

#64 28 Versos de Tilopa a Naropa 2 – RI 2020

Lama Padma Samten

Bacupari 22/08 a 30/08

Revisão: Mônica Kaseker 26/11/2024

<https://www.acaoparamita.com.br/programa-de-treinamento-em-21-itens/> - #64

Este é um material transcrito a partir de ensinamentos orais de Lama Padma Samten. Ele é usado exclusivamente para apoiar os estudos e práticas dentro da sanga, pedimos não reproduzir em outros sites. O material está em constante revisão e melhoria; quaisquer erros encontrados são devidos às limitações das pessoas envolvidas na transcrição e na edição, e serão corrigidos assim que possível.

Caso tenha contribuições para melhorar essa transcrição, entre em contato pelo email repositorio.transcricoes@gmail.com.

Tabela de conteúdos

- Versos de Tilopa a Naropa (continuação)

- [11]
- [12]
- [13]
- [14]
- [15]
- [16]
- [17]
- [18]
- [19]
- [20]
- [21]
- [22]
- [23]
- [24]
- [25]
- [26]
- [27]
- [28]

Versos de Tilopa a Naropa (continuação)

Vou retornar um pouco. Vamos seguir de um ponto que já tínhamos passado.

[11]

*Ao se dar abrigo a preceitos rígidos, o verdadeiro Samaya é prejudicado.
Mas com a cessação da atividade mental, todas as noções fixas desaparecem
(incluindo os preceitos rígidos);
Quando as ondas do oceano se unem às suas profundezas pacíficas,
Quando a mente nunca se desvia da verdade não-conceitual e indeterminada,
O Samaya intacto é uma lâmpada acesa na escuridão espiritual.*

O que é esse Samaya intacto? É quando as ondas do oceano se unem às profundezas pacíficas, tipo Samsara e Nirvana.

*Quando as aparências se fundem com o aspecto último.
Quando a mente nunca se desvia da verdade não conceitual – Rigpa - e indeterminada,
o Samaya intacto é uma lâmpada acesa na escuridão espiritual.*

Essa visão, no meio do mundo de significados do próprio Samsara, é essa lâmpada acesa. Esse é o Samaya intacto, ou seja, os votos mantidos são como uma lâmpada acesa na escuridão espiritual.

[12]

*Livre de conceitos intelectuais, repudiando princípios dogmáticos,
A verdade de toda escola e escritura é revelada.*

A visão termina entendendo a multiplicidade das visões espirituais, cada uma no seu jeito. Então “a verdade de toda escola e escritura é revelada”.

[13]

*Absorvido no Mahamudra, você está livre da prisão do Samsara;
Estabilizado no Mahamudra, a culpa e a negatividade são aniquiladas.
E como mestre do Mahamudra, você é a luz da doutrina.*

O mestre do Mahamudra é detentor da visão, ele vê as coisas como são, portanto, é a luz da doutrina.

[14]

*O tolo, em sua ignorância, desdenhando o Mahamudra
Não conhece nada além do esforço na enxurrada do Samsara.
Tenha compaixão por aqueles que sofrem constante ansiedade.
Cansado da dor incessante e desejando a liberação, siga um mestre,
Pois quando a bênção dele tocar o seu coração, a mente será liberada.*

[15]

*Kyeho! Ouça com alegria!
Investir no Samsara é fútil; é a causa de toda a ansiedade.*

Isto é a primeira Nobre Verdade.

*Uma vez que o envolvimento mundano não tem sentido,
Busque o coração da realidade.*

Uma vez que não importa qual a transmigração, ela não vai levar a nenhum lugar a não ser outra transmigração, “o envolvimento mundano não tem sentido, busque o coração da realidade”.

[16]

Na transcendência da dualidade da mente, está a visão suprema.

Transcendendo a dualidade, há visão suprema, ou seja, o reconhecimento da não dualidade é a visão suprema.

*Em uma mente quieta e silenciosa, está a meditação suprema.
Na espontaneidade, está a atividade suprema.
Quando todas as esperanças e medos estiverem mortos, o objetivo foi alcançado.*

Enquanto houver uma mente dual há esperança. Havendo esperança, há medo, ou seja, desejo e apego. Junto com desejo e apego tem medo. Quando cessarem as esperanças é porque cessou desejo e apego, cessou a operação dos 12 elos. Quando há lucidez, além da operação dos 12 elos, o objetivo foi alcançado.

