

## 36 Roteiro dos Oito Pontos – Indo Adiante no Segundo Ponto – RI 2020 Lama Padma Samten

<inserir o local e a data>

<https://www.acaoparamita.com.br/programa-de-treinamento-em-21-itens/> - #36

*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).*

### Tabela de conteúdos

---

- [8 Pontos Prajnaparamita - Indo Adiante](#)
  - 2D

### 8 Pontos Prajnaparamita - Indo Adiante

---

Tendo visto esse item 2C, que trata dessas bolhas cruzadas que vão gerando comportamentos incoerentes, o ponto principal é que nós não fiquemos fixado à perspectiva item 2B, e as perturbações surgem a nível individual, quando estamos em um ambiente regido por uma bolha e ficamos sem perceber operando por outras bolhas. Isso pode ocorrer individualmente ou socialmente.

### 2D

---

Agora o item 2D trata de como nós podemos treinar nisso. Essencialmente esse treinamento é a contemplação. Aqui, eu vou apenas trazer sugestões de exemplos de contemplação para o estabelecimento de mandalas. Nós começamos com esse primeiro item, que ele está ainda bem no início, que é o item 1A. Isso é, isso não é, isso é. Nós vamos operar com esse tema de contemplação. nós entendemos. Aquilo que é, não é. Aquilo que não é, é. Então isso é, isso não é, isso é. Nós já estudamos mais ou menos isso, mais ou menos nós entendendo.

Nesse estabelecimento da mandala nós precisamos contemplar longamente. Contemplar significa encontrar exemplos. Eu estou aqui sugerindo que nós tomemos cada um dos seis reinos. Nós podemos tomar os seis reinos, cada reino de uma forma ampla, assim. Mas eventualmente nós podemos começar a olhar cada reino com experiências mais e mais detalhadas ali dentro. Esse tema é praticamente infinito. Se nós entrarmos pelos seis reinos é o samsara inteiro em todas as direções. Nós podemos tratar reino dos deuses, semideuses, nós reconhecemos que a experiência deles, em cada lugar, aquilo é, mas aquilo não é, no sentido de que aquilo não é em si mesmo, aquilo é co-emergente e surge

com o próprio personagem. Quando nós chegamos a conclusão que não é, quando nós vemos que não é, nós vemos que mesmo não sendo, *zupt*. Aquilo é a linguagem, aquilo opera. Se nós quisermos começar com um exemplo base, começa com o tabuleiro de um jogo. Aquilo é. Mas nós dizemos: Bom, isso aqui é *fake*, isso aqui é construído. Totalmente artificial. Então não é. Quando eu disser que não é, eu não consigo negar de fato, porque aquilo enfim está operando. Aquilo opera e tem uma subjetividade que as pessoas entendem. Esse é um ponto, a partir disso nós olhamos. E o reino dos deuses? Ele não seria, enfim, completamente real? Nós precisamos olhar a experiência dos deuses, a experiência dos semideuses, humanos, suas várias possibilidades, dos animais, dos seres famintos e dos infernos. Nós olhamos isso assim com cuidado, se nós pudermos olhar detalhes dentro do reino, melhor. Vocês vejam assim, isso é a primeira parte. Mas quando nós tratamos desses reinos nós estamos tratando de todo mundo vivinho? Todo mundo assim, de um lado para o outro?

Mas nós temos os 6 bardos pessoal, nós temos estados em que a pessoa está viva, operando com os sentidos físicos, para todo lado e esses sentidos físicos balizam a operação da mente. Isso é que é estar vivo. Mas nós temos alterados, tipo a pessoa está assim meditando. Em princípio, não são os sentidos físicos que estão balizando a operação da mente, não é. Em princípio, a pessoa tem até uma observação interna, que ela vê o que está acontecendo. Isso é o bardo da meditação ou é um outro estado. Não é um estado comum, de operação. E o que acontece ali dentro? No bardo da vida, olhos, ouvidos, nariz, língua e tato, ela olha: isso é, isso não é, isso é. Ele entendeu. Agora, quando eu estiver meditando? Daí aparecem imagens. Isso é, isso não é, isso é, se aplica. A pessoa vai contemplar isso.

