

# #01 Estrutura dos Ensinaamentos – RI 2020

Lama Padma Samten

<inserir o local e a data>

<https://www.acaoparamita.com.br/programa-de-treinamento-em-21-itens/> - #01

Transcrição: <nome do transcritor, data>

Revisão: <nome do transcritor, data>

*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 esta transcrição, entre em contato pelo email [repositorio.transcricoes@gmail.com](mailto:repositorio.transcricoes@gmail.com)

## Introdução

---

Este ano eu vou trazer as várias formas de produzir benefícios para os seres. Ainda assim o conjunto de ensinamentos tem esta estrutura que é: visão, meditação e ação. Este é o conjunto de ensinamentos originado por Garab Dorje. No entanto, se formos olhar o que aconteceu quando o Buda deu os ensinamentos é a mesma coisa. Os ensinamentos budistas sempre têm esta estrutura. Ou seja, nós precisamos entender. Então nós praticamos ou contemplamos a partir da compreensão e a partir disto nós nos movimentamos.

Às vezes esta estrutura não está claramente dividida. Por exemplo, quando o Buda vai apresentar os ensinamentos Sattipatthana, que é muito simples muito direto, ele nos convida para simplesmente contemplar. Aí quando esta contemplação se dá, ela desenvolve visão, e ela mesma já é a meditação. Temos visão e meditação juntas.

A partir disto os bhikkhus, se movem e trazem benefício aos seres. O Buda desenvolveu visão. Quando ele desenvolveu visão curiosamente atinge a iluminação. Sentado. Mas ele vai ficar 40 dias lá ainda naquele período contemplando tudo a partir desta visão iluminada que é a visão iluminada do Buda. Ele desenvolve este trabalho adicional. Depois disto ele se mantém em ação no mundo, trazendo benefício aos seres. Então podemos sempre colocar isto deste modo.

Se nós quisermos fazer um atalho para a estrutura que vamos utilizar, se quiséssemos fazer assim, por exemplo, um conjunto de itens, um eixo dos ensinamentos, depois vamos olhando as derivações que são as explicações de cada pedaço.

Mas qual é o trajeto? Tem um trajeto que podemos dizer que é um trajeto de caminho. Este caminho vai até o final. Mas tem um trajeto de realização também. Então eu vou descrever brevemente esta estrutura para que nós entendamos. Por exemplo, qual é a vantagem de entendermos esta estrutura? Quando nós

estivermos ouvindo outros ensinamentos, ou ouvindo mesmo pela internet, nós estamos ouvindo coisas, é bom sabermos em que pedaço aquele ensinamento que estamos ouvindo está ilustrando, está clareando. O que que é aquilo. Por exemplo, aqui e agora enquanto eu falo é bom entender que estou trazendo uma estrutura. Eu não estou trazendo conteúdo do ensinamento. Estou trazendo uma estrutura. Para que possamos entender melhor. Como nós temos uma vastidão de ensinamentos, se não tivermos o cuidado de olhar a estrutura, [não] tivermos uma referência nesta estrutura, quando estivermos acessando os ensinamentos, nos perdemos totalmente. Ou seja, começamos a olhar de novo e de novo as mesmas coisas faladas com outras palavras, de outro jeito, cumpridos os mesmos trajetos. Aí nós começamos a comparar como é que um falou, um outro falou daquilo.

Daqui a pouco estamos lendo outros trajetos. E dizemos: bom, mas isto aqui não tem importância, por que então falaram isto. Aí nós vamos misturando as várias seções e isto vai nos atrapalhando.

Então é melhor que entendamos esse conjunto.

Eu vou começar descrevendo a abordagem que vem antes da própria estrutura que é o panorama geral. Panorama geral é assim: o Buda primordial Samantabhadra (sânscrito) ou Kuntu Zangpo (tibetano), representa o espaço, representa na linguagem Dzogchen, Kadag. Junto com Kadag, Lhungdrup que é essencialmente o aspecto não temporal, presença incessante. Junto com isto Ripga, ou seja, lucidez. Clareza. Não há propriamente, nem decorrência de tempo, nem espaço. Então, o Buda primordial não ocorre dentro do espaço nem do tempo. O espaço e o tempo decorrem da presença incessante Kadag, Lhungdrup, Odsal e Lung: Clara luz mãe.

Isto é a realidade básica. Realidade básica não é o tempo nem o espaço como nós conhecemos. Mas a noção de tempo e espaço decorre desta experiência interna que é a experiência do Buda primordial. Então, este aspecto vai ser super importante porque a partir do Buda primordial surgem estruturas de realidade como, por exemplo, vai surgir a visão Dharmakaya, Sambogakaya e Nirmanakaya.

Na perspectiva de Dharmakaya, que é o que se aproxima do aspecto de Kadag, grande vacuidade, abertura, espaço, espaço não euclidiano, espaço interno, o que se aproxima disso é Dharmakaya.

Sambogakaya são as expressões que podem surgir a partir da mente e da energia. Surgem qualidades. Isto dá origem depois à multiplicidade de deidades, por exemplo.

Quando começamos a entender o mundo sutil, como que ele se dá, nós vamos descobrir que ele se organiza todo a partir desta estrutura do nível sutil propriamente. Quando vamos trabalhar o nível sutil, vamos trabalhar Sambogakaya. E aí tem a expressão que poderíamos chamar de grosseira, que tem aparência grosseira que é, no aspecto último, totalmente purificado e claro, inseparável do Buda primordial, é Nirmanakaya. Então, Dharmakaya, Sambogakaya e Nirmanakaya são inseparáveis do Buda primordial. Totalmente inseparáveis. São expressões do Buda primordial.

Então assim, nós começamos. Nós temos esse ambiente. Este é o ambiente onde nós estamos andando. Nós não estamos no ambiente em que nós estamos dentro do planeta terra, que nós somos seres humanos. Que nós andamos buscando objetivos aqui e ali. Que existe uma sequência temporal e que tem

posições geográficas e históricas dentro disto. Nós não operamos dentro dessa paisagem mental.

Dentro desta bolha de realidade ou dentro deste cosmos. Este é um cosmos construído, em constante modificação. Enquanto que a visão de Samantabhadra é imutável. É incessantemente presente e nós vemos claramente que é dela que brota a multiplicidade das aparências. Poderíamos dizer não apenas a multiplicidade mas a multiplicidade incessante, constantemente se renovando, das aparências de espaço-tempo e também das aparências comuns, grosseiras que também estão em transição constante assim como, por exemplo, o mundo cósmico, os planetas, as estrelas, os buracos negros em constante modificação. Constante mudança.

