

Retiro A Visão Budista da Vida e da Morte

Lama Padma Samten

CEBB Bacopari – 22/05/2021 - Tarde
<https://youtu.be/xa2bOk7mzkc>

Transcrição: Débora Agnes e Vanessa Sandri
Revisão: Ana Nedochetko, José Benetti, Mônica Kaseker (19/07/2022)

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

O bardo da morte

Estamos olhando o bardo da morte. Já vimos uma parte pela manhã. Agora a gente vai seguir. Nós estamos nessa pergunta:

O que acontece quando morremos?

Esse é um ponto interessante, porque a gente não teve, de modo geral, nenhuma instrução sobre o corpo, sobre o funcionamento do corpo. No Prajnaparamita não estamos olhando isso. Estamos olhando sempre um aspecto bastante amplo. Aí vem essa pergunta. Bom, mas e aí? O que acontece quando a gente morre? Nessa parte, eu acho que se a gente quisesse ter uma base para poder focar isso, a gente teria que realmente praticar o Satipatana: consciência sobre o corpo. A gente precisa olhar isso. Eu acho essa meditação no foco sobre o corpo super importante.

Mas, essencialmente, na medida em que nós vamos contemplando o corpo, o que vamos encontrar? Vamos sempre entendendo que o objeto que a gente localiza é como todos os objetos externos também. É uma coisa inseparável da própria visão da mente que está operando dentro de uma base. Essencialmente isso. Então, nós olhamos para dentro do nosso corpo e vamos ver isso. A gente não consegue olhar aquilo de um modo direto. A gente olha sempre desse modo. Então, o que nós vamos chamar de corpo é naturalmente luminoso. Mas aqui nós temos elementos adicionais de complexidade porque, por exemplo, quando eu olho para o poste, eu não espero que o poste tenha uma autoconsciência e que tenha uma vida que sustenta ele mesmo. Isso é uma coisa fácil de ver. Se eu tirar uma lasca do tronco da árvore, daqui a pouco vou olhar e aquilo tudo está se fechando. Mas agora, eu olho para este poste aqui, corto ele e nada. Ano após ano, olho para ele e está com uma cara mais ou menos igual ou diminui um pouco. Então, eu não posso dizer que tenha vida dentro. Eu fico olhando assim: seria o quê? Quando nós vamos olhar isso, a gente vê os cientistas com uma pinça micrométrica com uma célula, põe aqui e nutre. Vira duas, três e multiplicam pra cá, multiplicam pra lá. Aquilo está vivo, né?

Quando nós olhamos para dentro do corpo, de um modo geral, o corpo está vivo. Exceto quando a gente morre. Daí o que significa isso? Vocês estão olhando com

cuidado. Estão lá, Satipatana, meditando. Olhando o corpo. Daí vocês vão observando que tem alguma coisa que conecta a mente de vocês com o próprio corpo. Caso contrário o braço não levantaria. Teríamos alguns problemas. Por enquanto estão levantando. Eu estou velho e continuo levantando o braço. Então, como é este fenômeno extraordinário que o braço levanta e abaixa? Às vezes, ele levanta sozinho? Ele não teria essas ideias. De modo geral, ele aguarda pacientemente. "Não é para levantar?" "Não é." "E agora?" "Agora é." Aí ele levanta. Está super treinado. Tem coisas que ele faz sozinho. Tem um corte, a gente diz: "Você se vire, isso é com você!" Ele vai lá e vai fechando. Gosto de ver quando me lasco, nem lavo só pra ver o que ele vai fazer. Ele começa e vai ajeitando, vai ajeitando. Daqui a um pouco, está tudo arrumado. Mas, por exemplo, tu vês uma criança que se lasca, ela quer o quê? Band-aid, colocar curativozão e passar esparadrapo em toda a volta. Colocar todo tipo de remédio que tiver ali dentro. Aquilo está atrapalhando tudo. O ferimento para um, o ferimento para outro são coisas diferentes. Uma coisa interessante. A mente vai olhando.

Mas seja como for, tem uma inteligência que vai tratando de arrumar tudo. De modo geral, sistemas vivos todos têm inteligências que vão tratando de arrumar. É como se tivesse um padrão sutil e aquilo vai se arrumando, se organizando. Quando olhamos para dentro, olhamos para o corpo. Não estamos olhando para um poste. Nós estamos olhando para um sistema que tem inteligências e nós podemos acoplar a nossa mente com essas inteligências. Essas inteligências também andam por si, funcionam por si. O Buda diz: as unhas crescem, os cabelos crescem. Aquilo funciona por si, tu não comandas. O processo de digestão ocorre. Aí tem sistemas que tu tens algum nível de controle, outros menos, outros que tem um controle indireto. A digestão é um deles. Tu te alimentas e tem um grande problema e tem vontade de vomitar, tem uma diarreia que te dá porque precisa liberar aquilo para poder funcionar.

Eu aprendi também que quando tu tens um ferimento interno, uma espécie de hemorragia interna, o corpo começa a fechar em torno do lugar onde está saindo sangue. Tem uma inteligência de fechar. Os músculos vão apertando e o lugar onde tem a hemorragia vai fechando. Por exemplo, se vocês têm uma hemorragia abdominal, vocês não sabem. Sofreram um acidente, por exemplo. Pode acontecer. Tu não sabes se está com hemorragia interna ou não. Se estás com um problema mais grave. Vê como está o teu abdômen. Se tu estiveres com o abdômen duro, estás com uma hemorragia interna. Ele está fechando a hemorragia. Então, tu não sabes porque, mas aquilo começa a apertar, daí tu fica com dificuldade até de respirar. Mas está bem. Esse ponto onde o músculo liso vai encontrando o sangue, ele vai fechando, tem essa noção assim.

É interessante. A gente tem várias inteligências, daí a gente começa a olhar. Olha o processo digestivo, peristaltismo, o batimento cardíaco, frequência respiratória. Tudo isso são coisas que tu consegues lidar um pouco, mas outro pouco aquilo invade e vai operando. Então tem uma ligação da nossa mente com estes sistemas que são sistemas vivos, que têm uma autonomia. Quando a gente diz que são sistemas vivos, eles não são sistemas mecânicos. Também geram luminosidade de mente, são inteligências que operam desse modo. Eles também estão operando por dentro de bolhas e se movimentando de um certo jeito. Nós temos uma coletividade, uma população interna de células humanas e, que surpresa, não humanas também. Tem células não humanas operando dentro de nós e participando de um modo crucial no nosso funcionamento. Então, enquanto estamos vivos nós estamos com essa

coletividade operando. Quando morremos, a coletividade curiosamente não morre imediatamente. Tanto que somos capazes de tirar um órgão de uma pessoa e colocar em outra e o coração sai batendo. Tira o cérebro de uma pessoa e coloca na outra. Leva as nossas ideias todas assim. (risos) Isso é o que eu queria ver. As ideias não estão onde está o cérebro. Por exemplo, essas grandes figuras. Outro dia, eu estava vendo, pegaram o cérebro do Lenin e cortaram em fatiazinhas para estudar, cérebro do Einstein, cérebros de grandes seres. No entanto, as ideias deles seguiram. Aquilo não estava no cérebro, sempre se proliferando. Aquilo, se tu corta ou preserva não faz diferença nenhuma. Não é o que está ali. Aquilo continua vivo. Mas, quando vocês vão analisando tudo a partir da origem dependente, surge uma visão darwinista budista. Ou seja, tem um processo de desenvolvimento que é completamente visível. Como que as coisas mais simples vão se agregando e gerando as coisas mais complexas. Aquilo vai indo.

Vamos entrar na medicina tibetana, na contemplação desses aspectos. Os mestres no passado viram que as coisas são regidas pelos cinco elementos e os elementos vão se gerando uns aos outros. Então, no processo de vida, nós temos por base o elemento terra que vai gerando os outros elementos. No processo de morte, nós temos o contrário. Nós temos a dissolução de um por um dos elementos. Nós temos o elemento espaço, que vai gerando o elemento ar, que vai gerando o elemento fogo, que vai gerando o elemento água, que gera o elemento terra. Quando nós morremos, a gente começa a dissolver o elemento terra no elemento água, o elemento água no elemento fogo, o elemento fogo no elemento ar, o elemento ar no elemento espaço. Deu. Foi.

Esses elementos são o processo onde a mente está se relacionando com o corpo. É como se os dois vissem a mesma coisa. Em função disso, o corpo se move desse modo. Não é que isso foi criado e depois acionado, ou seja, em um certo momento, apertou o botão e começou a funcionar. Não. Isso foi por origem dependente. Ou seja, aquilo vem vindo aos poucos. Vem vindo aos poucos este processo. Vai se complexificando, tornando-se mais complexo aos poucos. Mas quando vocês olham isso, tem alguma coisa que impulsiona os elementos. Daí vocês vão olhar, isso que impulsiona os elementos é essencialmente a energia que produz a origem dependente. O funcionamento da origem dependente.

