos, os pais não vêem uma mente vir flutuando dentro do útero. Não há uma forma material à mente do ser que entra no útero. Não há nada para ser visto. Quando alguém morre, ninguém vê a mente ir flutuando, saindo do corpo para outro lugar qualquer. Não há materialidade ou forma ou existência física à mente que possa ser percebida. E mesmo durante a nossa vida, não podemos encontrar, detectar ou descrever a mente com referência a qualquer tipo de característica física, material ou real. Portanto, pode ser estabelecido que a mente é vacuidade.

E tanto no Hinayana como no Mahayana é aceito que a realização direta da vacuidade da mente é a realização da ausência de ego do indivíduo.

Embora a mente de todo ser senciente seja vazia, nesse sentido, todo ser sensitivo concebe essa mente vazia como um “eu”, e indo ainda mais longe, pensa, “eu sou, eu tenho uma mente, e eu sou minha mente”.

Ao mesmo tempo, nesse aspecto vazio do espírito, a manifestação de sua luminosidade é experimentada como aparências confusas, ilusórias. Por exemplo, como seres humanos, experimentamos as aparências ilusórias características da vida humana. A natureza delas é como uma ilusão mágica, como um sonho, como o reflexo da lua na água, como um arco-íris, etc. Poderíamos dizer que é muito como um filme da televisão. No caso da televisão, existe uma pequena caixa e as imagens que nós vemos não existem daquela maneira em lugar algum, e certamente elas não são aquilo que aparentam ser. É difícil dizer de onde elas estão vindo, mas certamente elas chegam à essa pequena caixa. E isso se assemelha muito à natureza das alucinações ou aparências confusas da existência samsárica.

A natureza ilusória do que experienciamos pode ser vista mais claramente examinando o estado de sonho. Uma pessoa pode ver muito claramente ao examinar o processo dos sonhos que tudo o que é experienciado na verdade não é nada além da mente. O que acontece quando vamos dormir é que a nossa mente se torna entorpecida e estúpida, e como resultado passamos por uma variedade de alucinações. E, naquele momento, elas parecem ser da mesma natureza e qualidade das coisas que experienciamos quando estamos acordados, exceto que quando acordamos não podemos mais encontrá-las. Elas desapareceram. Por exemplo, quando estamos sonhando, podemos ver lugares, pessoas, eventos, objetos. Mas quando acordamos, eles não estão mais no quarto onde estávamos dormindo. Eles não estão ao nosso redor. Eles também não estão dentro do nosso corpo. Eles não estão em lugar algum. Eles eram simplesmente projeções da mente. E tudo o que experimentamos é assim.

A natureza dessas experiências é algo que surge ou aparece enquanto sendo não-existentes. A maneira por meio da qual experimentamos as coisas é através dos chamados três corpos. O corpo físico, no qual experimentamos o estado de vigília, é o corpo de completa maturação. O corpo que experimentamos no estado de sonho é chamado do corpo habitual. E, o corpo que experienciamos no período depois da morte e antes do próximo renascimento é chamado do corpo mental.

Nesse sentido, todos os seres sencientes que foram nossas mães, percebem aquilo que é impermanente como permanente, o que é falso como verdadeiro, o que é irreal como real, e por causa disso, vagam pelos três reinos do samsara passando por sofrimento. Compreender isso, levará a pessoa a pensar fortemente no que ela deve fazer para trazer todos esses seres à natureza de Buda e à liberdade desse sofrimento. No entanto, ao mesmo tempo, ela entenderá que a única forma que ela poderá ajudar os outros a realizar a natureza de Buda é se ela mesma alcançá-la antes. Então, nesse ponto, uma intensa motivação deve ser desenvolvida para alcançar a natureza de Buda e para engajar-se nos os métodos que levarão a isso.

Portanto, devemos, em primeiro lugar, tomar refúgio, e depois gerarmos a atitude iluminada, a atitude do despertar, a Bodhicitta. Essa atitude irá amplificar o poder de todas as nossas ações virtuosas. Mesmo as ações ordinárias, feitas com essa boa motivação, vão se transformar em atos virtuosos que conduzem ao Despertar. Conseqüentemente, é dito que a geração da Bodhicitta e sua prática durante as atividades diárias é como um elixir mágico que transforma tudo o que toca, qualquer metal em que toca, em ouro.

É dito que se a atitude é boa, então a progressão pelas trajetórias e estágios do caminho à iluminação serão boas. E se a atitude for pobre, então a progressão pelas rotas e estágios será pobre. Por essa razão, é dito que não há uma instrução mais profunda ou necessária para o alcance da natureza de Buda que esta instrução sobre o surgimento e a manutenção da atitude do Despertar.

Todos os detentores precedentes da linhagem Kagyü confiando no refúgio e praticando o refugio externo, interno e secreto, atingiram a natureza de Buda. Assim fazendo, eles realizaram vastas atividades para o benefício de todos os seres sencientes, tão vastos como o espaço, tanto no caminho, quanto depois que eles tinha atingido a realização. Não apenas eles prestaram esse serviço no passado, mas também eles continuarão a fazê-lo até que o samsara esteja vazio de seres.

Portanto, como é dito, a distinção entre um praticante de Buda-Dharma e alguém que não está tomando o refúgio, a distinção entre um praticante do Hinayana e um praticante do Mahayana é o surgimento e desenvolvimento da atitude do despertar. Por isso, vamos dedicar a virtude do ensinamento e da escuta do Dharma esta manhã à natureza de Buda de todos os seres sencientes.

Do Shenpen Ösel Vol. 1 nº 2