[17]

Além de todas as imagens mentais, (além de tudo que possa ser discriminado,

construído, criado) *a mente é naturalmente clara.*

Esse é o ponto da transmissão da mente, além de todas as imagens mentais, cessaram todas as imagens mentais, a mente é naturalmente clara.

Não siga caminho algum para seguir o caminho dos Budas.

Não empregue técnica alguma para alcançar o supremo despertar.

Isso aqui se refere à parte final, o aspecto secreto. Durante um longo tempo nós geramos materialismo espiritual, andamos buscando alguma coisa e nos transformando em alguma coisa. Nós seguimos o caminho dos Budas sem perceber que o ponto final nos acompanhava sempre, totalmente inseparável. Mas levou muito tempo para que nós pudéssemos realmente entender que, além de todas as imagens mentais, a mente é naturalmente clara.

Não siga caminho algum para seguir o caminho dos Budas

Essa extinção do caminho seria a visão de que tão pronto o caminho dos Paramitas surgiu, nós seguimos o Paramita até o ponto quando a gente obtém a clareza de que, além das imagens mentais, a mente é naturalmente clara. Isso é porque os Paramitas fizeram o seu efeito. Quando nós olhamos para trás já não tem mais o rio que a gente atravessou, não tem mais os ensinamentos, não tem mais duas margens. Sempre tinha sido assim.

Esse é o sentido de:

Não siga caminho algum para seguir o caminho dos Budas, não empregue técnica alguma para alcançar o supremo despertar, uma vez que o supremo despertar já está conosco.

[18]

Kyema! Ouça com simpatia!

Com a compreensão sobre sua lamentável situação mundana,

Compreendendo que nada pode durar e que tudo é uma ilusão semelhante a um sonho.

Ilusão sem sentido, provocando frustração e tédio,

Faça meia-volta e abandone suas buscas mundanas.

Kyema! Ouça com simpatia!, ou seja, não bloqueie essa compreensão, ouça compreendendo sua *lamentável situação mundana*. Isso seria compreendendo a Primeira Nobre Verdade, ou seja, inevitabilidade das frustrações, envelhecimento, doença e morte. Nós não vamos a lugar nenhum, ninguém atravessou e chegou a algum lugar. Com uma compreensão sobre a sua *lamentável situação mundana, compreendendo que nada pode durar*, tudo que a gente possa eventualmente obter, nós vamos ter que fazer esforços para manter.

Compreendendo que nada pode durar e que tudo é uma ilusão semelhante ao sonho, todas as coisas são construções que nós fazemos. Essas construções é que dão significados, seja o que for que a gente carregue. Esses significados são transitórios, eles existem por um tempo e cessam.

Compreendendo que nada pode durar e que tudo é uma ilusão semelhante a um sonho, uma ilusão sem sentido real, sem nada mais profundo, você vai viver frustração e tédio. Faça meia-volta e abandone essa busca de coisas pertencentes ao mundo dos sonhos.

[19]

Corte o envolvimento com sua terra natal e seus amigos.

Esse é um ensinamento também de Dudjom Rimpoche. É um ponto interessante porque, na medida em que nós vamos seguindo no caminho Mahayana e vamos seguindo a motivação Bodhichitta, a terra natal, os amigos, os parentes fazem sentido enquanto caminho espiritual. Agora quando nós estamos nesse ponto aqui, que é o aspecto primordial, estamos buscando a parte final que é a abordagem do aspecto secreto. Tudo aquilo que tenha significado e seja apontado como dual, separado, é visto como o envolvimento a um nível do Samsara. Então corte todos os envoltimentos, por exemplo, com sua terra natal. Quando nós olhamos terra natal vocês

podem olhar isso como a bolha; terra natal e seus amigos, isso é a bolha. Corte a ligação com a bolha.

*Medita em retiro solitário em uma floresta ou em uma montanha;
Permaneça ali em um estado de não-meditação.*

Não construa uma meditação artificial, mas simplesmente, nessa visão aqui, se mantenha na abertura de Mahamudra. Permaneça em um estado de não meditação. Uma outra forma de dizer é deixe cair corpo e mente, se mantenha em um estado não elaborado.