Na dependência da imagem do templo e da necessidade do telhado, olhamos para os postes e pum! Está aqui: colocamos os postes enfileirados, uns por cima. Isso aqui vira tal coisa. Então aqui é o aspecto cognitivo que brota. Mas antes do aspecto cognitivo, tem o aspecto da construção luminosa dos objetos. Depois de imaginar os postes, posso imaginar o funcionamento, a operação, o contato deles. Mas o que leva a pessoa a sustentar a noção de um templo e a aspiração de fazer um templo? Tem uma energia por dentro disso.

Essa energia termina sustentando o processo todo. Só vai trocando, agora vamos colocar aquela janela, vamos pintar dessa cor, fazer este piso. Ela vai trocando, não está presa no poste. Mas é uma energia que vai conduzindo o processo de origem dependente. Ela vai conduzindo. Então, os processos todos de origem dependente são acionados por uma luminosidade. São acionados por um processo luminoso que vai produzindo este funcionamento. Esse processo luminoso opera

através dos condicionantes. Quando os condicionantes mudam, está operando por outros condicionantes. Mas ele tem uma direção. Vai movimentando. Este processo de movimento está baseado na mente primordial. Está antes da mente fundamental. Ele energiza a mente fundamental que é condicionada. Que vai operando nas várias bolhas e fazendo tudo funcionar.

Ele vai acionar as oito consciências: dos olhos, ouvidos, nariz, língua e tato. Vai acionar a mente, a sexta consciência, vai acionar a sétima consciência, que é a sensação da identidade de alguém. Aquilo que nos sustenta vivos como sendo com uma certa coerência em tudo que nós fazemos, que é a sétima consciência. Aciona a oitava consciência. Atravessa a oitava consciência. Energiza a oitava consciência que está operando os condicionantes que brotam dos *vijnanas*, das formas pelas quais a mente foi operando os vários tipos de condicionantes. São os condicionantes de base.

Então, aí estão as oito consciências operando, mas estão operando o aspecto sutil disso, que tem uma energia que assopra por dentro disso. Se a gente quiser localizar esta energia, a gente precisaria ver que o aspecto sutil, que está conectado a toda e qualquer experiência, é a origem dependente. Mas a origem dependente poderia se exercer ou não. Vamos supor, estou com o tabuleiro no jogo de damas. Agora é damas. Estamos com o jogo de damas armado. Nesse jogo de damas, eu juntei uns quadradinhos brancos e pretos de papelão, pinte e cole aquilo tudo. Peguei umas tampinhas de caixa de leite. Tinha umas de uma cor, outras de outra cor. Deu pra montar o tabuleiro direitinho. Quando olhamos aqueles quadradinhos de papelão que foram pintados e vê aquele conjunto todo como um tabuleiro, a gente não está mais vendo a pintura de cada pedaço. Estamos vendo o tabuleiro, pessoal! Isso é a luminosidade da mente, produzindo a base. Não estou mais vendo quadradinho de papelão pintado. Aliás, ficou bonito aquilo pintado! Aquilo pintado um por um, colocamos uma película de cozinha, aquilo fica lindão. Por baixo um eucatex cortado certinho assim. Fica um tabuleiraço. Quando tu olhas uma tampinha e não vê mais uma tampinha e vê a peça do jogo... A diferença entre a tampinha e a peça de jogo, é? Quem sabe? (risos) Quem vai dizer "é a luminosidade da mente"? Luminosidade da mente, pessoal! Porque aquilo é tampinha. Qualquer pessoa de bom senso vai chamar aquilo de tampinha. Mas os que veem tampinhas chamam aquilo de peças do jogo.

A gente pensa que a luminosidade da mente é quando eu faço a jogada. A luminosidade já vem antes. De onde vem a loucura de montar o tabuleiro e as peças? De onde vem? Daí vem de novo, tem um impulso. Um lugar que está propiciando isso. Isso é o centro da vida. É o que energiza a vida. Essa é a vida que não morre. Quando morre o corpo, essa vida não morre.

Não quero preocupar vocês que estão aí imaginando que vão morrer ou não. Aí tem esse princípio, que é o princípio da origem dependente. Ele não começou com o corpo. Vamos pensar assim, quando o tabuleiro queima, a gente cansa daquilo, tem um surto, perdeu tanto que não aguenta mais o tabuleiro. A gente detona aquilo, daí a gente morre? A gente não morre. Pode até morrer aquele jogador. Eu morri. Como vai acontecer amanhã. Tem gente que vai dizer: eu não torço mais pelo Inter. A pessoa pode até morrer neste aspecto sutil. Mas no dia seguinte ou no mesmo dia, a pessoa já está com a origem dependente operando em outras direções.

Então, se vocês vão olhar: o que acontece quando a gente medita? Vem aqui para meditar e daqui a pouco a gente está com originação dependente criando coisas. Eu não estou olhando para ninguém. Nós estamos com a originação dependente operando. E quando a gente dorme à noite, quando a gente desliga olhos, ouvidos, nariz, língua e tato... morreu! Apagou! Lá dentro da nossa morte estamos lá: originação dependente. E quem é o ser, o herói que está no meio do sonho? Não somos nós propriamente. Porque a gente não faria aquilo. Não estaríamos naquele lugar. É um corpo de sonho, imerso em ambientes de sonhos.

A originação dependente criou aquilo como criou um tabuleiro. Mas o que produz a vida daquilo? Originação dependente. Este é o princípio. A gente precisaria olhar com muito cuidado. Parar e "uauu!". O que é isso que está operando, que não cessa? Esse aspecto é o que não cessa quando tudo cessa. Ele vai ser visto pela originação dependente diretamente, que é o aspecto luminoso da mente. Está lá. Enquanto as múltiplas construções vêm e vão, as inteligências associadas ao que vem e vai, surge e desaparece, a originação dependente, que é a base de cada uma dessas inteligências não surge nem cessa. Ela está incessantemente presente como a luminosidade. Esta luminosidade, quando a gente localiza: "uau, eu tenho uma luminosidade que funciona!". Porém, no tempo da morte, se a pessoa tiver... Bom, está certo que ela pode fazer durante a vida. Mas aqui, nós estamos tratando do bardo da morte, que é considerado um momento certo para isso... Que é quando a luminosidade-filho, quando localizamos em nós a luminosidade e a gente diz: "Sim, é luminosidade, e é incessante!". Nós descobrimos que não tem uma limitação entre a grande luminosidade que move todos os seres, todas as inteligências que surgem e cessam da luminosidade-filho. A luminosidade-filho é aquilo que a gente diz que é quando a identidade se reconhece como luminosidade. Mas ela tem uma sensação... ela é uma luminosidade da sétima consciência. Ela diz: "Uau!". A sétima consciência descobre o infinito dentro de si. Mas ela é a sétima consciência. Ela ainda tem um traço de ignorância. Quando esta sétima consciência se vê além das oito consciências, além da sétima também, ela vê que a sétima surgiu de um jeito, surgiu de outro jeito. Porém, agora, não tem nenhuma seriedade em considerar identidades. Também se vê como um surgimento luminoso. Aí tem a compreensão do espaço. A natureza livre além das especificações, da identidade. Isso é o encontro da luminosidade-filho com a luminosidade-mãe. Quando a gota d'água volta ao oceano. Ela não evapora mais. Isso é uma coisa bonita de ver.

Isso é considerado o ponto final. Dudjom Rinpoche vai descrever isso nesses parágrafos. Rapidamente ele vai descrevendo. Mas um ponto importante é esse, por exemplo, dos elementos. Ele vai lembrar esses ensinamentos profundos que tratam de como os elementos surgem uns dos outros e quando nós vamos morrer, esses elementos que estão sustentando o funcionamento da nossa energia não conseguem mais se sustentar ou se manifestar por dentro do próprio corpo. Há este obstáculo. Isso é a morte. Quando a energia já não consegue operar por dentro disso.

Então, vem esta pergunta: *O que acontece quando morremos?* Então ele vai descrever isso deste modo: *Começando no momento da concepção física, o momento em que nossos pais se uniram, nosso corpo passa a tomar consistência a partir da essência dos cinco elementos.*

Então aqui os nossos pais são todas as substâncias de todos os tempos. Porque em vários níveis, os nossos pais são a base de onde a originação dependente brota. Produz um tanto, aquilo serve de base para ir mais adiante. Então os nossos pais são todos os seres, todas as substâncias, em todas as direções. Mas aqui ele está descrevendo nossos pais como nossos pais humanos.

