

## #19 Motivação Bodicita – RI 2020

Lama Padma Samten

Bacupari, 25/07 a 02/08

<https://www.acaoparamita.com.br/programa-de-treinamento-em-21-itens/> - #19

Revisão: Nea de Castro, Dezembro de 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](mailto:repositorio.transcricoes@gmail.com).*

---

### MOTIVAÇÃO BODICITA

Nós estávamos olhando o caminho enquanto essa primeira parte, ou seja, a Primeira Nobre Verdade, a Segunda Nobre Verdade, a Terceira Nobre Verdade. Quando nós entendemos isso, entendemos a possibilidade de liberação e entendemos que nós estamos presos e podemos atingir a liberação, então esse é um ponto importante. Se isso surge como uma realidade, nós agora olhamos para o *Samsara* e o *Samsara* mudou. O *Samsara* agora é o *Samsara* e é essa a característica clara de que o sofrimento existe, o sofrimento tem causas. Nós olhamos o surgimento dessas aparências todas e nós nos sentimos sendo totalmente envolvidos, surgindo como uma inteligência particular, que opera dentro de um mundo particular e nos vendo transmigrando também. De repente, nós construímos uma relação com o mundo diferente – e o mundo parece diferente –, surgimos de outro modo, em um outro processo. E assim nós vamos indo, vamos trocando, vamos transmigrando. E nós vemos as outras pessoas também transmigrando constantemente, mudando e experimentando as suas próprias vidas.

Se o tempo vai passando, nós também percebemos que conseguimos acompanhar a história de vida de outras pessoas e vamos vendo-as tendo vitórias, tendo dificuldades, tendo derrotas e outras vitórias. E eles vão indo, mas nunca chegam a um ponto final. Não só os outros não chegam a um ponto final, como nós não chegamos também a um ponto final. Esse é um aspecto um pouco frustrante, porque nós gostaríamos de obter, enfim, algum tipo de êxito. Mas na medida em que nós vamos andando, vemos que obtemos alguma coisa e aquilo no fim se revela, aquilo começa a se desgastar, aquilo não é uma realização final. Nós não entendemos bem por que isso. E nós tentamos um outro movimento e aquilo anda um pouco. E depois percebemos que tem algum problema também e não conseguimos entender a razão disso. Não conseguimos. Nós só conseguimos entender se estudarmos com muito cuidado, contemplarmos calmamente a Primeira, a Segunda e a Terceira Nobres Verdades. É assim.

Na falta disso, na falta dessa maturidade, nós temos a tendência natural de buscar transmigrações, olhando o mundo sempre como um mundo real, externo. Nós não conseguimos perceber esses vários aspectos. Porque não conseguimos perceber, nós

seguimos com a experiência comum. A percepção nossa é a experiência do *Samsara*, do que vamos chamar de *Samsara*. Então, ela é uma experiência natural, um mundo natural. Essa percepção perdura. Enquanto ela perdura, nós não conseguimos fazer uma mudança. Por quê? Porque, de acordo com o tabuleiro do jogo e com as regras do tabuleiro, a mente segue os impulsos do jogo que está ali balizado. É muito simples. Ou seja, quando a luz entra num cristal, ela produz as cores, e pronto. Aquilo é natural, totalmente natural. Então, quando a inteligência penetra no conjunto de referenciais, a originação que se dá a partir desse conjunto de referenciais é uma Originação Dependente aos referenciais e vai produzir as aparências como elas vêm, naturalmente assim. Diferentes seres humanos, um do lado do outro, tendo referenciais diferentes, produzem diferentes experiências de mundo. E aí surgem os Seis Reinos. É assim que é explicado no budismo.