Então, nós não usamos isso como referência. Nossa referência, é uma referência interna. Então, este é o ambiente onde o ensinamento budista brota.

Ele vai brotar desse lugar. Ele não brota de referenciais históricos, nem do Buda histórico. Ele não brota disto. Ele até pode se referir ao Buda histórico mas isto é uma visão particular. Por exemplo, na visão budista muitos diferentes budas vêm. Muitos budas diferentes virão. Então existe algo incessante antes de cada um dos budas que vem e que segue depois de cada um dos budas.

A história do budismo não se limita e não se estreita com o surgimento das eras dos vários budas. Agora nós estamos vivendo a era do Buda Shakyamuni que vai ser sucedida, como o próprio Buda Shakyamuni explica, vai ser sucedida pela época do Buda Maitreya. E nós temos períodos, por exemplo, que são períodos do Dharma e períodos que o Dharma desaparece. Períodos dourados do Dharma e depois períodos de grande aflição e de grande degenerescência. Então, esses processos, surgem e cessam. Mas a história do budismo não está ligada a isto. Ela está referenciada a este grande espaço Dharmakaya, Sambogakaya e Nirmanakaya. Estes três níveis. E especialmente ao Buda primordial incessantemente presente num tempo além do tempo.

Então, este é o ambiente. Agora, na medida em que estamos em ambientes em constante transformação, nós podemos ver que estas constantes transformações têm uma origem. Não vou tratar aqui ainda deste tema, posteriormente nós vamos tratar disso. Mas o fato é que há sempre um conjunto de construções que serve de base para outro conjunto de construções, que serve de base para outro conjunto de construções e assim vai.

Isto não é apenas uma questão do mundo humano, mas é uma questão geral de tudo que se manifesta. Exatamente assim. Se vamos estudar as eras geológicas aqui no planeta Terra, vamos entender isso perfeitamente.

Por exemplo, o surgimento da água, o surgimento das bactérias, surgimento dos seres dá origem do surgimento da atmosfera, o surgimento da atmosfera transforma os seres que podem viver aqui dentro e tem uma complexidade constante se desenvolvendo. E esta complexidade se dá a partir da base anterior dos movimentos anteriores. Cada coisa que se estabelece dá origem, termina servindo de base para um outro desenvolvimento. E quando aquilo se estabiliza dá origem a outro desenvolvimento e este processo é incessante.

Sendo incessante este próprio processo devora as estruturas anteriores. Paulatinamente ele vai devorando. Por exemplo, os organismos anaeróbicos que existiam aqui no planeta Terra se tornaram minoritários. Eles não desapareceram, mas se tornaram minoritários, porque o próprio desenvolvimento deles produziu oxigênio que é letal para eles.

Então, é uma coisa mais ou menos assim: nós vamos produzindo lixo, o lixo termina acabando conosco. Ali no caso, eles foram produzindo um subproduto que era o oxigênio e o oxigênio vai liquidando com eles.

Isto é a essência do sofrimento. Ou seja, qualquer ação termina gerando processos que limitam os próprios funcionamentos.

Então, nós vamos olhando isto em várias direções. Então, surge aquilo que poderíamos chamar de sofrimento. Estou tratando aqui o sofrimento não como o sofrimento humano, o sofrimento dos seres biológicos, dos mamíferos. Não estou tratando assim. Estou tratando o sofrimento como uma situação do próprio samsara. Então, é natural que surja, na medida em que os seres vão produzindo seu movimento, é natural que surjam estruturas de compreensão que a cada tempo parecem dominar o processo todo.

Como, por exemplo, agora nós estamos no antropoceno, vamos supor assim. Os biólogos eventualmente chamam este período desse modo porque é dominado pelo ser humano. O ser humano dominou essencialmente os outros seres - exceto o coronavírus - dominou os seres todos e ele vai definindo a situação onde os outros seres vão vivendo. Ele vai definindo, dando os espaços e vai restringindo o funcionamento dos seres.

Então, nós estamos no antropoceno. Nós estamos impactando o ambiente todo. O ambiente está sendo conformado, configurado pela ação humana. Nós vamos vendo isto pelos incêndios, pelos processos de produção, nós vamos queimando as florestas, invadindo com os animais domésticos ligados a um processo econômico e aquilo vai simplesmente impactando tudo em todas as direções.

No entanto, esse processo não parece um processo não-natural, ele parece que é o nosso processo, nossa forma de viver. Essa naturalidade diante dos processos artificiais é chamada em sânscrito de Moha. É uma ignorância. É moha. No nosso ambiente doméstico seria o sofá da casa. Sentamos no sofá: normalidade. Tudo bem. Estamos confortáveis. Isto é moha. É uma naturalidade sem vitalidade, uma naturalidade com obtusidade mental. Uma obtusidade mental que leva a uma inércia diante das aparências.

Então, por exemplo, uma das aflições que as pessoas ligadas aos movimentos ecológicos podem ter é ver que mesmo que elas estejam engajadas numa transformação do mundo, etc., elas vivendo dentro das cidades todos os efluentes dela estão parando dentro do rio. Como, por exemplo, em Porto Alegre, boa parte do nosso esgoto, dos nossos efluentes vão para dentro do Guaíba. Então, isto é muito impactante. É muito triste. Então, a pessoa está ali e não consegue, não sabe para onde vão os efluentes, no mínimo isso. E ela não sabe para onde vai seu próprio lixo, ela não sabe para onde é que vão parar os metais pesados das pilhas que ela usa. Ela não tem controle sobre isto. Não vê. E com o tempo, enfim, ela vai fluindo e é assim mesmo. Então, nós terminamos perdendo o controle sobre isto. Quando nós amolecemos e dizemos “bom, isto é assim mesmo”, isto é moha.

Então, há dois tipos de ignorância: a ignorância moha que é a culminância da ignorância e nós temos um processo ativo de ignorância que é avidya. Que é a incapacidade de ver. A gente não vê. Começamos a viver nossas vidas, nós vivemos nossa vida e pronto. Aquela vida parece que é tudo. Então, por exemplo, se vocês abrirem os jornais e revistas hoje, as pessoas tentam manter avidya de sempre: Estão vendendo automóveis, vendendo eletrodomésticos, vendendo assim, a vida segue. Sendo que nós estamos no meio de uma grande transformação.

Um exemplo de avidya que eu tenho utilizado vez em quando é a experiência,

por exemplo, nós colocamos um bolo - aqui ninguém faz bolo muito menos com açúcar - açúcarado em cima da mesa. As formigas, não sei como, descobrem. Quando vocês vêm tem um carreiro de formigas. As formigas estão lá. Aí vocês tiram o bolo. Há! E o carreiro segue. Isto é avidya. Não tem bolo pessoal. Mas o carreiro segue.