Começando no momento da concepção física, o momento que nossos pais se uniram, nosso corpo passa a tomar consistência a partir da essência dos cinco elementos. Por exemplo, quando há uma concepção *in vitro*, aquilo está acontecendo. Não tem pai e mãe que estavam ali, como na medicina tibetana é descrito. Então, esse encontro, é um encontro das inteligências das células. Elas é que são nossos pais e mães. Aquela inteligência está ali. Não é alguém em algum lugar. É aquela inteligência. Aquela inteligência está totalmente ali. Senão não nasceria o bebê, não aconteceria. Quando vocês olham assim, vocês vão ver que o pai e mãe vão oferecer as células que vão se encontrar e vão oferecer o ambiente onde estas células conseguem crescer. Eles não estão fazendo nada. Eu acho que até isso dá para reclamar em juízo: 'olha eu não fiz nada, foram as células. Eu, fora. Isso é um assunto delas. Elas estavam super a fim de ir. Eu apenas liberei as células. Eu não pago pensão, podem cortar isso.' [risos] Vamos dizer se nasce *in vitro*, quem vai levar para o colégio depois? Quem vai pagar pensão depois? 'Eu, fora! Elas são responsáveis por si!'

Pois é, eu acho que cientificamente - pois agora é tudo científico - está provado! Estamos livres! Nunca tinha me lembrado disso. O Khalil Gibran que disse que os filhos são filhos da vida por si mesmos. Então, Dudjom Rinpoche volta ao modo antigo: nossos pais se uniram.

Nosso corpo começa a tomar consistência a partir dos cinco elementos.

Estão lá, as células. Elas estão operando com a energia e estão operando com os cinco elementos. As cinco energias. E o encontro de elementos como calor, a energia, os canais sutis. Ou seja, aquela energia vai fluindo. Quando a energia vai fluindo e vai conduzindo as substâncias, essa energia vai seguindo e comandando aquele movimento. Daí os canais sutis surgem. Eles coemergem junto com a energia. A energia vem, o tráfego da energia produz o canal e assim por diante. Esses canais começam a se desenvolver junto com o corpo. Eles vão indo. Porque o corpo inteiro está regido com canais. Senão, não estaríamos com energia operando. Está tudo operando. A pessoa para no Kayagatasati Sutta e a pessoa vai perceber que o corpo vibra, a energia está ocorrendo. Então, o encontro dos elementos, como calor, energia, canais sutis e assim por diante, por originação dependente, aquilo tudo vai se expandindo, se expandindo. Mas *quando morremos, esses cinco elementos, gradualmente, se separam e se dissolvem um no outro.* Começa a dissolver o elemento terra, no elemento água. Elemento água, no elemento fogo. O elemento fogo se dissolve no elemento ar. O elemento ar se dissolve no elemento espaço. São processos de sutileza crescente. Quando nós morremos, a gente não nota. Estamos sentados, assim, normal. Se não tivermos o elemento terra, não conseguimos ficar sentados. O elemento terra vai

afundando. Mas deitado tudo bem. Em um certo momento, não consegue mais se mover. Terra se dissolveu em água, água vai dissolver em fogo, ou seja, não tenho mais a experiência de água, de um movimento. Mas tenho um calor que vai diminuir, vou começar a sentir frio. Aí quando o calor se dissolve eu ainda tenho respiração, mas o calor já foi. A pessoa está viva, enche de coberta, liga o lençol elétrico. E vê se aquilo resolve, não está resolvendo. Tem um frio de dentro. Mas a respiração ainda está andando. A respiração vai se dissolvendo. Mas a mente está viva ainda, tem éter, tem a consciência. Daí a gente diz: vamos cortar o fígado, tirar os rins. Ela ainda tem consciência. E a consciência se dissolve no espaço. Foi.

Quando a dissolução é completa, nossa respiração externa cessa e nossos pulsos internos, todo pulsar da energia é [são] reabsorvidos. A essência branca que recebemos do nosso pai, que está localizada no cérebro e a essência vermelha que recebemos de nossa mãe, que está localizada na região do umbigo... Aqui é melhor vocês não tomarem de forma literal. Essência branca corresponde ao brilho do olho. É a lucidez. E a essência vermelha corresponde à vitalidade, à força. Nós oscilamos de um modo geral. Podemos ser atraídos pelo aspecto da energia e da força, ou nós podemos ser atraídos pelo aspecto cognitivo. Mas aqui, essa oscilação, ela cessa, esse aspecto cessa. As duas se unem na altura do coração. Consciência na altura do coração. Tem um brilho cognitivo na altura do coração e tem uma presença de energia na altura do coração. A consciência está una. Está abandonando o corpo. Não está mais olhando pelo corpo. Agora ela ficou sutil. A respiração cessou. E a consciência se une. Ela não está mais operando o corpo.

A essência branca que recebemos de nosso pai, e que está localizada no cérebro... Na altura do cérebro, não dentro do cérebro. ...e a essência vermelha, recebida de nossa mãe, e que está localizada na região do umbigo, se encontram no centro cardíaco e se misturam. Só então a mente deixa o corpo.

O que significa a mente deixar o corpo? Significa que a operação de originação dependente não vai estimular mais o funcionamento de levantar o braço, de fazer coisas. Ela se retira dessa operação. Ela deixa. A mente não olha mais o corpo. Quando a gente vai dormir à noite, a mente também não está olhando o corpo.

Neste ponto, no caso dos que não têm experiência de prática, a mente cai em um prolongado estado de inconsciência.

Porque nós estávamos constantemente ocupados com as duas essências. Ou seja, operando o funcionamento do corpo e o aspecto cognitivo. Olhando e construindo e fazendo o aspecto da originação dependente operar. Neste momento, nós estamos sem essas possibilidades. No momento, nada nos chama, nada nos acorda, nada nos puxa, não tem nenhum sinal. Então, essa ausência de chamamento vai surgir como um prolongado estado de inconsciência.

Mas para os que são mestres realizados ou experientes meditantes, a consciência, após dois minutos aproximadamente, dissolve-se no espaço.

Esta consciência, como a pessoa ouviu os ensinamentos, praticou, não perdeu tempo, fez todas as acumulações que tinha para fazer, não perdeu os retiros, estudou o livro do Kenpo, o que acontece? Após dois minutos, aproximadamente, o Kenpo diz: 'pessoal, vamos acordando!' A consciência se reconhece e diz: 'Uauu, é isso!' Ela está viva, lúcida, brilhando, em um espaço sem sinais, sem demandas. Ela reconhece isso. E esse espaço se dissolve na luminosidade. Ou seja, quando surge este espaço, ele é visto, é Lundrup. Espaço é Khadag. Aí tem Lundrup, que é visto também. Incessantemente presente. Sem nenhuma construção, que é o aspecto luminoso, natural, que vai ser chamado de luminosidade. Então, espaço e luminosidade, eles estão juntos.

Qual é o fruto da meditação daqueles que praticaram? É justamente a dissolução da luminosidade, que é pura e sem máculas como o céu. Isso ocorre quando o pulso interno cessa.

Quando o pulso interno cessa, o que significa? As operações condicionadas da consciência não têm mais lugar para ocorrer. Como não têm mais lugar, aquilo cessa. Não tem mais como fazer. Cessou. A pessoa vai para o estado de inconsciência, mas para quem tem esperteza, a pessoa diz: 'ah, esta inconsciência, eu sei o que é!' Esta inconsciência é Khadag, a vacuidade, e, ela está viva, é a luminosidade. Lundrup.

Se uma pessoa atingiu a estabilidade no reconhecimento da luminosidade durante a meditação... [No período da vida, portanto] ... então, tão pronto a experiência de espaço sem máculas aparece... [Tem a inconsciência que rapidamente se dissolve no espaço aberto, vivo.]

Porque a pessoa já viu isso no treinamento. No texto de Dudjom Rinpoche, A Iluminação da Sabedoria Primordial, está tudo explicado. A pessoa já morre com aquilo no peito.

Se uma pessoa atingiu a estabilidade no reconhecimento da luminosidade durante a meditação, então, tão pronto a experiência de espaço sem máculas aparece, ocorre o assim chamado encontro das luminosidades mãe e filho. Espaço e lucidez.

Que é este ponto, da dissolução da sétima consciência. Porque o aspecto de individualidade não tem mais lugar, não tem operação possível, naquele lugar. Então, aquilo que é um resquício de uma sensação de individualidade se dissolve dentro da operação ampla da mente que não conhece limite.

Encontro das luminosidades mãe e filho. Espaço e lucidez. Isso é a liberação. Na essência, isso é o que os lamas e os meditantes que a praticam referem como repousar em Thuktam ou meditação no momento da morte.