Um ponto super importante é nós entendermos que essas causas estão claras e a liberação é possível. E nós não precisamos ficar presos a originar mundos na dependência de um conjunto de referenciais, que depois é substituído por outro, substituído por outro, e surgimos nós e os mundos de forma co-emergente, em diferentes momentos. Nós não precisamos ficar presos a esse processo. Podemos repousar na lucidez. Quando nós manifestamos a lucidez, surge a possibilidade de nós andarmos no mundo dentro da expectativa, dentro da perspectiva de refúgio natural na Natureza Livre da mente. Quando a Natureza Livre da Mente se estabelece como a nossa experiência, a energia acompanha. A sensação de viver não é mais a sensação do personagem. Ela é a sensação que vem junto com a lucidez – esse é o ponto. Porque a sensação de viver vem dirigida pela energia. Então, nós estamos nesse ponto.

Quando isso ocorre, a motivação poderia amadurecer em direção ao nascimento no lótus, ou seja, surge *Bodicità*. Quando nós olhamos, a partir dessa dimensão de sabedoria, as múltiplas experiências nossas e dos seres, pode brotar *Bodicità*. Pode brotar essa aspiração viva que é movimentada pela própria energia de movimentar as coisas numa outra direção, que produz benefício para nós e benefício para os outros seres. Quando isso acontece, esse ponto é que vai impulsionar o nosso caminho. Porque ele tem uma outra base de compreensão e tem um outro movimento de energia. Se nós estivermos, por exemplo, dentro do *Samsara*, nós estamos com a base dos Doze Elos. A operação mental se dá pelos Doze Elos e a operação da energia se dá por *Upadana* ou por *Vedana*. Então, todo o movimento do *Darma* dentro disso fica, no mínimo, no formato do "asno manco" que é: a gente um pouco entende, dá dois passos; aí novamente aquilo se quebra e nos perdemos; aí damos mais dois passos, relembramos aquilo, fazemos a prática... parece que estamos sempre fazendo um esforço. Nós andamos um pouco e nos perdemos novamente. Esse processo é um processo desgastante porque nós não entendemos o porquê. Parece que não avançamos muito. Sentimos que é um pouco difícil.

Sem *Bodicità* é difícil. O caminho parece artificial, parece que nós estamos forçando, parece que nós estamos andando contra o vento, contra a corrente. E quando *Bodicità* surge, aí todo movimento parece a favor da corrente. Parece um movimento fácil. Então, a questão toda é como produzir *Bodicità*. Então, a minha primeira sugestão é que nós giremos a Roda do *Darma*, ou seja, tomemos a motivação, pratiquemos *Shamata*, pratiquemos um pouco de *Metabavana*, e penetremos nessa região de sabedoria, através das Quatro Nobres Verdades. Então, nós começamos com as três primeiras e então vamos até o ponto do primeiro passo do Nobre Caminho de Oito Passos, que é a Quarta Nobre Verdade. Nesse primeiro passo, nós tentamos estabelecer nossa posição diante do caminho. Essa posição seria *Bodicità*. Nós precisaríamos passar por esse ponto. Se nós olharmos os passos anteriores e girarmos a Roda do *Darma* e formos encontrando muitos

exemplos daquilo, aquilo começa a ficar muito claro. E se ficar claro através da contemplação, ou seja, nós vamos encontrando exemplos, encontrando exemplos e olhando em todas as direções múltiplas vezes. Tem um certo momento que, quando olharmos para as coisas, nós já pensamos sobre elas, já vimos. Nossa mente já está operando de outro jeito. Então surgiria *Bodicitá*.

Agora, vamos supor que não surja *Bodicitá*. O que mais podemos fazer? Esse é o ponto. A minha sugestão é, lembrando os ensinamentos dos mestres, nós voltamos aos ensinamentos, por exemplo, de Patrul Rinpoche em "As palavras do meu professor perfeito", ou de Gampopa no "O ornamento da preciosa liberação", também Chagdud Rinpoche no "Portões da prática budista" e muitos outros mestres que trabalharam esse tema e trabalham isso de um modo tradicional. Eu vou aqui lembrar Chagdud Rinpoche comentando "As palavras do meu professor perfeito". Eu não cheguei a assistir esse ensinamento da forma como Chagdud Rinpoche apresentou, mas eu vi as pessoas falando. Tinha pessoas muito emocionadas quando Rinpoche apresentou os Seis Reinos. Porque ele apresentou como a forma tradicional, ou seja, com muito detalhe do sofrimento dos seres nos infernos, o sofrimento dos seres no âmbito dos seres famintos, de uma forma muito clara, muito detalhada. Ou seja, o aspecto mundano, o aspecto grosseiro, detalhado. E as pessoas sempre eram convidadas a imaginar que aqueles seres um dia tinham sido suas mães e que tinham se perdido, tinham andado para cá ou para lá e agora estavam naquela situação. E as pessoas sentiam verdadeiramente essa aflição. Muitos choravam. E eles desenvolviam a aspiração de efetivamente produzir esse benefício e retirar aqueles seres daquele sofrimento.