Nós estamos um pouco nesta situação. As pessoas estão fazendo propaganda dos carreiros. As escolas estão formando formigas que são capazes de andar melhor nos carreiros e chegar no bolo. Só que não tem mais bolo. Este é o detalhe. Leva um tempo para descobrir que não tem bolo. Então, avidya é isto. Na mente das formigas está lá o bolo. Elas estão seguindo daquele modo. Tem a formação direitinho. Tem o pessoal da disciplina para elas seguirem exatamente como tem que fazer em direção ao bolo que não existe mais.

Quando nós olhamos assim – abrindo um parêntese – é a comprovação final de que as formigas têm a natureza de Buda. Porque elas não se movem por um mundo grosseiro. Elas se movem num mundo sutil. Num mundo sutil o bolo está lá. Esta é que é a questão. Então, por exemplo, quando nós falamos das bolhas de realidade, avidya e moha... O que que são as bolhas de realidade? Elas são estes mundos sutis que dominam a nossa energia, a nossa ação mental, as nossas prioridades, nos mantém em marcha, mas são ilusórias, são transitórias. No período que o bolo estava lá nós tínhamos um nível de realidade. Tiramos o bolo temos outra circunstância. No aspecto sutil as formigas seguem no mundo de avidya, presas naquela visão.

Nós podemos dizer que neste tempo que estamos vivendo agora, estamos vivendo isto. Mas não é este tempo, sempre tivemos uma bolha ou alguma coisa assim. Eu acho comovente nós examinarmos, por exemplo, a história da ciência que é, poderíamos dizer, a história das bolhas que se sucedem. Eu acho maravilhoso os cientistas – ou seja, os grandes luminares, as pessoas de grande visão de um tempo – terem imaginado que a Terra era o centro do universo, que havia uma calota em volta onde estavam todos os planetas e todas as luzes e todos os deuses e que eles circulavam junto com Apolo, no caso o Sol. Eles circulavam de um certo modo. De vez em quando acontecia alguma coisa extraordinária que era sinal dos deuses também. Tipo cometas, tipo meteoros, outras coisas assim. Era um mundo completamente maravilhoso. Ninguém sabia o que era aquela calota, de onde é que ela tinha vindo, mas o mundo era assim, era um mundo mágico. Realmente maravilhoso.

E tinha esta noção que Deus tinha feito o mundo. É claro, se tinha alguma coisa daquelas, todo mundo olhava um para o outro, ninguém tinha feito, Deus tinha feito. A prova daquilo é que estava ali. Aquilo está ali. “Foi você que fez?” “Não, não fui”. “Você sabe de alguém que tenha feito?” “Não”. Então, como isto é muito, muito grande, a gente não tem ideia o que pode ter acontecido: Deus criou. Com certeza. É assim.

Aí quando nós olhamos desse modo, tem esta noção de criador. Aí vem Giordano Bruno que sofreu realmente na inquisição. Porque vocês vejam, vem alguma pessoa que resolve ter ideias. Se aquilo está tudo escrito já pelos grandes sábios de todos os tempos, de onde é que aquilo surgiu, aí tem alguém que diz: “não, eu tenho uma outra ideia sobre o surgimento”. “Há tá!. Tudo bem. Vou te dar duas chances: A primeira é assim: te retirar dessas ideias. Sumir com isso e ficar bem quietinho. E a outra é fugir. Porque eu vou te pegar”.

Porque uma pessoa que tem ideias desafiadoras... Imagina, a pessoa: “olha, não sei se a bíblia está certa. Nós podíamos propor uma outra coisa.” É realmente impertinente. Eu acho que naqueles tempos eu era do tribunal da inquisição [risos]. Eu estava lá. Queimando gente. Porque vamos pensar: é muita pretensão. Se alguém se levantar e dizer “eu acho que o Buda está errado”, eu também, vamos botar inquisição aqui e....

É muito interessante isto. Mas aí vem o Giordano Bruno. O Giordano Bruno teve a sensação de que ele havia rasgado o véu que encobria a Terra onde havia os planetas e as coisas todas e visto o cosmos infinito com estrelas para todo o lado. Galáxias para todo lado. Ele não estava contra Deus. Ele estava a favor de Deus: “Deus é maior que vocês imaginam. Deus é muito maior! Porque isto aqui é gigantesca maior!”. Aí resolveram matá-lo. Então Giordano Bruno sofreu deste modo com a inquisição. Ele viu mas ele não conseguiu dizer que não era. Eles forçaram: “Vamos fazer um acordo. Você diz que não. Você pode conversar com sua família. Mas publicamente você diz que não. Que não é assim. E aí nós te salvamos, não tem problema nenhum”. Giordano Bruno: “não, não dá. Isto é muito grande!”. E foi morto.

Giordano Bruno viu aquilo muito grande. Eu acho isso maravilhoso. Que de tanto em tanto nós ultrapassamos literalmente a bolha. Não estamos mais presos na bolha. Nós vemos adiante. Mas eu estou aqui trazendo isto para lembrar o que seria uma bolha.

A bolha é essencial para nós refletirmos sobre o que o budismo faz. Eu falei um pouquinho sobre o Buda primordial que tem esta visão super ampla, além de espaço, tempo, além de mundos, totalmente ampla que é a realidade. E falei sobre o fato de que diferentes visões de realidade terminam por sucumbir. E que tem um nível de sofrimento dentro disto. Aqui naturalmente este aspecto da inquisição é um exemplo do sofrimento que vem da própria bolha.

Quando nós olhamos isto, vem uma possibilidade – olhando estes vários elementos – vem a possibilidade de nós entendermos o que Chenrezig faz. O que o Buda da compaixão faz.

[Parada para o chimarrão]

Chenrezig define de uma forma muito especial a compaixão. É uma habilidade que eu não saberia como descrever. Eu não tenho muita experiência com outras tradições, mas eu acho que se as tradições funcionam é por causa de Chenrezig. Ele traz a noção de caminho. Caminho no budismo é paramita. É super importante isto. Deve haver outras tradições que também se referem deste modo que eu desconheço. Mas essencialmente a noção de paramita é muito importante porque, por exemplo, ainda que o Buda primordial esteja disponível incessantemente, que ele seja nós mesmos, como nós criamos mundos sutis nós surgimos dentro destes mundos sutis como identidades que também não são verdadeiras. Elas são tão verdadeiras quanto a identidade determinada das formigas chegarem no bolo. Surge uma identidade, tem um nível sutil, uma inteligência, que impulsiona as formigas em direção ao bolo que já não existe.