Por que aqui o momento da morte está sendo enfatizado? Em primeiro lugar, porque estamos olhando os bardos. Vamos olhar o bardo da morte, é isso. A gente não precisaria introduzir isto através do bardo da morte. Por exemplo, Dudjom Rinpoche introduz isso em A Iluminação da Sabedoria Primordial sem precisar falar da morte. Porque isso não é alguma coisa que está na morte e não está na vida. Está na vida. Mas como a experiência da vida é sucedida pela experiência da morte, a pessoa se defronta com a morte. Qual é o darma que ela está encontrando? Está encontrando a

morte. Então, nós temos que transformar a morte também na iluminação. Porque qualquer aspecto da vida e da morte, a gente precisa transformar na iluminação. Aqui ele pega a morte, não porque a gente precise da morte para isso. Não precisa. Aliás, se a pessoa não atingiu a estabilidade no reconhecimento da luminosidade durante a meditação, vai ser um problema. A pessoa teria que ter feito isso durante a vida. Vai facilitar. Aí diz:

Isso é a liberação. Na essência isso é que os lamas e meditantes que a praticam referem como repousar em Thuktam ou meditação no momento da morte. Thuktam nada mais é do que isso.

Eu acho que seria uma perda, uma limitação, a gente imaginar que precisa esperar o momento da morte para ver isso. Mas é como eu expliquei. Quando vem a morte, a melhor coisa que a gente pode fazer é ver isso.

Thuktam nada mais é do que isso. Luminosidades mãe e filho se fundem e ganha-se estabilidade das etapas de criação e perfeição.

Ou seja, tudo que é surgido, tem a perfeição natural deste surgimento porque a manifestação é o ornamento da base primordial. Isso é a liberação. Aqui tem um pé de página que trata disso. Ele diz: *a mãe luminosidade é a natureza da mente sempre presente*. [Natureza da mente incessantemente presente. Como vamos reconhecer essa natureza incessantemente presente? Vemos que as experiências são transitórias. As coisas aparecem depois cessam, aparecem depois cessam. Quando as coisas aparecem, elas não aparecem como a jogada no tabuleiro. Elas já são a própria peça que está no tabuleiro, já são o tabuleiro. Já são o jogo. Tudo isso é surgido. Quando não entendemos isso, não entendemos a base, a mente fundamental. A mente fundamental é o tabuleiro, as regras do jogo. Pensamos que aquilo é a base de tudo. Mas não é, porque aquilo foi criado pela mente primordial.

A mente primordial cria o jogo, eu tomo o jogo por base, eu crio as jogadas, para cá e para lá. Então nós podemos não perceber isso. As operações que a mente tem, da nossa mente, da nossa energia, do movimento todo. Elas são operações que tomam por base a bolha. Que é essencialmente *Alaya Vijnana*. A mente fundamental. Mas eu preciso iluminar a mente fundamental. Eu preciso reconhecer que a mente fundamental foi construída, foi criada e é sustentada. Não só criada. Criada e sustentada luminosamente.

Quando, por exemplo, estou jogando e vejo que estou operando com o tabuleiro, as jogadas, as identidades, a vontade de fazer aquilo tudo funcionar, daí eu vejo que aquilo é acionado por uma luminosidade de base que produz aquelas aparências construídas, limitadas. Que eu não vejo como tal. Vejo como se fosse uma liberdade.

Mas, quando me dou conta disso, eu vejo que no processo da vida, eu saio dessa base para outra base, para outra base, para outra base. Todas as bases têm por fundamento a base primordial. A base primordial está sempre atuando. E as bases condicionadas construídas, elas atuam por um tempo, depois são substituídas por outras, no meio das nossas experiências. E o sofrimento vem justo por isso, pois eu

tomo bases construídas e quero que elas fiquem fixas. Eu não consigo. Eu quero resultados específicos dentro das bases fixas. Eu não consigo. Então, o sofrimento estrutural está associado a isso. Chamado de ignorância, avidya. Eu não consigo ver aquilo que está sempre presente e não muda. Então, aquilo que está sempre presente e não muda, eu vou chamar de Darmakaya, vou chamar de Base Primordial. Natureza da mente sempre presente, como vejo que é natureza sempre presente? Porque eu vejo as aparências comuns, olho para dentro das experiências comuns, olhando, olhando, eu sempre encontro isso como a base. Eu nunca saio dela. Estou sempre dentro dela e aquilo que chamamos nós, a identidade, é uma operação de mente como um jogador que está jogando aquele tabuleiro. Ele salta para outro jogador, vira outro, vira outro e dá uma sensação de que existe uma mente que vai para lá e para cá sempre pensando. Então esta mente, que vai para lá e para cá sempre pensando, é a sétima consciência. Essa é que é esperta. Essa é que é o praticante. 'Você é o praticante?' 'Então, Ananda seja o praticante!' 'Sim, sim, Abençoado! Eu sou o praticante!' E está lá o Ananda, fazendo tudo certinho, como no Surangama. Dando *spoiler* aqui de terças e quintas. O Ananda quer fazer aquilo bem direito, mas ele tem problemas, porque a mente dele opera a partir das coisas que surgem e pode surgir qualquer coisa. Como que as coisas surgem? Elas surgem por uma conexão da região cármica que ele está operando. Se ele está lá junto com Buda meditando, esse tipo de coisa não acontece, mas ele sai com a tigela, vai para a cidade e vê coisas bonitas aqui e ali, daqui a pouco ele está todo atrapalhado, por quê? Porque ele não está baseado na mente primordial, ele está baseado nas mentes que operam a partir de olhos, ouvidos, nariz, língua e tato, são estimuladas pelas múltiplas visões e os referenciais condicionados. Mas quando morrer aquilo tudo cessa, um se dissolve no outro e a pessoa se defronta com essa mente da clara luz, que ela vai descobrir que ainda é uma clara luz que precisa se dissolver na grande Clara Luz, que é a mãe luminosidade.

A mãe luminosidade é a natureza da mente sempre presente, a amplitude fundamental da luminosidade vazia e absoluta, o Darmakaya primordialmente puro.

Essencialmente a mãe, luminosidade mãe é o Darmakaya. Darmakaya é Khadag, grande vacuidade.

Os praticantes que foram introduzidos nessa luminosidade absoluta por um autêntico professor e que meditaram nela, são capazes de experimentar a luminosidade como resultado de sua prática.

Não é que eles vão chegar a alguma coisa... que eles foram indo, indo e gerou a meditação da luminosidade que eles sustentam e "ah... perdi". Não, eles vão desenvolver o olho que vê a luminosidade incessantemente presente. Eles descobrem que se eles fazem coisas erradas ou fazem coisas certas e estão com a consciência ali, ou não estão, a luminosidade está, a luminosidade mãe está sempre operando. Não há como perder isso. Isso significa chegar à luminosidade.

Eles são capazes de experimentar a luminosidade como resultado de sua prática.

Essa que brota da prática é chamada luminosidade filho. É graças a essa luminosidade que eles vêem, vão praticando, vão olhando, eles vêem uma experiência deles mesmos. Parece que é uma luminosidade de alguém, uma luminosidade filho.

É graças a ela que eles podem então reconhecer a "mãe", ou seja, a luminosidade última [que não está fixada a identidades, não está envolvida, enrolada por dentro de algo que possa ser uma identidade] quando essa se manifestar no momento da morte. Esse reconhecimento é descrito metaforicamente como o filho indo ao colo da mãe.

A pessoa pensa 'quando eu morrer eu me livro da minha mãe, finalmente'. Que nada, morre e vai para o colo da mãe.

A luminosidade-mãe aparece para todos os seres em seu processo de morte, [ela aparece] mas se eles não chegaram a meditar sobre isso a experiência será um instante fugaz, um momento que nem mesmo é reconhecido em meio às sequências alucinatórias que imediatamente se seguem.

Sequência alucinatória é a operação da originação dependente, começa a criar coisas, criar coisas. Eu acho que essa expressão de mãe e filho é interessante. Tem como uma consciência mãe, mas sempre o filho está com a originação dependente, está inventando coisas, ele vai indo e vai embora. Essa parte é super importante. Vocês vejam: Dudjom Rinpoche está falando sobre os cinco Bardos, mas ele está introduzindo a liberação completa e com detalhe.

Bardo Luminoso da Realidade Última

Aí surge o Bardo Luminoso da Realidade Última, a gente já está iluminado aí falta o que? O Bardo Luminoso da Realidade Última. E se não tivermos praticado, não fez retiro, não estudou o livro do Khenpo, não estudou os cinco Bardos de Guru Rinpoche, não estudou os seis selos... aí vai esperar o quê? Se não tivermos praticado... quando íamos praticar começávamos a pensar, "agora isso, agora aquilo", e vai originação dependente construindo coisas... esquece as palavras dos mestres, esquece os ensinamentos, quando dorme, dorme pesado, sonha para todo lado, quando levanta e a inconsciência toma conta... no momento da morte não vai ter consciência, lá é muito pior.