Nós, na nossa cultura, de modo geral, olhamos os sofrimentos e não gostamos muito de ver. Mas essa é uma situação verdadeira. Nesse tempo agora, muitas pessoas morrendo... é uma morte difícil. Elas já morrem sedadas, porque é uma grande aflição a pessoa ficar com insuficiência respiratória. Frequentemente vemos os familiares dizendo: "Ele não merecia ter morrido sozinho, isolado. Ele não pôde nem se despedir..." É um caso depois de outro, as pessoas falando isso. É comovente isso. É comovente. Nós também podemos nos colocar no lugar e nos vermos com insuficiência respiratória e nos vermos com dificuldade de falar com os outros, na impossibilidade de nos despedirmos e então vem esse sofrimento. Essa dimensão de emoção que surge pode movimentar a energia também. Ela é verdadeira. Ela não é ilusória. Ela é verdadeira. Os tibetanos, especialmente... a conexão dos tibetanos, mesmo, no *Darma*, tem essa ênfase nessa situação.

Na minha visão pessoal, porque eu vim para uma direção... eu vim contemplando o Prajnaparamita, de saída. Então a minha experiência não é de dar solidez aos processos mundanos. Quando eu vou localizando os aspectos mundanos, a minha tendência, desde o início no budismo, foi utilizar vacuidade na frente. Quando eu vejo o sofrimento, eu não penso: "Que horror o sofrimento!" Eu penso: "Esse sofrimento é vazio. Como é que eu vejo a vacuidade desse sofrimento? Como é que é possível ver isso?" A minha tendência é essa. Minha tendência não é ampliar e reconhecer a densidade do aspecto mundano no sofrimento. Mas esta é uma das abordagens que são utilizadas no budismo tibetano. Colocar ênfase, colocar uma densidade nisso. Se a pessoa olha desse modo e ela é convidada a entender, não é difícil entender que todos nós estamos dependendo uns dos outros – no mínimo isso -, para não dizer que é [da] mãe. Nós dependemos uns dos outros. Nós somos partes de uma mesma vida que pulsa em conjunto. Então nós entendemos que o pulsar dessa vida inclui a morte, a morte com sofrimento. Isso é alguma coisa que a gente não gostaria que acontecesse.

Por outro lado, se imaginarmos que temos filhos, nós também não gostaríamos que os filhos passassem por isso. Vamos pegar um pensamento bem do *Samsara*, assim: "Eu me interesso pela minha mãe e pelos meus filhos." Vamos deixar assim. O resto dos outros seres é outra coisa, pés de alface, galinhas... "Outros seres é outro assunto. Eu quero a minha mãe e os meus filhos. Eu não queria que eles passassem por isso. Com aquelas carinhas de anjo deles, como é que eles vão enfrentar um negócio desse? E vão gritar e vão morrer... Como é que é isso? Não dá. Não tem condições." Então aí surge... inevitavelmente a pessoa acorda e vê que se movimenta alguma coisa dentro dela. Não é uma *Bodicitā* propriamente, mas é um projeto de *Bodicitā*. É uma *Bodicitā* autocentrada, voltada a benefícios da turma sim... mas isso existe.