No momento em que a pessoa estiver sonhando, no bardo do sonho. A pessoa... se durante o sonho, se ela puder tudo bem, se não, a pessoa isso é, isso não é, isso é. Aquilo fica claro. Então ela vê direitinho, ela viu aquilo, aquilo não é, mas mesmo aquilo não sendo, aquilo é.

Tem o bardo do morrer. A pessoa está morrendo, a pessoa tem uma alteração da sua percepção. Aquilo que ela percebe se aplica a é, não é, e é, ou não? Ou agora é tudo real? A pessoa percebe que realmente é, não é, e é.

Tem o bardo do pós-morte. A pessoa está no além. Daí lá a pessoa aparece Maharaja, a pessoa diz um momento: "isso é, isso não é, isso é". Não é. Maharaja faz rhuumm (rugido)..mas é (risos). É assim.

Isso são seis bardos. A pessoa: É, não é, e é. Ah.. Vem Maharaja para dizer a você: Isso e aquilo. O ser diz: Maharaja, você já pensou isso é mesmo? Isso é, não é e é? Maharaja diz: Eu não sei (risos) e agora? O ser diz: Você nunca teve uma crise de identidade, assim? Não saber quem é que você é? Por que você está sempre nesse papel horrível de pressionar as pessoas assim? Você nunca pensou que você poderia ser um Buda? Por exemplo, atingir a liberação e no mínimo desenvolver bodichita, acolher a pessoa que passou super mal, tudo isso e agora acolhe a pessoa. Se você continuar assim você vai ficar preso por um tempo, sempre atemporal, fazendo esse tipo de papel. Você se sente bem? Olhe a sua cara no espelho. Não está uma cara horrível? É assim, nós morremos já com o espelho na mão, aparece Maharaja, você está com uma cara horrível.

Tem o bardo do renascimento. A pessoa consegue dizer, bom, agora, eu vou morar lá, agora eu vou fazer isso, fazer aquilo, agora estou me sentindo mais inteiro, agora vou

fazer.. é esse o movimento. Isso é o bardo do vir a ser. Quando a pessoa olha isso aquilo é, não é e é, aí a pessoa analisa isso. Eu já fiz tantas vezes isso. Aquilo era. Mas depois, não era. Depois, mas mesmo que, embora não fosse aquilo, parecia que era. Nós olhamos, seis reinos, seis bardos.

Nós olhamos a grande armadilha da intersubjetividade. É uma situação grave assim, por exemplo, nós não só temos a nossa mente confusa, mas nós olhamos para o lado e nós estamos no meio da confusão e a outra pessoa diz: Sim, você está indo super bem, é isso mesmo. A pessoa diz: Bom. Tem esse ponto, nós podemos estar todo mundo dentro do mesmo barco como está hoje, socialmente, nós estamos vivendo blocos e visões desse tipo, e nós temos gabinetes específicos, que estão para produzir emoções específicas nas pessoas, fez tudo disparar coisas, criar realidades específicas. Surge o que? Esses seres que são atingidos, os seres que são acionadores, todos eles geram uma intersubjetividade. Aquilo é uma realidade. É uma realidade que está ali. Tudo direitinho. A pessoa tem a sensação de que aquilo é verdadeiro. Tem teorias maravilhosas que surgem tipo: terra plana (risos) e coisas assim. Continuam funcionando. Isso é intersubjetividade. Nós olhamos se a intersubjetividade trata de coisas que são, depois nós dizemos, não são. E quando nós dizemos que elas não são, nós nos damos conta que elas aparecem como se fossem, são. Nós olhamos isso. A intersubjetividade nós precisamos olhar com muito cuidado porque a intersubjetividade é o que conduz o rebanho. Aquele rebanho, por uma razão que nós não sabemos qual começa a se mover e todo mundo se move naquela direção. A intersubjetividade tem essa conexão.