Lá no Gompa em princípio não podia entrar animais, exceto o cachorro do Rinpoche, ele tinha uma cachorrinha super bonitinha, ela pulava no colo dele, dona do pedaço, toda crespinha, branquinha, aquilo era uma subversão às regras dele. Às vezes entravam as crianças e começavam a correr e fazer gritaria para cá e para lá, o pessoal se revoltava: "aqui é um lugar sério, como pode ter criança correndo de lá para cá?". Chagdud Rinpoche dizia: "se a prática de vocês se perturba porque tem crianças correndo, o que dizer quando vocês se aproximarem da morte?". Quando a pessoa se aproxima da morte, aquilo que é confusão, como vamos ter consciência, ter lucidez no momento da morte se a nossa prática é tão frágil que as crianças correndo em volta dá problema?

Se não tivermos praticado, desmaiamos quando a experiência de escuridão surge.

Essa experiência de escuridão é pesada, Dudjom Rinpoche está usando um negócio meio assim... a pessoa morre e vem uma escuridão... se for enterrado pior ainda, vai ter uma caixa e aquilo lá no fundo da escuridão... vai ser duro. Esse desmaio o que é? É a interrupção de olhos, ouvidos, nariz, língua e tato. Qualquer pessoa que passou por uma anestesia geral não tem sensação de escuridão, tem sensação de apagamento, daqui a pouco a pessoa volta, o olho não foca bem, "onde estamos?", porque os sentidos físicos começam a operar de novo, por essa inseparatividade da mente acoplada aos sentidos físicos, aquilo começa a dar sinais e a mente começa a operar a partir daquilo, mas ela está um pouco perdida da base, ela não está entendendo como dar significado às experiências. A pessoa está um pouco confusa, mas daqui a

pouco a pessoa diz: “estou no hospital, sim, sim, sofri um atropelamento agora estou aqui, não estou podendo mover direito esse ombro, mas estou aqui, parece que estou vivo”. Aquilo começa a fazer sentido, os pensamentos vêm, daqui a pouco a pessoa está com fome e aquilo vai indo. Isso que é chamado experiência de escuridão, esse apagamento, apaga os sentidos. Por exemplo, nós dormimos, quando a gente dorme, experiência de escuridão, mas ninguém está lá com o olho... “está escuro isso aqui”. A pessoa não está com esse olho, a pessoa está apagada. Daqui a pouco aparece o sonho que tem uma luz. A gente deveria perguntar: “e essa luz, de onde vem?”. Vou dar esse conselho para vocês, vocês acordam no meio da morte, vocês veem que não tem sombra nos sonhos, vocês veem se aparece sombra ou não aparece sombra, vocês dão uma espiada no meio do sonho, está todo mundo por aqui, mas não tem sombra então está todo mundo morto aqui.

Desmaiamos quando a experiência de escuridão surge, apenas para retornarmos quase imediatamente em meio a percepções assustadoras, as quais são referidas como o quinto Bardo, o Bardo da Realidade Última.

Essa tradução nos engana um pouco, porque a gente diz: “abri o olho, comecei a ver e isso é a realidade última”. A realidade última está presente quando estamos vivos, em qualquer um dos Bardos vemos a realidade última, mas aqui esse Bardo é chamado Bardo de Darmata, porque tudo aquilo que aparece é manifestação luminosa. São manifestações luminosas. Se eu puder ver isso estou vendo o ornamento direto. É como um sonho à noite. Se eu tiver essa capacidade eu vejo que as aparências do sonho... 'uau! que incrível!' são a manifestação da mente.

Às vezes a pessoa tem essa capacidade, de tanto meditar em silêncio, viva, acordada, ela ganha essa capacidade de em qualquer lugar ter esse afastamento, como se praticasse o Satipatana por muito tempo. À noite, o Satipatana aparece dentro do sonho dela. Aquilo começa a aparecer e o que aparece ela diz: “isso é um sonho”. Ela olha para aquele sonho e pode se admirar: “como eu estou sonhando com isso? De onde vem esse tipo de sonho? É uma região cármica”. A pessoa percebe, ainda que o sonho seja ilusório, a região cármica é mais duradoura que o próprio sonho, se eu agora interromper esse sonho, mais adiante esse mesmo sonho, esse mesmo pesadelo pode retornar.

A pessoa pode fazer os votos: eu quero me libertar totalmente de todas as bases cármicas, isso não é interessante, eu não quero ficar preso nisso. Quando a pessoa olha e diz que não quer ficar presa nisso, ela precisaria olhar e reconhecer esse sonho como ornamento da natureza primordial. Quando ela vê esse sonho como ornamento da natureza primordial, nesse instante ela está fora do sonho. Ela está em um ambiente sutil, mas já está fora do sonho, então o que acontecer dentro do sonho não afeta ela, porque ela está com a base da energia e da cognição na mente primordial e não mais nas mentes comuns. Ela atinge a liberação dentro do sonho da morte ou dentro do que for, do sonho da vida. Esse é o processo. Dudjom Rinpoche vai botar terror.

Nesse momento, as deidades pacíficas e iradas aparecem.

Essa é a linguagem Vajrayana. Na linguagem do Satipatana, uma linguagem que não seja figurada, aparecem imagens, mas na linguagem Vajrayana, quando a gente diz que aparecem deidades pacíficas e iradas, é uma grande compaixão dizer isso, é uma compaixão que mais ou menos vai resolvendo tudo. Por quê? Porque eu transformo as aparências em deidades, entende? Eu não pego as aparências comuns, que me assustam e me levam para cá e para lá. Eu as pego como deidades e olhando a deidade, eu vejo que elas emanam do Buda primordial, emanam de Samantabhadra, são a aparência de Samantabhadra diante de mim. Mas isso porque eu fiz prática. Se eu não tenho a experiência de fazer prática das deidades eu não tenho como olhar esse

recurso. Aqui Dudjom Rinpoche está usando essa linguagem. Ele podia dizer “nesse ponto, as aparências surgem, elas são Darmakaya, as aparências são vacuidade”. Quando aparecer isso, você puxa a memória do nosso texto de prática e diz: “as aparências são a vacuidade e as aparências estão ali”.

A vacuidade são as aparências, sele cada uma. Se a pessoa estiver praticando segundo o Vajrayana com sinais, ela vê como se fossem deidades pacíficas e iradas, ela vê: “aqui é Arya Tara se manifestando, deidades pacíficas”. Mas aparecem deidades iradas, porque nós temos experiências favoráveis e desfavoráveis segundo as aparências, então quando elas são favoráveis eu vou chamar de pacíficas e quando eu fico impactado eu vou chamar de iradas. Se eu conseguir manter todas as aparências como se fossem deidades pacíficas ou deidades iradas, eu vejo o Buda primordial nelas.

Elas estão implícitas e presentes em nossa consciência de Samantabhadra, os Budas primordiais das cinco famílias e as oito manifestações de Guru Rinpoche.

Tudo isso está presente, como os códigos através dos quais eu vou começar a olhar tudo o que está ao redor.

Sua aparência é acompanhada por sons e luzes assustadoras.

Esses sons e luzes são os que aparecem durante o sonho. De onde vem as luzes no sonho? É a luminosidade da mente pessoal. Dudjom Rinpoche está explicando pelo Vajrayana com sinais, ele poderia explicar pelo Dzogchen, ele poderia explicar diretamente Guru Rinpoche, todas as aparências são manifestação ilimitada, então você vê isso. Os sons são vacuidade, as luzes são vacuidade, vacuidade e luminosidade, é isso.

Nesse ponto as pessoas que não estão familiarizadas com isso...

Ou seja, durante a vida elas não veem com luminosidade e vacuidade as aparências, as experiências, porque no cotidiano também nos aterrorizamos, então nos aterrorizamos nos sonhos também e na morte.

...Tão pronto o medo as domina, essas manifestações da consciência se dissolvem e desaparecem.

Então elas deixam de ser manifestação de consciência e têm um sentido denso.

Eu gostaria de dizer algumas palavras que tanto valem para o Bardo do morrer com para o Bardo da Realidade Última.

Isso é Dudjom Rinpoche falando.

Após os cinco elementos separarem-se e dissolverem-se, a consciência se dissolve no espaço, desmaiando no estado de Alaya.