Nós temos o que nós poderíamos dizer... nós acionamos essa dimensão de perigo [que] nós temos naturalmente dentro de nós... aquilo não é propriamente uma *Bodicitā*, mas aquilo está próximo do veneno da raiva. Está próximo. É um veneno do herói, que é capaz de fazer qualquer coisa para salvar os seres queridos. Esse veneno da raiva está próximo dessa inconformidade do *Bodisatva* que se levanta. Ele não se levanta por raiva, mas ele se levanta por uma inconformidade com aquela circunstância. Ele está disposto a se mover. Com o tempo, ele não encontra nenhum inimigo. Não tem inimigo. A única questão é a própria ignorância. Então, o *Bodisatva* mira a ignorância e parte para cima, com uma espada, assim, tipo Manjushri. Ele chega lá e "tchum". Esse é o processo. Essa dimensão de aparecer a energia pelo centro da coluna e brotar calor e brotar um movimento é algo que surge desde que a pessoa se sinta realmente apertada em algum lugar. Se a pessoa não se sentir apertada, ela também não vai sentir isso, a não ser que ela tenha também... ela vai refletindo na perspectiva de Prajnaparamita, vai vendo o engano, vai tentando ultrapassar o engano e se move porque a coisa não tem graça. Então, pode surgir *Bodicitā* desse modo.

O processo tibetano é mais parecido com esse do herói, [em] que aparece então alguém porque, dentro da perspectiva mundana, ele foi jogado contra a parede. Ele vai ver o filho desmembrado, alguma coisa, ele vai ter que fazer alguma coisa. Aí eles se levantam. É preferível ver ele chorar, pegar a espada de Manjushri e partir para cima. É assim. É uma coisa que os gaúchos entendem. Esse é um ponto. Todos os seres vêem... botou a mãe no meio, a coisa... < risos > É sério. Dentro disso tem a visão do sofrimento mundano em cada um dos Seis Reinos. Então, nós estudamos. Nós podemos pegar o texto "O ornamento da preciosa liberação", ou o texto de Patrul Rinpoche "As palavras do meu professor perfeito" e vamos lá. Vamos olhar como é que são os infernos. São reflexões longas, detalhadas, com muitas citações de cada um dos reinos. Aquilo é, realmente, vamos dizer, comovente.

Eu passei aquilo tudo. Eu passei por ali, mas eu passei meio batido: vacuidade; vacuidade; vacuidade; vacuidade... Eu entendo isso, entendo que isso possa ser assim, mas não quero nem focar. Por quê? Porque o aspecto mundano não resolve. Eu não vou conseguir resolver dentro do mundo mundano. Não tem como. Nós vamos ter que resolver de um outro jeito. Então, não adianta eu penetrar nisso, querer estudar por dentro disso, porque não vai ser por ali que vai resolver. Isso vai por um outro lado. Mas eu acho que, quando nós pensamos que aquilo é a experiência dos seres, então é interessante imaginarmos que é a experiência dos nossos filhos, dos nossos pais, das pessoas que nós amamos, das pessoas [em] que temos interesse em todas as direções. Mesmo os seres muito autocentrados, eles têm alguns seres pelos quais eles têm mais sensibilidade. Agora....Essa é a sugestão da prática. Nós giramos a Roda do *Darma* e

quando estivermos olhando o sofrimento - a Primeira Nobre Verdade - podemos entrar nesse aspecto mais denso, se quisermos.

Eu acho que todo mundo, nesse caso, se beneficiaria. Aqui é um comentário que tem uma tristeza dentro, porque eu já vi vários relatos desse tipo. A gente deveria visitar um abatedouro de gado, por exemplo, um abatedouro de porcos, de frangos, para dar uma olhada em como é o Reino dos Infernos. Deveria olhar como é que é um rodeio de gado. Eu, quando criança, acompanhei meu pai em algumas circunstâncias assim. Eu fiquei super impactado. Até hoje aquilo me bate na mente. Então ver, por exemplo, que nós estamos nos aproximando do horário do almoço. E aí o que eles fazem? Eles correm atrás de um piquete de gado e o gado tentando escapar para todo lado. Eles vão lá e cortam o garrão por trás. Cortam o garrão e o gado já cai ali. Aí, vem um gaúcho, ele já solta do cavalo com a faca na mão e já enterra no peito do boi. Aí o boi pára. E tem um jorro de sangue. É tipo uma cascata para frente, porque ele acerta a veia direto aqui... o coração dele está assim... aquela bomba joga todo sangue, derrama. Ele fica com o olho parado assim. E aí ele tomba. Ele mal tombou, tem três ou quatro gaúchos tirando o couro dele assim <som imitando a retirada do couro>. É rápido. O bicho nem morre direito ...e eles já estão estaqueando aquilo, já estão cortando, desmembrando. Já está o fogo pronto. Já estão estaqueando... e nós já vamos comer. É rápido.