Então, nós também, andamos em direção a alguma coisa. Tem uma bolha que dá sentido à nossa existência e aos nossos movimentos e nós nos sentimos aquilo porque a energia circula por dentro de nós, nós nos sentimos aquilo. Então, nós não nos sentimos o Buda primordial ainda que tenha a natureza dentro de nós que propicia até este surgimento, esta identidade, do caminho, das energias, etc. ainda que haja isto, nós não nos sentimos assim. Porque nós surgimos com uma inteligência que opera dentro da bolha buscando alguma coisa.

É assim. Este é o ponto. Aí se estabelece o processo da bolha, o processo ilusório de como que nós andamos. Então quando nós entendemos este fato, nós entendemos que mesmo que o Buda primordial seja completamente concreto, real, vivo, incessantemente presente, nós perdemos a capacidade de reconhecê-lo. Nós não vemos isto, isto não pertence ao nosso mundo. É como, por exemplo, alguém jogando um jogo, um jogo de tela de computador e aparece

num cantinho o Buda primordial [acenando]: “olha pessoal, isto aqui é uma ilusão, a inteligência que criou o jogo, sou eu. Abandonem o jogo e olhem para mim”.

Não vai funcionar. Criança nenhuma vai parar ali para olhar aquilo. Para olhar o Buda primordial. Aí tem, entrando no jogo, os vários obstáculos e problemas que vão acontecendo ali dentro. Aquilo vai produzindo um nível de aflição.

Aí vem Amitaba – o buda primordial emana Amitaba. Aí na tela aparece um ser assim, parado. A pessoa pede para tirar da frente. Não adianta. Aí vem Chenrezig: “eu vou ajudar. Vai vencer”. Este é o processo de Chenrezig. Ele cria uma artificialidade que nos leva além daquele nível de sofrimento correspondente. Ele tem que nos encontrar dentro da bolha.

Aí aparece um tutorial: “Você está indo bem no jogo? Você pode ir melhor. Por exemplo, se você meditar. Se você alguma coisa...”. Aí começa ... Chenrezig pega a estrutura da bolha e monta uma saída a partir da estrutura da bolha. Este caminho de saída é um paramita. Porque quando nós começamos a percorrer aquilo, aquilo parece um caminho sério. Quando chegamos ao final dizemos: “Páh! vou deixar isto para trás”. Porque a visão se ampliou não precisa mais do caminho. O caminho é um processo que anda por dentro da artificialidade da ilusão.

Na visão budista todas as tradições religiosas são paramitas. São caminhos. Esta é uma razão também para entender por que não deveria haver um processo excludente entre as tradições. Porque todas elas de algum modo beneficiam os seres, elas pegam os seres em algum lugar e vão levando para outro lugar, em princípio para um lugar melhor.

Sua santidade Dalai Lama chega a dizer que todas as tradições são indispensáveis. São muito úteis. E quando ele é confrontado com o fato de que algumas tradições não descrevem a iluminação, não vão até o ponto final, Dalai Lama diz “bom, mas o caminho das pessoas não é uma coisa de uma vida. É uma coisa de muitas vidas”. Então a pessoa faz uma etapa numa tradição. Na próxima vida ela faz em outras tradições que levam adiante.

Tem este tipo de abordagem.

Então, é importante entender o caminho. O caminho começa na bolha e a bolha é lugar onde estamos. Eu poderia dizer que “o caminho nos alcança onde nós estamos”. No mundo “real” onde nós estamos. Mas, eu digo: “o caminho nos pega no mundo ilusório onde nós estamos”. Nós descrevemos a bolha e não a realidade.

Nós poderíamos dizer que as tradições religiosas precisam se adaptar a realidade dos seres. Mas aquilo não é uma realidade. Aquilo é uma realidade de bolha. Não tem uma consistência real nisto.

Então Chenrezig vai nos alcançar na bolha. Agora o primeiro elemento dentro da bolha que é o elemento transformador para nosso funcionamento é a motivação.

## Motivação

---

Então, nós precisamos definir a motivação. A motivação também faz parte do caminho. Eu tenho uma motivação inicial e vou melhorando-a. Vou melhorando.

Então se nós estamos dentro da bolha a nossa motivação é reforçar a identidade. Ela está ligada ao três animais. Estamos dentro de uma bolha. Tem 3 animais. Nós vamos tentar escapar dos três animais. Se nós estamos dentro da bolha estamos presos aos 3 animais e nossa ação é essencialmente Upadana.

Eu acho este diagnóstico maravilhoso. Este é o diagnóstico que o Buda fez. O Buda usava esta linguagem. Então, por exemplo, nós estamos presos à ignorância que corresponde ao javali, o centro da roda da vida. Nós estamos presos à ignorância na forma das ações que surgem, que são representados pelo galo ou pombo, que cisca incessantemente buscando alguma coisa. E nós estamos presos à raiva, à defesa dessa identidade e à reforma da identidade porque desta raiva brota um novo javali. O javali se reinventa.

Agora, por exemplo, em tempos de coronavírus a palavra é reinvenção. Nós temos que nos reinventar. Ou seja, os javalis anteriores não estão mais funcionando.

Vamos dizer, o bolo não está lá, as formigas têm que se reinventar. É uma coisa curiosa. Se vocês olharem o carreiro das formigas, elas se desorganizam, começam a andar cada um para um lado. Dá uma confusão assim, elas não sabem para onde vão. Perderam o sentido da vida. Entraram em crise. Depois elas se arrumam segundo uma outra direção ilusória que funciona por um tempo e depois cessa também.

Então nós temos este aspecto da motivação, ela deriva para uma motivação do samsara. Motivação do samsara são os três animais. Simbolizada pelos três animais do centro da roda da vida.

Alguns mestres das tradições do início dos ensinamentos do Buda enfatizavam muito o diagnóstico disto através de Upadana. Upadana corresponde ao nono elo. Então, nós temos desejo, apego e aí temos as ações volitivas que são Upadana. Para nós as ações volitivas são totalmente naturais. Nós seguimos nossos impulsos, as ações volitivas. Estamos sempre buscando alguma coisa a mais. É isso. Upadana.

Nós nos sentimos uma identidade. Com impulso, energia e raciocínio, e temos objetivos e nós vamos nos movimentando dentro destes objetivos buscando atingi-los de modo sem fim. Nós vamos substituindo uma coisa por outra, uma coisa por outra e aquilo não acaba nunca. Este é um diagnóstico. É um sintoma da nossa situação. Então, nós vamos seguindo por Upadana.