O que é esse estado de Alaya? Desmaiando dentro da consciência contaminada, consciência condicionada, ou seja, das oito consciências, ela desmaia na oitava consciência. Os cinco sentidos físicos param, para a consciência que fica raciocinando a partir dos objetos de olhos, ouvidos, nariz e tato, é a sexta consciência. A sétima consciência que corresponde à identidade desmaia também, mas Alaya não desmaia. Aquela mente luminosa está presente e os referenciais comuns do tabuleiro do jogo continuam, quando a pessoa acordar ela diz: “eu estava no meio do jogo e peguei no sono ou eu estava no meio do jogo e morri e agora eu voltei e estou vendo o jogo, essa

é a realidade”. Significa que ela desmaia em Alaya, ela não desmaia na mente primordial, ela desmaia na mente condicionada, quando ela voltar, a consciência retorna e ela retorna dentro da mente condicionada.

Eu gostaria de dizer algumas palavras - Dudjom Rinpoche falando - que tanto valem para o Bardo do Morrer quanto para o Bardo da Realidade última. Após os cinco elementos separarem-se e dissolverem-se, a consciência se dissolve no espaço, desmaiando no estado de Alaya. Após, a luminosidade é vista.

É como se a profundidade do praticante fosse indo. Após ele vê a luminosidade.

É como o espaço puro e imaculado, aberto, sem condicionantes. Se não tivermos a experiência de meditação, não reconheceremos essa luminosidade.

Como, por exemplo, nós estamos jogando o tabuleiro de damas e a pessoa não reconhece que tem uma mente que criou o tabuleiro, criou o jogo, criou os jogadores, criou a energia e está operando. Ela só reconhece a mente que raciocina a jogada e ela pensa que aquela é a mente, ela não vê a operação de criação do tabuleiro e sustentação incessante daquele tabuleiro, porque se em um momento a pessoa abandonar aquele tabuleiro e pensar “eu tenho que ir ao banheiro”, aí é outra mente que aparece, “agora eu vou fazer um lanche”, é outra mente que aparece. Não é mais a mente que sustenta o tabuleiro, é uma mente que cria e sustenta outra base, dentro da base que agora eu vou fazer um lanche a pessoa faz muitas operações, todas elas referidas ao lanche, então ela usa aquele referencial, aquela bolha. Se a pessoa não for introduzida a essa bolha, ela não vê a bolha.

“Não reconheceremos essa luminosidade”. A luminosidade que sustenta a base das aparências de onde cada movimento nosso tem uma coerência, tem um funcionamento, ela não vê isso.

Não reconhecida essa experiência não permanecerá por muito tempo.

Ainda que a pessoa esteja ali e só tem a luminosidade mesmo, aquilo não se sustenta porque não tem uma clareza daquilo.

Se tivermos a experiência com a concentração da mente.

Se tivermos essa clareza já da nossa prática, que é o que o próprio Surangama Sutra vai trazer, os ensinamentos da Iluminação da Sabedoria Primordial trazem, o Khenpo vai trazer:

Se tivermos a experiência com a concentração da mente que vem da meditação portanto, que a gente foi treinando isso durante a vida, a pessoa amadureceu essa prática aí ela vai encontrar a luminosidade de mãe e filho.

Ela vê essa luminosidade dela e de repente essa luminosidade se funde com a luminosidade mãe, é como Dudjom Rinpoche está explicando.

Antes um pouco do início do processo da morte antes que se inicie a gradual dissolução dos elementos o mais importante é estar perfeitamente consciente que você está de fato no processo da morte.

Aí vem um amigo e diz: “olha, é assim, você está aqui, mas eu vou lhe contar, parece que não tem mais solução, você vai morrer”. Ontem estavam me falando de uma pessoa que desenvolveu um câncer, como ela desenvolveu o câncer, ela pensou: “eu acho que eu não vou fazer a quimioterapia, não vou fazer nada”, os médicos respeitaram

essa opinião dela, ela viveu a parte final da vida, naturalmente sabendo que iria morrer, mas ela aproveitou de modo muito consciente a parte final assim e morreu super bem. Aqui a pessoa pode estar plenamente consciente de que vai morrer e se ela lutar pra se manter viva talvez não adiante mais, então tem um momento que a pessoa diz: “ok, agora eu vou morrer.”

O mais importante é estar perfeitamente consciente que você está de fato no processo da morte, você precisa cortar todo apego às coisas dessa vida.

Essa é uma parte interessante, quando uma pessoa vê que está indo para o processo da morte, ela olha o tabuleiro de damas e diz: “ah isso aqui eu vou dar para os meus sobrinhos, essas maravilhosas tampinhas de garrafa de leite eu vou dar tudo junto e ele vai poder jogar, e tais coisas e vou dar não sei pra quem, isso fica pra não sei o que, minhas dívidas ficam com meu filho mais velho que ele resolve”. Por que acontece isso? Não é porque a pessoa [se supera] e faz isso, não, é porque ela já está em outra bolha, ela está em outro lugar, esse outro lugar permite que tudo que a gente vê agora, ganhe um outro sentido. Dentro desse outro sentido a pessoa já não tem mais o apego àquela sucessão de coisas.

O mais importante é estar perfeitamente consciente que você está de fato no processo da morte...

Essa é nossa bolha, agora é isso.

...você precisa cortar todo o apego às coisas dessa vida, isso vem naturalmente. Quando a morte chegar você deveria rezar para as três jóias, porque não há qualquer experiência que não elas.

“Eu não fui bom praticante, Abençoado, mas eu estou aqui agora, eu naturalmente de mim eu não espero nada, mas de você eu estou esperando.”
Você devia evocar também o seu professor raiz, pois ele ou ela de algum modo é mais acessível a você.

Esse é um ponto também interessante, porque, por exemplo, quando a gente olha o nosso professor raiz, se vocês olharem a fotografia do professor raiz e disserem: “é ele!”, isso vai ajudar vocês a entender que o professor raiz é um conjunto de experiências que se desenvolveu dentro de vocês, é um conjunto de experiências super elevado, que é o melhor que vocês já fizeram, por isso vocês chamam aquilo de professor raiz. Por isso que o professor raiz está sempre junto, tem uma inseparabilidade entre o praticante, a mente do praticante e a mente do Lama. Totalmente inseparáveis. Claro! Se a pessoa é capaz de olhar em uma foto e ver, é o conjunto de referenciais luminosos que a pessoa usa, tudo que ela pode fazer de melhor durante sua vida e sua prática, aquilo ela leva junto por vidas, ela só vai melhorando aquilo. Esse professor raiz acompanha as várias vidas da pessoa, não tenham dúvida. De tanto em tanto, durante a vida comum a pessoa encontra um professor raiz, ela encontra alguém que ao se movimentar parece essa região de lucidez que tem dentro dela, essa lucidez progressiva.

Você deveria também evocar o seu professor raiz

Ao longo de muitas vidas o professor raiz não está funcionando muito bem porque eu estou fazendo uma vida depois da outra, mas o problema é meu mesmo.

...pois ele ou ela de alguma modo é mais acessível a você.

Claro, porque aquilo que é o conjunto de marcas que induzem à lucidez que é inseparável das marcas que a pessoa está operando.

Quando tudo está dito e feito, não tem mais nenhuma palavra para ser falada, o seu professor raiz é a corporificação de tudo que a gente fez.

Tudo que a gente fez surge como se fosse o próprio professor raiz, mas vocês não pensem que isso é fake, não é fake, porque o nosso caminho, aquilo que a gente vai andando e vai fazendo é induzido pelo próprio Buda primordial, a natureza lúcida dentro de nós, ela é a natureza lúcida e é mesmo o Buda primordial. Enquanto nós nos movemos a partir disso, esse impulso vai criando, dentro da noção separativa, vai criando a noção de eu e o mundo e dentro disso surge a noção do professor raiz, como se fosse separado de nós, separado do Buda primordial, mas não há essa separação. Nem nós estamos separados do Buda primordial, nem o próprio professor raiz está separado do Buda primordial nem de nós. Tem essa união, mas se dentro da visão separativa nós podemos identificar um professor raiz, aquele é o apoio perfeito para nós andarmos dentro do lugar onde nós estamos no grau de compreensão que a gente está.

Quando tudo está dito e feito o seu professor raiz é a corporificação de todos esses méritos, reze ao seu professor raiz, ele é sua verdadeira deidade Yidam.

Ele é a Inteligência que ajuda no seu caminho, se você não sentir que é, então ele não é o seu professor raiz, o professor raiz pode estar escondido dentro de nós e não ter aparecido do lado de fora, mas todo mundo tem um professor raiz, então reze a ele, reze. Se você olhar isso, antes da primeira respiração se completar, a clareza com respeito àquilo que vocês estão aspirando surge.

Reze ao seu professor, sua verdadeira deidade Yidam quando dos perigosos desfiladeiros do Bardo.