Eu acho super importante também que nós contemplemos o tema da complementaridade, que é uma expressão que vem de dentro da física. Essa expressão pode ser representada em outras áreas do conhecimento, pela expressão complexidade. Vocês podem botar lá, complexidade ou complementaridade no *google* e vocês vão descobrir a importância disso. A complexidade ou complementaridade tratam do fato quase essencialmente isso é, isso não é, isso é. É essencialmente isso. Mas a complementaridade é como se tivesse alguma coisa a mais. Isso é, isso não é, isso é, e isso pode ser várias coisas outras também. Porque se aquilo é e não é, mas é, esse é, não é, é, ele não tem uma única direção. Eu posso gerar vários é, não é, é, com o mesmo ponto de ação que toque em: olhos, ouvidos, nariz, língua e tato, ou seja, eu acho que eu consegui explicar um pouco mais do que a coisa naturalmente se apresenta. Vamos tomar um exemplo que fique mais claro, em um mesmo lugar, os deuses têm a experiência dos deuses. Os semideuses buscam a experiência dos semideuses, os seres humanos dos seres humanos, os famintos, os animais, os reinos dos infernos cada um no seu.

Para cada um nós dizemos: isso é, isso não é, isso é, tudo bem. Nós chegamos a essa visão. Nós não conseguimos uma base comum para eles todos. A complementaridade ela diz assim, ou a complexidade: se eu tiver uma única visão de que aquilo é, não é, e é, ela é mais restrita do que se eu tiver seis visões disso é, não é e é. Se eu sou capaz de entender, mesmo se for verdade, experiências contraditórias, por exemplo, a experiência dos deuses é contraditório com os semideuses, contraditório com os humanos, etc. Mas o conjunto dessas experiências contraditórias me dá uma leitura melhor sobre aquilo que eu estou olhando do que apenas uma visão. Vamos supor que eu olhe sob o ponto de vista humano, eu estou aqui descrevendo complementaridade e complexidade. Eu olho sob o ponto de vista humano, aqui. Eu tenho uma visão, ainda assim eu digo tudo que me brota nesse sentido humano, é uma coisa construída, isso não é. Que seja construído, é como eu vejo. Como eu experimentei, então, é. Mas aí eu vi sob o ponto de vista humano. Eu tenho uma visão, que é uma visão unilateral, ainda que ela tenha o aspecto de vacuidade, ela seja

super profunda. Mas se eu olhar na perspectiva da complexidade e da complementaridade, eu posso enriquecer eu como humano vejo assim, que espantoso isso, ou eu como humano me engano assim. Eu como Deus me engano assim, eu como semideus me engano assim. Eu vejo uma complexidade de visões possíveis de enganos. Eu como aranha vejo assim, eu como formiga vejo assim, como escorpião, vejo assim, como cobra eu vejo assim. Nós não só nos livramos da fixação específica da nossa própria visão, e enriquecemos a nossa visão com o fato de aquilo ser real, e não ser ao mesmo tempo, mas eu enriqueço porque eu vejo sob a perspectiva de muitos outros seres. É uma visão muito mais ampla. Mesmo que eu esteja incluindo outras visões que não são finais, não são verdadeiras, mas eu vejo que o conhecimento ele se amplia. A complexidade e a complementaridade são muito próximas, elas não são iguais. Eu vou explicar porque elas não são iguais. Porque a complementaridade é melhor do que a complexidade, não apenas porque vem da área da física. É porque, por exemplo, a complexidade ela reconhece as múltiplas visões, e pronto. A complementaridade considera que as múltiplas visões são riqueza. Ela agradece a multiplicidade de visões. Ela tem uma sensação de uma amplidão de fato. Enquanto que a complexidade vê essencialmente a mesma coisa, mas ela vê a complexidade, ela não vê a harmonia que brota das visões diferentes. A complementaridade, o próprio Niels Bohr dizia que ela é a base para a paz das pessoas e a paz das nações, por exemplo. Pense! Ele olhava assim. Porque ele era um físico, mas de repente, ele já não era mais um físico, ele era um ativista, um pacifista, como a maior parte dos cientistas, e depois da guerra, eles se transformaram em pessoas assim.