E atingindo o não-atingimento, (atingindo o não atingir coisa alguma, que é simplesmente abrir) você atinge o Mahamudra.

Desse lugar aberto, todas as coisas vão parecer lúcidas.

[20]

*Uma árvore espalha seus galhos de onde brotam folhas,
Mas quando sua raiz é cortada, as folhagens murcham.*

A árvore é um exemplo que é utilizado para descrever o próprio Samsara. A atividade da mente, enfim o Samsara, vai espalhando folhas e galhos em todas as direções. *Mas quando sua raiz é cortada, as folhagens murcham.* O funcionamento do tronco dos galhos e das folhas é essencialmente os 12 elos, mas quando nós deixamos de produzir a partir de um referencial, outro referencial e do outro referencial adiante, então as folhagens murcham.

*Assim também, quando a raiz da mente é cortada,
Os galhos da árvore do Samsara morrem.*

[21]

Uma única lâmpada dissipa a escuridão de milhares de éons.

Quando surge a clareza, ela ilumina todos os mundos, porque todos os mundos são construídos. Quando há essa clareza, os mundos são essencialmente a escuridão de milhares de éons, só que esses éons não existem.

Nós podemos falar sobre a diversidade enquanto um tempo infinito em que as coisas foram sendo construídas. Mas essencialmente a lucidez quebra as construções todas, porque todas elas são dualidade, construídas a partir de origem dependente.

*Do mesmo modo, um único lampejo da clara luz da mente
Apaga éons de condicionamentos cármicos e cegueira espiritual.*

Os mundos todos que podem ter surgido por éons estão incessantemente presentes. Uma vez construídos, eles seguem dentro de um tempo além do tempo, mas quando a mente abre, todos esses condicionamentos são vistos como são. Os condicionamentos passados, presentes e futuros, dentro de um tempo que não decorre, estão dentro de um tempo além do tempo, e eles cessam e são reconhecidos como tal. Isso significa que não é necessário dar sequência a eles, eles perdem a realidade, a força.

[22]

Kyé ho! Ouça com alegria!

Vejam: o que Tilopa está fazendo? Tilopa está pegando o centro do coração dele, a capacidade dele de ver as coisas como são e está oferecendo para Naropa. Ele está contemplando diante do Naropa, ele está contemplando o que um Buda vê. Isso é super raro. Para nós, fazendo esse breve comentário, nós estamos olhando as Quatro Nobres Verdades. Aqui é a descrição. A gente olhou as várias partes até o oitavo passo que é Samma Samadhi, que é o descortinar completo da visão. Aqui fica um ornamento maravilhoso dessa parte, porque quando nós olhamos a iluminação da sabedoria primordial, quando nós olhamos os ensinamentos de Dudjom Rimpoche, ele apresenta aquilo de modo claro, como chegar e como ver isso.

Agora aqui Tilopa está mostrando, tendo chegado, o que se vê. É como se fosse uma canção mesmo, como se fossem versos. Isso é a contemplação, ele olha e descreve isso, maravilhosamente assim.

Kié ho! A verdade além da mente não pode ser apreendida por nenhuma faculdade mental.

De olhos, ouvidos, nariz, língua, tato e mente. Mente associada a olhos, ouvidos, nariz, língua e tato. A verdade além da mente não pode ser apreendida por nenhuma faculdade dual, separativa.

*O significado da não-ação não pode ser compreendido pela atividade compulsiva;
Para realizar o significado da não-ação e para ir além da mente,
Corte a mente pela raiz e repouse na consciência nua.*

Se nós traduzirmos essa “não-ação” como “nada fazer”, não fica direito. Não-ação é uma ação além da ação, que é a ação da iluminação, é a clareza diante das coisas. Não tem alguma coisa sendo feita, tem uma clareza quanto à multiplicidade das aparências. Isso não pode ser compreendido pela atividade compulsiva, não tem que fazer isso, depois aquilo e depois aquilo outro.

Para realizar o significado da não-ação e para ir além da mente, corte a mente pela raiz e repouse na consciência nua (não construída).

[23]

Deixe as águas lamacentas da atividade mental se tornarem límpidas.