Vocês estão lá no meio da confusão. Quando vocês olharem isso, vocês automaticamente estão na terra pura correspondente, a deidade Yidam, no caso o mestre, e aí quando vocês estão nisso, antes da primeira respiração se completar, a visão se completou. Aí vocês vêem.

Confesse todas as ações negativas que você tenha cometido durante a vida.

Isso no final. Acho que nessa confissão vocês tem que ter muito cuidado, essa confissão em si mesmo já é a liberação, deveria ser uma confissão com lucidez quando diz: "o que é a confusão? E eu fiz tudo isso, isso não sou eu. Éa confusão".

Confesse todas as ações negativas que você tenha cometido durante a sua vida e reze concentradamente ao seu professor, pedindo para ser conduzido a uma terra pura de Buda imediatamente após sua morte.

Se você pensar nisso desse modo, isso ocorre instantaneamente.

Diz-se que esse tipo de prece focada e sem distração, com essa aspiração constantemente presente em sua mente é de fato a pré-condição para ser conduzido a uma terra pura. Além do mais quando alguém doente está morrendo, seu professor e seus filhos-Darma cujo Samaia não esteja corrompido e com o qual ele tenha uma relação harmoniosa...

Então, por exemplo, o que significa isso? A gente tem um professor ou os alunos próximos ao professor com os quais a gente tem conexão, cujo Samaia não esteja corrompido, o que significa esse samaia corrompido? Quando a gente olha para aquela pessoa, que ela represente de fato o mestre, se a gente entender que ela tem o Samaia corrompido, significa que dentro da nossa mente nós introduzimos um tipo de obstáculo. Aquele obstáculo vai tirar o poder dessa conexão, é melhor ter o professor direto, que a gente tenha confiança e com quem então esse aluno, filho Darma, o professor, tenha uma relação harmoniosa.

...nessa condição esse praticante, ou o professor, deveriam lembrá-lo que os elementos estão se dissolvendo como de fato está ocorrendo.

Ou seja, não é que a pessoa esteja fraca, é o elemento terra que está afundando. Não é que ela não está mais conseguindo se mover, é que o elemento água está se dissolvendo. Não é que ela esteja com frio hoje, é que o elemento fogo está se dissolvendo. Não é que ela esteja com dificuldade de respiração hoje, é que o elemento ar está se dissolvendo e quando o elemento ar se dissolver e a respiração parar, o pulso para, a mente está viva, mas ela vai cessar também, essa mente condicionada cessa.

...deveriam lembrá-lo que os elementos estão se dissolvendo.

Isso significa o quê? Significa ajudar o outro a compreender o que é o processo da morte, o que está acontecendo de fato, que é a dissolução dos elementos.

O mestre ou os alunos deveriam rezar e recitar invocando o professor.

Aqui melhor é focar Guru Rinpoche direto, Dorje Drolo.

Essas aspirações de ser liberado dos perigos dos caminhos tortuosos do Bardo serão de grande ajuda.

A gente pode, por exemplo, também dizer: “Prajnaparamita, é agora! Forma é vazio ou não é? Forma, sensação, percepção, formação mental e consciência... é agora, eu tenho que entender isso...” A gente olha o professor Darmakaya, o professor Prajnaparamita, professor Manjushri. “Manjushri, agora venha com a espada e corte essa ignorância, estou com isso na minha mente e não estou conseguindo escapar.”

Eles deveriam rezar e recitar invocando o professor, essa aspiração de ser liberado do perigo dos caminhos tortuosos do Bardo, nessa aspiração de ser liberado disso...

Ser liberado dos caminhos tortuosos do Bardo é assim, quando vocês olham o tabuleiro de damas, as peças e o jogo, vocês não entrem por aquele atalho do caminho tortuoso do jogo de damas, não passem daí para a jogada. Se livrar dos caminhos tortuosos do Bardo é não entrar nas bolhas. Você se visualiza com uma agulha sempre, apareceu a bolha “pah”, pode ser a espada de Manjushri, mas uma agulha já resolve.

Ser liberado do perigo dos caminhos tortuosos do Bardo será de grande ajuda. Quando um inválido cai, outras pessoas o socorrem e levantam. Do mesmo modo os amigos do Darma podem ser de grande ajuda, eles podem guiar a pessoa que está morrendo e rezar por ela, isso é muito benéfico.

Existe uma inseparatividade das mentes.

Dizem que os Budas são dotados de grande compaixão e se alguém os invoca pelo nome como imaculado Ratnashikhi, protetor Amitabha, Buda Sakyamuni e assim por diante...

Guru Rinpoche, Dorje Drolo, Manjushri, Arya Tara...

...os sofrimentos dos reinos inferiores são dissolvidos tão pronto seus nomes são pronunciados.

Por que isso pessoal? Por quê? Se a gente chamar Jesus Cristo funciona ou não funciona? É tudo igual! Por quê? Porque quando invocamos, já não estamos na bolha, estamos no lugar onde a invocação se produz, essa vira a nossa paisagem mental, essa paisagem mental é diferente da paisagem mental ou da bolha correspondente ao sofrimento que vinha antes. Se a gente manter o olhar nessa direção aquilo produz as soluções. Naturalmente, diferentes Deidades produzem diferentes resultados porque elas correspondem a diferentes formas de compreensão do mundo, da experiência ao redor. Isso significa a Mandala da Deidade, nesse caso, quando nós nos referimos a Guru Rinpoche ou ao Buda Sakyamuni, ao Buda Samantabhadra, é o que há de mais elevado. As outras Deidades são aspectos do Buda Primordial, mas se a gente tem uma conexão com o Buda primordial, com Manjushri, por exemplo, que corta aquilo para nos permitir acesso ao Buda primordial, ao Prajnaparamita que nos indica diretamente aquilo que não é montado, não é criado, isso é super elevado. Tão pronto a gente faz isso, nós não temos como ter conexão com os reinos inferiores, não temos conexão com nenhum tabuleiro de jogo, nenhum. Tão pronto seus nomes são pronunciados aqueles sofrimentos se dissolvem, porque nós nos deslocamos de uma região de sofrimento para uma região da prece.

Do mesmo modo, se a pessoa que está morrendo for capaz de rezar adequadamente, os Budas evitarão que ela entre no caminho que conduz aos reinos inferiores, simplesmente devido ao fato de que seus nomes foram pronunciados.

Quando a gente diz isso dentro da noção da bolha de realidade, parece completamente mágico, mas se a gente está entendendo o aspecto sutil, o aspecto secreto, é óbvio, porque no momento que a pessoa faz isso ela já não está ali.

Isso é, portanto, extremamente útil. A prece é como se fosse nosso ajudante e nosso guarda pessoal no período da morte, é de grande importância e benefício.

Porque a prece, essencialmente, ela mesma é transferência de consciência, quando a pessoa está no Bardo e ela reza, junta as mãos e reza ela já não tá naquele lugar.

Primeiro de tudo, a pessoa em um processo de morte cai em um estado de ausência e inconsciência, quando a consciência se manifesta novamente a luminosidade aparece...

Que é como o sonho ou como a meditação, a gente senta e estamos super parados, daqui a pouco aparece no cantinho da mente: o verão volta nós vamos na lagoa, alguma coisa assim, o pessoal no nordeste aparecendo nas lives tudo de manga curta e nós aqui no frio. “Acho que eu vou para o nordeste”. Quando a consciência se manifesta novamente é isso, nós estamos começando a fazer a originação dependente.

A luminosidade aparece - ou seja, nós começamos a criar coisas - e se não for reconhecida ela se vai e as visões do Bardo, a realidade última começam a aparecer.

Começam a aparecer imagens. É como estar em um retiro, mas pode ser que no retiro, lá pelas tantas, comece a aparecer imagens dentro, essas imagens a gente começa a achar que tem que fazer coisas. Então os retiros eles deveriam ser sem nenhum tipo de coisa atrativa para correr de um lugar ao outro. A gente não deveria aspirar o surgimento de imagens que a nossa mente comece então construir e fazer coisas pra cá e pra lá. Isso significa que do aspecto sutil, mesmo que eu esteja parado eu começo a viajar, se durante esse período da nossa prática, a gente ainda vai acessar celular, computador, livro e vai fazer anotações, nós estamos viajando para várias bolhas, vamos perder o retiro inteiro, o retiro é o lugar aonde nós vamos praticar o Kayagatasati, Anapanasati, Satipatana, as instruções da iluminação da sabedoria primordial, eu vou ultrapassar as bolhas; mas se eu pegar panoramas de bolha e sustentar isso com qualquer outro elemento como computador, etc, celular ou qualquer coisa começar a fazer isso, isso é originação dependente e de modo geral eu não tenho a clareza que a originação dependente que está sendo feita é a manifestação da natureza última. Não tenho essa sensação, não consigo praticar dentro daquilo, por isso aquilo é um desvio, uma perda de tempo e isso enfraquece porque a gente cria uma região de fuga da lucidez para dentro de uma área em que estamos expandindo a originação dependente. Essa região de fuga para dentro da originação dependente é alguma coisa que sempre aparece por dentro dos retiros, é inevitável, porque a gente cansa de lucidez, é lucidez demais, ninguém aguenta mais tanta lucidez, precisa de um pouco de samsara. Tem que ter uma disciplina dentro dos retiros, tem que ter sempre alguém. Andicara significa “aquela que cuida”, não sei se tu sabia disso. Em sânscrito, tem que ter seres assim, mas um dia tu vai te liberar.