Foi muito interessante isso assim, abrindo um parênteses, porque os cientistas se engajaram em um esforço de guerra e eles tinham a sensação de que aquilo que eles produziam era um tema de ciência e estava sobre o poder deles. Mas em um certo momento, quando eles viram as bombas nucleares e as ameaças que é necessário dizer, pessoal que aquele bombardeiro B29 que eles usaram para lançar as bombas nucleares, e as próprias bombas nucleares, aquilo era um salto tecnológico dos americanos. Têm essa série na netflix - sobre a segunda guerra mundial, que quando vocês chegam naquela parte final vocês vão ver os documentos que dizem que o próprio presidente (não era o Trump, era o Truman - parecido assim) ele pensou: eu vou atacar os russos e os chineses. Eu vou atacar Pequim e vou atacar Moscou. Do mesmo modo que nós vencemos os japoneses, nós já vamos resolver o problema geral. Enquanto ele pensava, os russos lançaram a primeira bomba nuclear deles, e começou a guerra fria. Porque eles viram que não podiam atacar porque eles poderiam ser atacados também. Nós estamos nesse ponto, pessoal, isso foi em 1945, nós estamos em 2020, e a coisa é igual. É importante nós entendermos, fechando o parênteses, como vem esse movimento dos cientistas, os cientistas viram essa gravidade, foram até o Truman, e disseram nós não queremos que isso seja usado para a guerra, para bombas. Nós devemos agora criar um tempo de paz. Nós temos a tecnologia, agora terminou a guerra, nós vamos construir um tempo de paz. O Truman (hahaha risos) foi a risadinha final que garantiu a separação entre os cientistas, os pacifistas e o governo. O governo tinha razões de estado que só eles entendiam e isso não tinha nada a ver com cientistas. E os cientistas de repente viram que eles perderam isso. Se vocês verem, tem uma revista que se chama Boletim dos cientistas atômicos, (*Boletim Atomic Scientists*). Na capa tem sempre um relógio, assim, e tem o ponteiro mais próximo da meia noite, um pouco mais afastado. Que a meia noite é o fim, o apocalipse, o apocalipse nuclear. Eles estão sempre olhando, tem períodos que aquilo está próximo, tem períodos em que está um pouco mais afastado. Vocês podem acessar isso, os cientistas têm uma consciência crítica do processo e da situação, como nós estamos vivendo. Não só nós temos *National Geographic*, que se preocupam com essa parte, essencialmente biologia,

mas os boletins dos cientistas atômicos tratam essas questões políticas todas, esses desdobramentos todos eles tratam constantemente. Esse ponto é interessante, pois o Niels Bohr vai se transformar em um pacifista, do mesmo modo que o Einstein e outros grandes cientistas. Hoje ainda nós vemos, de vez em quando tem algum cientista que sai da área da guerra e troca de lado e se transforma em um pacifista assim, o Niels Bohr dizia: “A paz só é possível se nós pudermos entender o outro no contexto do outro. E quando nós conversamos, todo mundo olha seguindo um, depois todo mundo olha o outro, depois olha de forma ampla e estabelece as relações como deve ser.” Ele se deu conta disso. Aquilo se aplica na ciência, mas não é limitado, porque está ligado à teoria do conhecimento, a teoria da visão da realidade, como que a coisa é. O próprio Niels Bohr dizia: “Esse tema da complementaridade não é um tema da física, é um tema que se aplica super bem à física.” Esse é um tema que já foi abordado por muitos pensadores em outros tempos, agora isso se aplica perfeitamente no campo da ciência e no campo da física. Só que ele não citou quem eram os pensadores antigos que ele mencionou. E os biógrafos deles estudaram isso com cuidado, e não localizaram.