Então, esta parte não interessa para nós. Quando nós olhamos motivação e olhamos o samsara nós entendemos: este é o problema. Aí quando nós vamos olhar motivação, nós podemos olhar, por exemplo, as motivações do caminho são: a motivação sravaka, pratyekabuddha e mahaiana. Este é o processo. Nós estamos seguindo essencialmente a motivação mahaiana. Isso é uma abordagem.

Eu diria que os cristãos também seguem a abordagem mahaiana. Porque eles buscam também trazer benefícios aos outros seres. Eles estão seguindo com esta motivação.

Aí nós temos esta motivação: “Sim! eu quero seguir deste modo. O mundo tem algo muito profundo que eu quero descobrir”. Então, da motivação nós vamos para visão.



# Visão

---

Aí entra a parte da estrutura que corresponde aos ensinamentos de Garab Dorje que é Visão, Meditação e Ação. Aqui eu coloquei etapas anteriores. Eu coloquei antes da visão a motivação. Porque os ensinamentos de Garab Dorje são para Manjushrimitra. Pense! Quem é Manjushrimitra? Não precisa perguntar por motivação. A motivação está completamente estabelecida. É um grande praticante.

Então, houve visão. Mas não havendo isto, a pessoa não tendo esta decisão, ela precisa definir a motivação. Agora, [quem tem] a motivação já é alguém que está querendo transformar sua vida. Mas nem todas as pessoas querem transformar sua vida. Na verdade, a pessoa, de modo geral está mergulhada em avidya que é a perda da visão e ela está mergulhada em moha que é o aparente reconhecer o aspecto natural de avidya. Então se as formigas estão indo em direção a um bolo inexistente: “ah! isto é da vida. Isto é assim mesmo”.

Aí tem uma formiga com mala no pescoço, recitando mantras que diz: “você estão todas erradas, estão perdidas. Porque vocês buscam aquele bolo que não existe. Depois outro que não existe. Depois outro que não existe”. “Ih...!, que papo é esse”. Isto é moha. Aquilo sempre foi assim no mundo das formigas e sempre vai ser. Qual é o problema? É isso.

Aí aquela formiga radical está querendo fazer uma transformação. Aquilo não vai dar certo. Aquela motivação não alcança aqueles seres. Então, é necessário que venha uma formiga hábil que vá ali dentro e fale com as formigas a linguagem das formigas: “Existe uma mesa onde há um bolo dourado que por mais que se coma nunca termina. Que quem jamais provar aquele bolo atinge uma condição de uma felicidade incessante. Aquilo é de uma doçura que não há nenhum bolo que jamais tenha manifestado algo assim. Aquela manifestação, aquele é o grande bolo Kadag incessante...”. As formigas: “Uau! Onde tem isso”. “Se você me seguir eu lhe explico onde tem este bolo...”

É preciso uma linguagem que funcione para aqueles seres. É assim.

Então, nós precisamos voltar para a bolha, aí tem motivação e aí vem visão. Esta parte de visão, esta categoria de ensinamento vai explicar o qué é que nós temos de mais profundo. Este é o ponto.

## Contemplação

---

Na sequência, porque a pessoa desenvolve a visão e perde a visão, ela tem que fazer contemplação. Ela vai contemplando a multiplicidade de experiências a partir daquela visão e vai reconhecendo isto. De tal modo que ela não perde mais a visão. Mesmo que ela olhe as coisas aparentemente ilusórias, as coisas aparentemente ilusórias expressam a clareza da visão e do aspecto último. Então, nós durante um longo tempo praticamos meditação e contemplação. Então não basta a pessoa ser apresentada para a visão. Porque ela pega e perde, pega e perde.

A pessoa é introduzida à visão, mas através da meditação e da contemplação a visão começa a brotar naturalmente de dentro. Se a visão brotar naturalmente de dentro a pessoa não precisa mais ser apresentada à visão porque a visão

brota naturalmente de dentro. Então quando esta visão passa a brotar naturalmente de dentro, através do próprio processo de exercício interno da visão, de ver as coisas aparecendo lúcidas, a própria pessoa ver, aí surge a ação.

## Ação

---

Então, a ação o que que é? É a utilização da visão em meio a qualquer circunstância.

Então, quando nós trabalhamos esta visão, nós podemos agora focar não apenas o caminho que leva a esta culminância, mas poderíamos olhar esta culminância com mais detalhe.

## Compreensão dual

---

Então, poderíamos dizer: existe uma culminância enquanto um indivíduo atingindo uma culminância. Então, a pessoa, por exemplo, passa a olhar as coisas mas ela vem de um caminho onde há alguém olhando. Então há sempre um ponto a partir do que as coisas são olhadas. Este ponto é apresentado, o limite dessa abordagem, o que que precisa ser feito adiante, é apresentado por Dudjom Lingpa. Porque quando nós sentamos mesmo em meditação, mesmo tendo ouvido tudo, lembrando tudo, podemos não perceber, mas temos a sensação de ser alguém vendo tudo e entendendo tudo.

Então Dudjom Lingpa descreve assim: Eu vejo tudo, entendo tudo, ele vai olhando aquilo tudo. E vai descrevendo lucidamente todas as experiências. Aí ele escuta o rugido de um animal. Próximo. Ele tem medo. “Como que eu posso ter medo? Como que eu posso ter medo?”. Ele se perturba pelo fato de que ele se perturbou.

Como que alguém que tem uma visão completa pode se perturbar? Esta é a pergunta. Então este é o limite da visão que nós poderíamos dizer que é a visão individual. Então aí nós vamos, deste ponto em diante, Dudjom Lingpa vai descrever a não-dualidade. Enquanto nós estamos seguindo o caminho nós ainda assim lembramos de coisas, falamos de coisas e apontamos coisas. Sem que percebamos estamos duais em relação às coisas, nós estamos descrevendo as coisas e eventualmente descrevemos a própria não-dualidade. Mas nós estamos descrevendo aquilo como experiências específicas mas nós estamos dentro de uma bolha. Nós não estamos dentro de uma mandala. Então, nós seguimos com os impulsos correspondentes à bolha onde estamos e esta bolha produz impulsos diferentes do que a própria compreensão correspondente traria.

Então, esse é o limite da visão individual. Porque estamos dentro de uma bolha? Porque se nós perguntarmos: você que ouviu este rugindo está onde? Aí a pessoa sente que lá está o bicho, ela está aqui e ela é um ser e o bicho é outro ser, e o bicho tem ideias que não seriam apropriadas para ela mesmo. Isto aqui não vai dar certo. Então, isto corresponde à dualidade. Ela tem toda a compreensão mas esta compreensão está presa dentro de uma visão ainda dual.