Quando a consciência se manifesta novamente [ou seja começa a surgir] a luminosidade aparece e se não for reconhecida [a gente não vê isso dentro da própria experiência] as visões de bardo da realidade última começam a aparecer

Então aparecem coisas. Esse Bardo da Realidade Última são os seis reinos, aparecem deuses, semi-deuses, humanos, seres famintos e seres dos infernos. A pessoa ora vai sorrir ora vai chorar, por quê? Porque ela está dentro dos vários âmbitos criados.

É quando as Deidades pacíficas e iradas com seus sons aterradores e luzes surgem.

De onde vem a luz do Bardo do Sonho? São as luzes da mente, então esses seres têm luzes junto, que incrível, quando a gente lê assim parece que é alguma coisa externa. Essa é a linguagem que se usa também no Livro Tibetano dos Mortos, aparecem as deidades que têm luzes são aterrorizadores, mas a prática do Livro Tibetano dos Mortos que aliás é um ensinamento de Guru Rinpoche é uma prática na qual ele vai descrevendo todos os tipos de aparências e vai reduzindo aquilo tudo sempre a natureza última da mente, a Darmata. Esse é o trabalho. Ele pega esse ambiente que é o ambiente que vai surgindo dentro da alucinação, do Bardo do vir a ser, do Bardo da Morte e vai reduzindo aquilo tudo a Darmata, o tempo todo, é muito lindo isso.

É quando as Deidades pacíficas e iradas com seus sons aterradores e luzes surgem e também as visões de encruzilhadas que conduzem a terríveis precipícios.

A pessoa chega em um lugar ela não sabe se vai por aqui ou por ali, se ela for por aqui ela não está sabendo, mas de repente tem um precipício no meio de uma escuridão e ela cai. A pessoa pode chamar isso também de casamento. No caso o Ananda foi conduzido a terríveis precipícios, se não fosse aquilo ia dar uma confusão, não fosse o Buda resolver.

Se não houver o reconhecimento de que os sons incríveis e os raios de luzes nada mais são que manifestações da própria mente...

Se a pessoa vê isso ela está praticando a não meditação que é chamada. Não é que ela não esteja meditando, ela está praticando a lucidez ela vê a natureza última nas aparências, isso é uma grande prática.

Se não houver o reconhecimento de que os sons incríveis e os raios de luz nada mais são que manifestações da própria mente, nada que não apenas o poder criativo, luminoso da lucidez da consciência, então surgirá um terror intenso.

É como, por exemplo, amanhã tem GreNal, se não parecer que os gritos de vitória do Grêmio são manifestações luminosas da mente, aí aquilo tem um terror, tem uma irritação, uma incomodação, mas as pessoas olham desse modo e vice versa. Vá que o Inter ganhe, aí eu vou passar uma semana sem vir aqui, até que eu veja as luminosidades todas.

Projeções da própria mente, nada que não apenas o poder criativo, luminoso da lucidez da consciência, então surgirá um terror intenso.

O terror está dentro da bolha. A bolha é a manifestação luminosa que produziu aquela aparência e sustenta aquela aparência. Então, se a gente naquele momento rezar: “que eu tenha lucidez”... não é que o resultado vem porque a gente rezou, o rezar já é produzir o resultado porque a gente já está em outro lugar quando reza. É simultâneo, rezou já não está na bolha do jogo, aquilo cessa, o sofrimento correspondente cessa. Só o fato de a gente ter uma região para a qual a gente pode rezar, condicionadamente parece que a gente reza para alguém, mas o rezar já é colocar a mente em outra posição, então já está fora daquele lugar. A reza tem poder porque não há bolha de realidade que seja verdadeira, quando a gente localiza uma Deidade como Manjushri, como Buda Primordial, como Guru Rinpoche, como Buda Sakyamuni, como Prajnaparamita, quando a gente localiza e se entende mais ou menos, a gente diz: “valha-me Prajnaparamita”. Só dizer isso já estamos no lugar de Prajnaparamita e só de estar nesse lugar aquilo não faz mais sentido e aí o sofrimento cessa instantaneamente.

As visões ocorrem, o medo surge, então as visões se dissolvem e somem, nesse ponto a consciência deixa o corpo.

Aqui ela deixa o corpo enquanto ela deixa a identidade, ela se retira da operação da identidade, ultrapassa isso.

Saindo pela abertura correspondente à experiência.

Não é que tenha alguma coisa que saia lá de dentro, mas dentro de uma abordagem da yana correspondente pode se descrever desse modo: a consciência deixa o corpo sair pela abertura correspondente à experiência, significa o quê? Se a pessoa sair pelo topo da cabeça, significa que na experiência do corpo, o último lugar que teve uma consciência de corpo foi o topo da cabeça. Isso significa sair pela abertura correspondente à experiência. Não há o espaço, não há o espaço externo, não há o lugar e não há nenhum lugar pra ir. Ainda assim nós podemos dizer que a consciência deixa o corpo pela abertura correspondente à experiência. O topo da cabeça é uma experiência que conduz à lucidez, se a pessoa tiver outras partes do corpo, aquilo pode conduzir a experiências específicas que aquelas partes do corpo induzem na mente. Isso pode ser os demônios famintos etc. Assim nós encerramos essa parte do Bardo

Alucinado do Darmata, nós temos ainda o Bardo Cármico do Ressurgimento que é quando tudo se reconecta e começa a funcionar e temos uma sensação que a vida enfim retorna.

Eu queria ainda dizer duas palavras.

Nós estamos em um período de pandemia pessoal, eu vi, não sei se isso está confirmado, que a população brasileira diminuiu no último ano, impressionante porque a população brasileira está sempre expandindo, mas houve um número muito grande de morte, então houve esse ponto e muitas pessoas tem também pedido sobre o que fazer quando então as pessoas morrem e passam por grandes dificuldades, ou pessoas que estão se aproximando da morte elas pedem socorro.

Eu sempre mando esse texto do Dudjom Rinpoche e dou essa sugestão para que a pessoa recite ou leia esse texto durante 49 dias. Agora eu estou explicando esse texto, na conexão com os ensinamentos, com as nossas práticas, eu considero que isso para mim é muito satisfatório porque é como se eu estivesse dando essa explicação, eu tenho mandado o texto mas não tenho dado a explicação e aqui está a explicação e ela vai ficar na linha temática a Elen vai colocar isso lá e acho que em algum momento vai ser transcrito também, eu fico feliz porque isso pode respaldar, pode facilitar esse caminho e conectar com as próprias práticas como a gente tem feito, os ensinamentos do Dudjom Rinpoche e do Dudjom Lingpa.

Eu vejo que esses momentos, as mortes de nossos amigos, de nossos parentes, mãe e pai, eu pude acompanhar, algumas pessoas eu conhecia, eu lastimei assim realmente, mas teve pessoas que conseguiram se recuperar da covid e depois morreram de complicações posteriores da própria covid, é muito triste. Eu vi jovens ficando sem pai e sem mãe, primeiro morre o pai daqui a pouco morre a mãe, ainda assim eu prefiro oferecer não em uma perspectiva de dor mas em uma perspectiva de liberação, aqui eu vou rindo um pouco disso, vou trazendo desse modo porque eu aspiro que a gente tenha uma capacidade de ver essas circunstâncias todas como manifestações da ignorância e não a morte e a desgraça caindo sobre nós.

Nós precisamos converter a morte e a desgraça em manifestação luminosa da própria ignorância, que por sua vez são manifestação luminosa da mente primordial, se a gente não for capaz de olhar desse modo a gente não consegue a liberação, não consegue a liberação do sofrimento, porque a liberação do sofrimento não é uma alteração das condições, é uma compreensão de que existe uma realidade ampla viva que não é afetada pelas flutuações das condições, nem por vida nem por morte, se nos dermos um sentido muito denso a morte então nós não vamos conseguir ter o resultado correspondente aos próprios ensinamentos, a gente precisa ter essa capacidade de liberdade para entender também que rezou aquilo cessa, porque essas são realidades luminosas construídas. É isso pessoal, obrigado por enquanto.