Por que elas são lamacentas? Porque a atividade mental, quando se exerce, produz muitos referenciais que vão ser usados posteriormente. A água fica turva, a luz não atravessa, porque quando ela começa a atravessar, nós encontramos significados e assim nós ficamos presos. Eu não sei se vocês já tiveram essa experiência. Por exemplo, está ali arrumando a casa e começa a pegar jornal velho; a gente abre o jornal velho e “Oh! Não é que o Bush deu essa ordem para o Iraque!” Aquilo já passou e não tem mais importância, mas aquilo volta. Isso é a água lamacenta, qualquer direção que a gente olha tem alguma coisa que nos prende. Nossa mente está imersa nessas águas lamacentas da atividade mental. Então *deixe as águas lamacentas da atividade mental se tornarem límpidas.*

Imaginem, vocês estão olhando o guarda-roupa e vão tirar as roupas para doar: isso aqui não, isso aqui sim, isso aqui foi quando eu fui lá receber não sei quem, fazer não sei o quê eu usei isso, esse sapato aqui eu ganhei não sei de quem, eu não posso dar. Isso é água lamacenta, nós não conseguimos desgrudar daquilo.

Deixe as águas lamacentas, dos significados mentais construídos, se tornarem límpidas.

Abstenha-se das projeções positivas e negativas.

Deixe as aparências como estão.

Não precisamos negar, só não usarmos como referência.

O mundo dos fenômenos, sem adições ou subtrações, é o Mahamudra.

[24]

A base onipresente não-nascida dissolve seus impulsos e delusões.

A base onipresente – espaço, abertura, incessantemente presente, não nascida (Khadag, Lhundrup) – dissolve seus impulsos e ilusões. Nós estamos nessa abertura, nós olhamos os significados, eles são construídos e eu não preciso de novo pegar aquilo e fazer aquele fantasma viver e começar novamente a expandir aquilo.

A base onipresente não-nascida dissolve seus impulsos e delusões.

Não seja arrogante e nem calculista, apenas repouse na essência não-nascida

E deixe todas as concepções de si e do universo se dissolverem.

[25]

A visão mais elevada abre todos os portões.

A meditação mais elevada explora as profundezas infinitas.

Esse ponto: *a visão mais elevada abre todos os portões*, isso é super importante. Nós estamos seguindo o caminho; enquanto temos a sensação de seguir o caminho é porque nós estamos seguindo o caminho. Quando o caminho termina a gente sabe que termina, mas enquanto a gente segue a gente tem a sensação de seguir.

Enquanto nós seguimos, algumas vezes temos a sensação de que nós temos uma barreira pela frente. Quando surge essa barreira, essa barreira são os portões. Na linguagem Vajrayana com sinais, Vajrayana simbólica, os portões são guardados por guardas. Quando chegamos, os portões têm guardas, eles pedem a senha. Nós não temos a senha e não temos como entrar, não temos como atravessar. Como é que nós vamos atravessar aquilo? *A visão mais elevada abre todos os portões*. Não temos méritos para atravessar, não temos a senha, nós não sabemos como atravessar aquilo.

O que é que nós fazemos? Nós sentamos diante do portão e seguimos acumulando o mérito, ou seja, ampliando a visão. Quando a visão fica clara, o portão se abre e nós atravessamos. Nós não precisamos arrombar o portão, os portões se abrem.

A visão mais elevada abre todos os portões.

E a meditação mais elevada alcança as profundezas infinitas.

A atividade mais elevada não é controlada, mas ainda assim é decisiva.

A meta mais elevada é o ser comum desprovido de esperança e medo.

Para o ser comum no mundo, ou seja, para o aspecto grosseiro surgir a dissolução da esperança e medo, havendo esse brilho interno que substitui a esperança e medo, isso é a meta mais elevada.

[26]

No início, o seu carma (o carma tem força) é como um rio caindo em um desfiladeiro.

O carma impulsiona, faz voltas e se move rápido.

No meio do seu curso, flui como o Rio Ganges, serpenteando suavemente.

No meio do caminho, quando nós avançamos já um trecho, ele vai fluir como o rio Ganges, calmo, percorrendo as várias curvas do rio.