## Não-dualidade

---

Esta é uma etapa da realização. Ela começa neste ponto onde a pessoa realmente entende isto tudo e ela precisaria ir adiante. A pessoa pode dar pulo aqui direto, um pulo não-causal, não discursivo, sem caminho nenhum e compreender a não-dualidade. Assim imediatamente. Não só compreender a não-dualidade mas repousar na não-dualidade. Nós poderíamos dizer que essa não-dualidade, esse trânsito último, vem como o trânsito da clara luz filho, ou seja, clara luz enquanto alguém, para uma clara luz mãe. Que é a clara luz que neste momento não tem ainda uma descrição mas ela ultrapassa, ela é a clara luz que produz todas as aparências, que produz todas as vidas, todos os surgimentos, em todos os lados e todos os bichos que atacam.

Então, tem uma clareza disso. Tem um natural repouso. Aí não tem uma operação dual da mente. Quando nós examinamos, por exemplo, na prática do Buda da medicina, nós chegamos no ponto de dissolver os aspectos criados, neste momento a nossa consciência atua livre de tudo que é essencialmente criado. Isto seria o aspecto não-dual e não individual.

Então, tem uma clareza de que todas as ações que brotam de olhos, ouvidos, nariz, língua e tato são as ações que vão produzindo as sensações de individualidade. Então, olhos, ouvidos, nariz, língua e tato e mente associada por sua vez a olhos, ouvidos, nariz, língua e tato. Então este é o processo onde os referenciais são os referenciais dos doze elos. Nós estamos operando de um modo limitado. Então, nós vamos ultrapassar isto: nós repousamos nesta natureza não-dual. Então, esta natureza não-dual é essencialmente a clara luz mãe. Ela não é clara luz de alguém. É a Clara Luz simplesmente.

Então quando ela é clara luz de alguém ainda falta um pedacinho.

## Da individualidade para Clara Luz Mãe

---

Se nós quisermos um trajeto para sairmos desta noção de indivíduo para clara luz mãe, eventualmente nós podemos contemplar todos os seres tendo a natureza de Buda. Não só nós. Porque nós estamos fazendo um caminho onde só nós percorremos isto. Aí eu começo a olhar os outros seres e vejo que as formigas, as abelhas, os cachorros, os gatos, gambás, e graxains e tatus, etc. todos os bichos por todos os lados, as tartarugas e os peixes, todos eles têm a sua própria inteligência e constroem seus próprios mundos e fazem as coisas andarem.

Então, nós olhamos isto. Entendemos também a sabedoria da igualdade, sabedoria do espelho. Ou seja, a nossa mente consegue entender a mente do outro operando daquele jeito e produzindo suas próprias realidades.

Quando nós vamos contemplar porque isto nós descobrimos que as mentes não estão separadas. Todas elas pertencem a clara luz mãe. E isto é a base da sabedoria do espelho e sabedoria da igualdade. Aí nós vamos olhando estes seres todos.

E quando nós vamos olhando os seres todos, nós vamos olhando a partir da nossa própria experiência, nós vemos que o nosso próprio corpo tem múltiplas inteligências por dentro que são interligadas. E estas inteligências do mesmo modo que as inteligências dos ecossistemas se interligam como um tecido em vários níveis.

Então, os peixes se interligam com os pássaros, com as tartarugas, com os gambás, aquilo vai para todo lado em todas as direções. Eles se interligam com as bactérias, se interligam com os vírus e se interligam com os seres de todos os níveis. E se interligam com o planeta todo, nas temperaturas, nos fluxos d'água, de ar e etc.

## Intersubjetividade

---

E aí nós vemos que esta interligação é uma interligação super complexa porque cada ser olha o seu mundo ao seu jeito e o outro olha o mundo de um outro jeito. E estes jeitos de olhar produzem movimentos que se interligam. Então, este cosmo não é “um cosmo”, é uma multiplicidade de cosmos porque cada ser, cada inteligência tem um cosmo e estes múltiplos cosmos se interligam. Então, nós temos uma rede fantasmagórica – tem esta palavra que é usada também.

O mundo é uma superposição de múltiplos mundos, mas não linear. Não que você pega um outro mundo e põe, e pega outro e põe. Não, porque cada mundo que vem, se constitui pela “re-ordenação” e por uma visão própria do mundo do outro ser, “re-criado” aos olhos próprios. Como nós recriamos esta coluna com olho humano, sendo que isto aqui foi criado pelo olho dos eucaliptos. O olho cósmico do eucalipto cósmico produziu este tronco cósmico. Aí nós olhamos para isto e dizemos “é um poste”. Pronto. Nós pegamos isto, são contatos entre mundos. Só que podemos olhar para o tronco morto e nós podemos olhar para os troncos vivos. Então, porque olhamos para os troncos vivos, nós estamos plantando eucaliptos também por aqui.

Estes mundos se interligam. Os mundos vivos se interligam. O eucalipto tem suas ideias e nós temos nossas próprias ideias. Vamos ver o que vai dar.

E assim os seres em todos os lados. Estes mundos nem são mundos parados. São mundos em constante transformação. Todos eles acionados pela natureza luminosa que constrói realidades.

Construir realidades é assim: as aranhas constroem teias, os pássaros constroem ninhos, nós cultivamos a terra e produzimos agricultura. Isto é construção de realidades.

Todos os seres constroem realidades. Eles têm um nível sutil, uma inteligência que é inseparável dessa observação sutil, que ela produz movimento a nível grosseiro e aí os mundos se estabelecem. Quando os mundos se estabelecem os outros seres olham para os mundos. As lagartas olham para nossas plantas. Nós achamos aquilo assim um desrespeito, porque afinal são as nossas plantas. E as lagartas olham para aquilo e “Há!” resolvem redefinir aquelas realidades e andar simplesmente do jeito que elas acharem.

Porque? Porque todos os seres têm a natureza de Buda. Eles constroem mundos. Construir mundo é assim: a formiga sobe na mesa em busca do bolo que já não existe. Isto é construção de mundo.