É de uma brutalidade... eu não vou dizer que tem uma brutalidade. Tem uma ausência de piedade. Tem uma ausência de sensibilidade sobre o que acontece ali. É assim, é simples. Eu os vi matando gado mais do que uma vez. E eu me lembro de uma das vezes em que o gado, que o boi que já estava sendo esfolado, ou seja, eles estavam tirando o couro, o boi ainda se levantou com o couro esfolado... é um negócio meio...E se nós vamos para um hospital e vemos a desumanização das pessoas. Se vamos olhar, por exemplo, os velhos morrendo com chagas, com escaras, sem nenhuma chance, mas eles vivendo ainda mais um ano, mais dois anos, todos cobertos de feridas, sem solução. Eu não acompanhei muitos velhos assim, mas eu acompanhei um ou outro. Aquilo não é interessante. Eles começam a ter problema urinário, problema em vários órgãos e têm dificuldades. Eles não têm mais vida normal, mobilidade... não têm mais nada. Eles sofrem. E pensar que aquele era um filho querido de alguém. E aquilo é mais ou menos a nossa situação.

Então, aqui eu estou trazendo o quê, agora? Eu estou trazendo o aspecto mundano, o aspecto denso. Mas eu não estou trazendo isso para tornar isso real. Eu estou trazendo isso como um desafio para vermos como nós precisamos do Prajnaparamita para atravessar isso também. Então, como é que, diante disso, nós vemos aquilo que transcende isso? Como é que é isso? Se não conseguimos transcender isso, então nós estamos nos iludindo, porque essa é a realidade mundana das coisas. Se eu disser que essa realidade mundana não está presente, eu estou enganado. Vocês também podem olhar a realidade dos *pets*. Vamos dizer que... nesse tempo [nota da revisão: tempo da pandemia de Covid-19], talvez algumas pessoas tenham mais contato com *pets* do que com parentes, vamos dizer assim. Os *pets* também, quando eles vão morrer – de repente eles estão com câncer –, eles sofrem, eles vão ganir por um longo tempo. Eu me lembro de um gatinho que, na época do Rodeio Bonito, as moscas o pegaram e botaram vermes nele. Então virou uma bicheira na barriga. E nós tirávamos aqueles bichos, mas você não consegue tirar. Então você bota remédio para tirar a bicheira, mas não adianta. E o gatinho... acho que ele gritou uns cinco dias até morrer. E ele grita dia e noite. E você sabe que ele está sendo comido, vivo. É assim. E aí?

Eu não quero preocupar vocês, mas é assim. Agora, ou avançamos ou trancamos. <risos> É isso. O horror existe. Pode ser que nós tenhamos méritos de escapar disso, mas pode ser que os nossos filhos não tenham... os pais não tenham. Então, não é uma coisa simples. A pessoa pode, por exemplo, morrer afastada dos parentes, querendo fazer contato, não conseguindo... vendo a morte chegar, fazendo esforços para esperar os parentes chegarem e morrer antes. Está cheio de tragédias de todos os tipos, tragédias comoventes. Esse aspecto está presente nos ensinamentos. Nós lembramos isso para lembrarmos a nossa impotência. Não temos um poder mundano sobre isso. Nós não temos como evitar... nem os deuses têm. Porque você vai olhar o Reino dos Deuses, eles têm um tempo que eles manobram. Mas quando eles se aproximam da morte, eles não têm mais essa capacidade. Se eles seguissem com essa capacidade, eles não morreriam. Mas quando eles se aproximam da morte – esses são os textos tibetanos –, eles exalam o cheiro da morte.