*E, por fim, como um rio que se une ao oceano,
termina em consumação, com o encontro de mãe e filho.*

No início o carma tem uma identidade clara. Ela se defende e obtém vantagens, a energia se move totalmente desse modo, desejo e apego são intensos.

No início, o seu carma é como um rio caindo em um desfiladeiro. No meio do curso tem um nível de lucidez. O rio serpenteia, mas tem alguém andando ali, tem um propósito, tem um direcionamento. Ele vai serpenteando suavemente sem se chocar e segue em direção ao oceano. Quando ele encontra o oceano, a luz da mente aparece como o Mahamudra, ela aparece como essa abertura.

Essa luz - que é a abertura - é a fusão da água do rio com a água do mar. Quando essa identificação ocorre, então, nesse momento, o caminho individual se completa. Quando o caminho individual se completa, cessa totalmente a individualidade, ou seja, a abertura, a amplidão, a clara luz. Ela não é clara luz de alguém, ela é a clara luz. Isso significa o encontro de mãe e filho.

A mãe é a clara luz ampla. Quando a clara luz que parece existir em nós se transforma, se funde, ela é reconhecida como inseparável da clara luz que não tem individualidade. Essa é a fusão, o retorno, o encontro de mãe e filho, é a clara luz mãe, clara luz filho.

Agora ele vai dar alguns meios hábeis:

[27]

*Se a mente estiver embotada e você for incapaz de praticar essas instruções,
Retendo o sopro essencial e expelindo a seiva da consciência,
Praticando olhares fixos - métodos para focar a mente –
Discipline-se até que o estado de total consciência se estabilize.*

[28]

*Ao praticar Karmamudra (que é a prática com consorte), a pura consciência de
bem-aventurança e vacuidade surgirá.*

A bem-aventurança aqui surge inicialmente como um encontro entre duas pessoas, mas na medida em que se torna pura consciência de bem-aventurança, ela está fundida com a própria vacuidade. Se o corpo é olhado como o corpo, as sensações como sensações e o encontro entre as pessoas é visto como um encontro entre as pessoas, surge a pura consciência de bem-aventurança e vacuidade. A bem-aventurança inseparável da vacuidade.

*Tranquilo em uma união abençoada de sabedoria e meios hábeis, lentamente envie
para baixo, retenha e recolha para cima o Bodhicitta*

Isso é o foco da mente que produz o brilho interno, ele é direcionado por dentro do corpo.

Conduzindo até a fonte, sature o corpo inteiro.

Aqui, uma técnica de longevidade baseada nisso.

*Mas essa consciência surgirá apenas se desejo e apego estiverem ausentes.
Obtendo então longa vida e juventude eterna crescente como a lua, radiante e clara
como a força de um leão, você rapidamente obterá poder mundano e o supremo
despertar.*

Esse é um ponto que ele retorna sempre, porque se considera que o encontro entre as pessoas desse modo, dentro do Samsara, é a forma mais perturbadora. Como ele manifesta a energia, ele vai vitalizar todo o aspecto grosseiro. Ele pode ser utilizado para vitalizar o aspecto grosseiro e ao mesmo tempo, como ele tem a essência intensa do próprio Samsara, se essa consciência surge e, portanto, além de desejo e apego, você obterá poder mundano. Significa que com ação de poder ela se torna possível. A ação de poder significa nós não sermos arrastados pelos impulsos e pelo movimento de energia, pelos significados sejam quais forem. O supremo despertar é a compreensão completa da vacuidade, luminosidade e a não dualidade de todas as aparências com o aspecto último.

*Possa a instrução essencial de Mahamudra permanecer nos corações de seres
afortunados.*

*A instrução do Mahamudra para Naropa em 28 versos foi transmitida pelo grande guru e
Mahasiddha Tilopa ao erudito sábio e siddha de Kashmira, Naropa, próximo às margens do rio
Ganges, após ter completado suas 12 austeridades. Naropa transmitiu o ensinamento em sânscrito
sob a forma de 28 versos. O grande tradutor tibetano Marpa que fez uma tradução livre em sua vila,
Pulahari, na fronteira do Tibete com o Butão.*

*A tradução para o inglês foi feita por Kunzang Tenzin, em 1977, após a transmissão do ensinamento
oral oferecido por Khamtrul Rinpoche, em Tashi Jong, no Vale Khamgar na Índia.*