No século XVIII o budismo penetrou na Europa, provavelmente ele havia entrado antes mas no século XVIII entrou de forma clara. Influenciando muito os filósofos do século XVIII e século XIX. É natural que esses desdobramentos todos eles venham no início do século XX. Aqueles pensadores todos já tinham, vocês vão encontrar o Nietzsche, por exemplo. O Nietzsche bebeu do budismo e vários outros. Só que o Nietzsche bebeu de uma perspectiva. Quando o budismo foi chegando na Europa, ele chegou através de pensadores cristãos, que trouxeram uma perspectiva moral do budismo, que não é o caso, ou seja, faça isso, não faça aquilo, eles usaram isso. Nietzsche pegou a vacuidade mal humorada, e tirou o sentido das coisas. Tem vários desses pensadores daquele tempo que pegaram a negação da realidade. Eles não viram o aspecto luminoso, o aspecto das mandalas, eles não viram isso. Para vocês terem uma ideia, o primeiro ocidental que subiu a cordilheira e chegou no Tibet foi um português. Quando ele viu os desenhos de mandala e viu as figuras tântricas, nos desenhos de mandala ele viu a cruz. Ele diz, isso é um cristianismo. Quando viu as figuras tântricas, degenerado. Nós publicamos isso na revista bodisatva, eu não sei qual delas, aquilo está praticamente em uma última página, bem no finzinho, de uma das primeiras bodisatva. Foi o Antônio Carlos que mandou do Rio de Janeiro, ele era uma pessoa que lia muito, e ele nos ajudou a ver isso.

Eu estou aqui falando da complementaridade e complexidade como exemplos de contemplação: é, não é, é. Quando nós olhamos esses exemplos nós reconhecemos. Eles viram o é, não é, e é. Sendo que a complementaridade trabalha na riqueza da multiplicidade das visões, é, não é, é sobre uma mesma coisa. Eu acho muito interessante nós percebermos isso, porque quando nós trabalhamos com a experiência individual eu olho para uma coisa eu digo é, depois eu digo ah não é, mas é, eu penso que encerrou o assunto. Mas uma pessoa do meu lado, ela não coincide com o mesmo é inicial meu, portanto, nem com o não é, e nem com o segundo é, ela não coincide, o terceiro também não coincide, e nós temos vários que não coincidem, isso é complementaridade e isso é complexidade. Se nós estamos em uma comunidade de pessoas que olha uma certa coisa, cada um tem uma visão, nós respeitamos. Isso é complementaridade, nós estamos olhando de um certo jeito, mesmo que cada um diga: Essa é a minha impressão. Isso é o que brota de mim, eu não estou preso a isso porque eu sei que isso é uma construção, mas desde o lugar que eu olho eu vejo isso, essa comunidade que pensa assim, ela pensa de um modo muito mais poderoso do que alguém que pensa individualmente. A complementaridade ela tem um efeito super importante, na administração, gestão, em políticas públicas, ela tem realmente uma importância, assim. Tudo isso que eu estou

dizendo é uma forma de contemplar, estou dando um exemplo de como é que contempla isso. |Nós temos, por exemplo, nesse tema de estabelecimento da mandala nós temos que incluir essas várias coisas. Nós temos a ciência, o conhecimento em geral, por todos os lados, o conhecimento científico por todos os lados, então nós perguntamos, enquanto um cientista diz isso é, ou não é e depois é, nós precisamos ter a maturidade de entender que tudo o que o cientista falar também está dentro de é, não é e é. Precisa entender isso. A psicologia, a causalidade, os jogos de tabuleiro, o samsara por um todo, os doze elos, identidade, o mundo interno. Mundo interno, não falei nada de mundo interno ainda. Meu corpo, minhas sensações, minhas disposições mentais, minhas emoções, minha energia, não falei nada. Mundo interno inteiro. Que pode ser trabalhado através dos itens todos do Maha Satipatthana e Anapanasati.

Maha Satipatthana tem um detalhamento sobre a contemplação do corpo, aqui eu estou fazendo essa listagem, mas eu não tenho a pretensão de que essa listagem ela seja abrangente, estou dando uma listagem, esse tema da contemplação, enfim ele vai abarcar tudo aquilo que nós focamos Mas eventualmente tudo aquilo que outros seres focam. Nós precisamos olhar os outros seres e vê-los fazendo isso também. Não apenas os seres humanos, mas também os outros seres. Com isso eu encerro o item 2D.