## Clara luz filho dá sentido às coisas

---

Então, todos os seres têm a natureza de Buda. Nós vemos estes cosmos complexos interligados. E se nós olharmos dentro de nós e contemplarmos o que parece que dá sentido e impulso à vida que existe dentro de nós, nós

vamos encontrar a clara luz filho. Clara luz em nós. Ela dá sentido às várias coisas. Ela dá sentido às teias de aranha que nós construímos. Dá sentido aos prédios que nós construímos. Não só dá sentido como mantém os prédios vivos. Se dá algum problema você vai lá e pinta, substitui, arruma e mantém aquilo. Porque aquilo está mantido num nível sutil e não no nível grosseiro. Então tem uma clara luz que mantém isto. Aí quando nós olhamos esta clara luz ela ainda tem um nível de dualidade. Tem uma sensação de realidade na identidade. E quando cessa, há este movimento extraordinário da cessação das identidades, não estamos mais operando pela visão de uma identidade mas nós olhamos de modo vasto a multiplicidade das inteligências. Aí nós repousamos na vida da própria clara luz. Então, isto é na imagem tibetana, é quando uma gota d'água é jogada dentro do mar.

Qual é o único jeito pelo qual uma gota não vai evaporar? é jogá-la de volta para o mar. Ou seja, qual o único jeito que uma vida individual não cessa? Joga ela dentro da clara luz mãe. Clara Luz Mãe não cessa. então tem este ponto. Aí a gota “não, não quero voltar. Nãããã!”... voltou para dentro do mar. Ela lá dentro: “e agora o que que eu sou? o que que eu não sou.”

Então, o que que é e o que que não é? Isto é uma brincadeira que às vezes trazia que era: a garrafa com água do mar flutuando dentro do mar. Tendo o grande medo que a garrafa quebre e a água de dentro da garrafa se misture com a água do mar. Essa é esta passagem.

## Cessação da dualidade

---

Este ponto da Clara Luz Mãe inclui a não-dualidade. É uma forma de também explicar o desaparecimento da própria identidade que para nós é meio assustador porque a identidade é o último traço da bolha. A bolha não é uma bolha externa, é uma bolha que é fundida com a própria identidade que vê a bolha. Então, nós chegamos neste ponto. Nós fomos purificando a bolha e fomos purificando a identidade dentro da bolha. Entendemos tudo. Aí neste ponto agora nós dissolvemos.

Aí é o ponto final. Não tem raciocínio. Não tem alguma coisa para pensar. Não tem nada. Tem a clareza.

## Abordagem do caminho

---

Nós temos uma abordagem que é a abordagem do caminho. Então, nós vamos da bolha, passamos para a motivação possível dentro da bolha, que é o que vai impulsionar o caminho. Isso vai avançar em direção à visão, depois meditação correspondente à visão, contemplação, meditação. Isso vai nos levando à ação. Este processo pode ser circular. Nós vamos à ação num certo nível, retorna para a motivação, melhora a visão, meditação, contemplação, ação. Este pode ser um processo circular.

À medida que nós vamos andando dentro disto, eventualmente nós vamos sentindo que há uma purificação de alguém que vai fazendo estes trajetos. Isto caracteriza a visão individual. Só que esta visão precisa ser purificada. Nós temos que ir até a não-dualidade. Então, esta visão individual vai se ampliar quando nós vemos todos os seres dispondo disto. Desta capacidade da natureza de Buda. E quando nós vemos o mundo como esse cosmos complexo interligado, inseparável, onde os seres vão construindo seus mundos e isto é revisto pelo outro e aquele mundo vai se tornando complexo.

Talvez a palavra seja realmente complexidade. Tudo complexo, interligado. E desse ponto nós então vemos a Clara Luz Mãe produzindo todas as inteligências. Mantendo-as inseparáveis. As inteligências não são separadas. Elas são expressões da Clara Luz Mãe do mesmo modo que as labaredas são expressões do fogo. Ainda que as labaredas surjam e cessam o fogo segue. Então essa não-dualidade é o sorriso diante desse fogo que segue.

Um outro exemplo é o exemplo do próprio mar. A não-dualidade, esta vastidão do mar que ultrapassa a consciência de gota. Dentro dessa não-dualidade, cessa a identidade das gotas e cessa a aflição e o sofrimento correspondente aos três animais e todas as características das bolhas. Então, esta é a estrutura.

Nós temos em algum ponto. Aliás, nós estamos em vários pontos dentro de uma estrutura deste tipo. E os vários ensinamentos correspondem a isso. Muitas vezes eu fico comovido por ver sua Santidade Dalai Lama dedicar um tempo longo e uma energia definida dentro da classificação de motivação, por exemplo. Que é o início do caminho.

Sobre o Dalai lama, ele sendo uma emanção de Chenrezig, como nós vamos reconhecer que ele é uma emanção de Chenrezig? Porque ele está fazendo o trabalho de Chenrezig. O trabalho de Chenrezig é essencialmente pegar as pessoas que estejam imersas nas suas bolhas e colocar de algum modo dentro do caminho. Então, eu acho comovente ele, por exemplo, tentando melhorar a bolha. Ele não está nem tirando as pessoas da bolha ele está melhorando a bolha.

Ele diz: nós não precisamos de tradições religiosas, nós podemos utilizar o bom senso. Usamos referenciais éticos e morais. Nós precisamos é melhorar a ética e a moral. Isto é bolha. Nós vamos melhorar a bolha. Nós precisamos ser melhores seres humanos. Isto é comovente. Ele não está falando da vacuidade. Ele está falando de nós sermos melhores seres humanos. Eu acho isto comovente.

[...Falado muito em utilizar os ensinamentos na estrutura escolar<1:31:25>Comentário inaudível. <1:31:35 >]

Utilizar os ensinamentos dentro das estruturas das escolas. Dentro das estruturas de ensino. Então ele trabalha diretamente para melhorar o mundo. Se nós tivermos, por exemplo, olhando estes ensinamentos na perspectiva de visão, meditação e ação, aquilo pode parecer estranho. Porque eu estou falando sobre como melhorar as escolas através de uma estrutura moral e ética. Mas este processo inteiro está indo pro abismo. Se eu não entender que eu estou dentro de uma estrutura vazia de significado, onde os significados são construídos, eu não tenho chance nenhuma. Aí o Dalai Lama está calmamente... Ele tem uma visão de múltiplas vidas para o seres. Eu acho isto comovente. Bondade, compaixão, .... Maravilhoso.

Se nós estamos falando por exemplo de clara luz mãe, clara luz filho aquilo fica muito estranho de olhar, o ensinamento que está falando sobre como que então nós vamos tratar melhor o lixo, e vamos tratar melhor isto e aquilo. Estranho assim. Por isto que é muito importante nós vermos a grade toda. Aquilo ajuda as pessoas a passarem por um outro lugar que depois passa por um outro lugar, que depois passa por um outro lugar, aquilo vai indo.