Eu sempre associo isso ao mundo dos políticos. <risos> Quando o político vai ser derrubado, ele exala o cheiro. Ninguém mais quer ser fotografado com ele. Ninguém mais quer chegar perto. Os deuses são assim. As pessoas não querem mais, não chegam mais perto. Quando muito, jogam flores de longe. Porque eles exalam um cheiro que é um cheiro nauseabundo para os outros deuses. Que é o cheiro da morte... e o período em que eles vão morrer é um período muito mais extenso do que as vidas humanas completas. Então a agonia deles é longa, muito, muito longa. Os deuses têm um grande sofrimento. Eles têm períodos favoráveis, e têm períodos... como a vida deles é muito longa...

Nós podemos olhar... nós não entendemos bem os deuses e semideuses. Mas podemos olhá-los como organizações. Vocês olhem assim como a Boeing. <risos> A Boeing está num período de agonia agora, de sofrimento. Vocês vão olhando: ela tem o Boeing 787-Max... aquilo afetou... eles compraram a Embraer. Não conseguiram manter a compra da Embraer porque eles estão quebrados. Daí veio o Covid, e eles não vendem aviões. Eles estão com um déficit altíssimo. O governo americano os está sustentando. A Boeing é uma companhia super importante para os Estados Unidos, porque ela fabrica os aviões de guerra americanos também. Mas eles estão super mal. Então, surge essa aflição. Ou como os próprios Estados Unidos como um todo. Os chineses hoje dizem: "Os americanos, se não cuidarem, eles vão se transformar em zumbis." Por que eles dizem isso? Porque, esse processo, por exemplo, da economia... vem o governo e injeta três trilhões, cinco trilhões, sete trilhões na economia... as pessoas voltam e os casos de doença [nota da transcrição: Covid-19] se ampliam e eles têm que fechar de novo. E aquele capital que foi investido, como vai ser usado? Aquilo é como se fosse um gasto: você tem uma energia vital colocada numa ferida, mas a ferida não cura. Você tenta consertar aquilo, aquilo melhora mas depois volta. E toda energia vital que foi colocada se perde. Tem um perigo verdadeiro nisso.

Isso é um grande ser, um império. Como é que foi se fragmentando o império romano inteiro? Um império é como se fosse um Reino dos Semideuses, uma mente do Reino dos Semideuses. Ela é super poderosa. Quando chegou o império português aqui, os indígenas não tinham nenhuma chance, zero de chance. Porque cada pessoa que chega, cada navio que chega, ele chega coerente dentro de uma estrutura. Se eles forem derrotados, vêm os outros dentro daquilo... já melhoram, dão um *upgrade* e avançam mais um tanto. Eles não têm chance. Para se contrapor a um império tem que ser outro semideus. Os semideuses vencem. Melhor do que os impérios, naturalmente, são os deuses. Os deuses, eles seriam como que as religiões. É um âmbito menos atingível. As religiões, por exemplo, elas também duram por um tempo muito longo. Os impérios vêm e vão, as religiões seguem. Por exemplo, a visão grega não desapareceu ainda, e talvez

não desapareça. A visão dos deuses gregos se mantém. Isso é muito longo. O povo grego já perdeu a conexão há muito tempo, mas aquilo segue. Segue por um longo tempo.

Os impérios são muito grandes, muito longos. Eles são impossíveis de vencer, sob o ponto de vista humano. É interessante isso. Vocês vão ver. As pessoas que desagradavam, ou ficavam em desgraça dentro do império, elas preferiam morrer. Elas [se] suicidavam. Elas não tinham como se defrontar com aquilo. A morte provocada era menos dolorosa do que seguir o desgaste. Então, esse é o âmbito. Vocês vêem os impérios sucumbindo, inteiros assim... até o fim. E vêem as religiões também desaparecendo. Esse é um processo que vai produzir um sofrimento. Agora, o sofrimento humano é um sofrimento muito pequeno comparado com isso. São vidas muito longas. Os impérios e as religiões têm vidas muito longas. São os exemplos melhores para entendermos o que significa deuses e semideuses. Mas, o sofrimento, ele segue. Hoje eu vejo algumas tradições religiosas feridas de morte. Eu, com certeza, não verei o fim delas. Eu morro antes, muito antes. Mas elas estão feridas de morte. Elas não têm sustentação. Eu acho que todas as tradições reveladas estão feridas, estruturalmente feridas. Aquilo vai desgastando, desgastando e termina perdendo a força mesmo.