Então é super importante entender isto. Eu acho que uma das grandes contribuições do Dalai Lama nesta vida foi justamente introduzir o budismo, tirar o budismo de dentro da estrutura monástica, que é de onde ele, Dalai Lama,

vem e trazer para dentro do cotidiano do Ocidente. Do mundo complexo que nós vivemos, dentro de um processo de globalização, de interligação completa do mundo. O Dalai Lama foi capaz de fazer isto.

Eu acho completamente extraordinário este trabalho. Só que se nós olharmos isso na perspectiva, por exemplo, da estrutura monástica nós vamos achar aquilo muito estranho. Porque o primeiro passo da estrutura monástica é você renunciar [a]o mundo e entrar num mosteiro que tem um funcionamento que é totalmente independente daquele tipo de estrutura. Totalmente independente.

Se você pensar: “não! No mínimo eu deveria ajudar o mundo a funcionar melhor, porque aí o mundo me mantém melhor”. A estrutura monástica não é necessário. Porque o ponto central é gerar mérito. Se quem tiver dentro do mosteiro tiver gerando mérito o mosteiro está garantido. Não importa o que que acontece dentro do samsara. Não importa. Se o samsara estiver muito, muito mal, você transfere o mosteiro para 200m ou 500m acima. Porque o fogo do samsara está limitado pela altitude. Porque ao subir 500m, as terras lá em cima são muito piores. O lugar é muito mais difícil de chegar. Então, as guerras do lado de baixo não chegam àquele lugar. Se em tempos anteriores aquela altitude de mosteiro era o suficiente para as guerras não chegarem, agora tudo piorou, então eu subo um pouco mais. Por que por mais fogo que tiver lá em baixo aquilo não sobe.

Eu acho isso muito interessante. É como, por exemplo, aqui. Aqui no Bacopari as terras com interesse econômico vão até um certo ponto. Dali em diante não tem. O processo econômico não consegue penetrar. Porque são colinas de areia, aquilo mudando o tempo todo, muito vento, não tem água, não tem como colocar sentido em propriedade daquilo. É como as montanhas muito altas. Você vai indo, vai indo, vai indo até um certo ponto, ainda se pode dizer que tem um interesse do mundo econômico. Adiante daquilo não tem mais. Ninguém vai se estabelecer ali. Então este é um ponto interessante. Essa é uma razão pela qual os mosteiros estão sempre em lugares um pouco inacessíveis. Super difíceis de serem alcançados porque assim eles se livram das guerras.

Quando nós dizemos “eles se livram das guerras”, não é que eles se livram das guerras daquele império que está invadindo este império. Não. Este aspecto histórico não importa. É que as guerras são as guerras. Os seres humanos produzem guerra por que eles são a expressão dos 12 elos. Eles têm desejos e apegos, eles saltam por cima dos outros, eles constroem mundos e eles tentam converter os outros mundos ao mundo deles. É simples. É como os impérios. Vão convertendo as estruturas regionais ao mesmo tipo de visão do império.

Então, a forma como os mosteiros lidam com isto é uma forma de simplesmente se manter à parte. Por outro lado os monges não estão ali para terem filhos, para terem famílias, para educar as crianças. Eles não estão ali para isto. Eles estão focando outras coisas. E quando nós dizemos que eles estão focando não é uma questão da mente. É a mente a energia deles. A energia deles funciona de um outro jeito. Com outro brilho. Então quando eles estão dentro deste processo de aprofundar os ensinamentos, fazer prática, manter um dia igual ao outro, e se ajudar em grupo, eles estão fazendo isto, e a energia deles está assim. Não é que eles façam isso porque eles estão obrigados ou presos a um tipo de compromisso.

Os compromissos eles mesmos estabeleceram porque eles acharam que aquilo era interessante. Então eles estabelecem e mantêm. Não há uma prisão nisto. Mas a mente deles brilha desse modo. Então assim funciona a estrutura monástica. Aí quando nós olhamos, novamente, Dalai Lama dando instruções para os leigos em meio ao mundo, melhorarem as suas vidas e cuidarem disso

e desenvolverem ciência e desenvolverem ética e um tecido social melhor e cuidarem de todas as pessoas, etc., aquilo pode parecer estranho na visão monástica.

Por isto que é super importante nós entendermos isto. Entender a estrutura de Chenrezig. Como é que Chenrezig atua. Se nós estamos, por exemplo, dentro da estrutura monástica e achamos que aquilo enfim, é tudo, isto é uma estreiteza. Por quê? Porque a estrutura monástica pertence a um caminho. Se a estrutura monástica não levar à iluminação, à liberação, e os seres [não] puderem andar pelo mundo como o Buda andou para trazer benefício aos outros, então a estrutura monástica não está muito útil.

Então, o fato de nós sentirmos a energia pulsando por dentro de nós, dentro do Dharma e dentro das coisas, é simplesmente a energia pulsando por dentro de nós dentro de algo que é excludente a outras coisas. Então aquilo tem um nível de avidya também ali dentro. Nós utilizamos isso para poder aprofundar. Então tem um indivíduo ali aprofundando. Mais adiante este ser vai se reconhecer como clara luz filho e ele precisa ultrapassar esta visão individual e chegar neste grande oceano, neste grande espaço da clara luz mãe.

Então aqui eu estou contemplando, trazendo exemplos de como são necessárias estas diferentes partes do caminho. É como as diferentes partes do caminho. Quando uma olha para a outra pode parecer um pouco estranho.

## Práticas

---

Esta parte, por exemplo, de todos os seres terem a natureza de Buda é muito profunda. Ela exigiria, para isto ficar bem claro, uma contemplação longa. Eu acho que esta é uma razão pela qual os praticantes têm tradicionalmente vivido em lugares muito próximo à natureza.

Isto vai nos ajudar a reconhecer [que] a chave para trabalhar neste ponto é a originação dependente. Nós vemos que o terreno anterior serve de base para um outro conjunto de ações mentais e de energia. E este conjunto novo que começa a surgir serve de base para um outro. E assim nós vamos olhando. Nós vamos olhando na direção da expansão e nós vamos olhando como que aquilo veio vindo de baixo. Isto é superimportante.

Então hoje de manhã eu considero que eu conclui esta etapa da estrutura. Eu estou trazendo este primeiro objetivo e nós vamos andar por dentro desses conteúdos. Ou seja, entrando em cada uma destas partes da estrutura e clarificando isto. Cada uma destas partes tem textos correspondentes, quase que infinitos textos correspondentes, em diferentes níveis. Então nós vamos trabalhando isto.