Aqui eu avancei em direção ao sofrimento mundano, à descrição do sofrimento mundano para que nós vejamos a dificuldade disso, como o sofrimento é quase que inescapável. Para nós, nós precisamos realmente da sabedoria de como atravessar o aspecto ilusório de tudo isso. Não temos outra chance. Se vocês, por exemplo, vão estudando o processo das revoluções sociais - esse é um estudo interessante também -, vocês vão ver, por exemplo, que a revolução na América, a libertação da América com respeito aos portugueses e espanhóis, foi influenciada pela Revolução Francesa. A Revolução Francesa foi influenciada pela fundação dos Estados Unidos. Por incrível que pareça, as pessoas se levantaram. Elas estavam submetidas a um processo autoritário totalmente discriminatório, por um longo tempo. Quando surge a Revolução Francesa, começa a surgir uma sublevação na Europa inteira, nos vários reinos. E isso termina produzindo a aspiração para o surgimento da República, do final do reino. Isso vai se refletir sobre o Brasil também.

Aquilo vai indo. E é um processo quase repetitivo. As pessoas tentam se organizar, tentam organizar um governo que represente as pessoas, o povo. Então tem um processo autoritário que se refaz, se reorganiza e se restabelece sobre as pessoas. E aquilo vai indo. As alternativas, os pensamentos, as idéias, os aspectos filosóficos se repetem. É tudo igual... nesses tempos, que nós estamos vivendo agora, é a mesma coisa. Nós estamos repetindo pensamentos que já estão flutuando no ar - e na Terra - há centenas de anos... sem solução. Podemos imaginar que isso segue, que esses sofrimentos seguem e também sem solução por um longo, longo tempo. São aspectos mundanos. O Buda, ele mesmo diz para nós não presenciarmos guerras, não olharmos para guerras, não servirmos de instrumento dentro de guerras, não levarmos informações de um lado para o outro dentro das guerras, não participarmos disso. Isso está entre os votos que o Buda recomenda. Por quê? Porque nós não deveríamos entrar na lógica do *Samsara* mundano.

Nós precisamos guardar a visão elevada e, ao mesmo tempo, o benefício dos seres. O benefício dos seres não vem pela reificação do aspecto mundano, nem do sofrimento, nem de qualquer realidade. Mas, por um tempo, eu acho interessante nós olharmos o sofrimento mundano, para reconhecermos que não há uma solução propriamente pela mudança dos aspectos grosseiros do próprio sofrimento mundano. Não que também haja solução pela não mudança - não mudando, então a solução vem. Também não é.

Nem pela mudança, nem pela não mudança. Ela vem por um aspecto sutil. Todos os ganhos que já tivemos são ganhos no sentido de que nós olhamos de uma forma mais elevada para tudo. O *Samsara* tem um *upgrade* quando conseguimos olhar de forma mais elevada. As Terras Puras são ganhos, mas as Terras Puras não são mudanças mundanas. Elas são mudanças na forma como nós olhamos, na visão. Se nós avançarmos um pouquinho em *Bodicità*, isso produz um *upgrade* na nossa visão, então nós nos aproximamos das Terras Puras.

Agora, onde é que estão os obstáculos disso? Como é que os obstáculos a esse processo surgem de forma completamente natural, fluida? Esses obstáculos surgem através dos Três Venenos. Essencialmente, nós poderíamos novamente retornar à Primeira Nobre Verdade, à Segunda Nobre Verdade e nós vamos encontrar *Avidya* - ou seja, nós olhamos focados para alguma coisa e não vemos o resto - é *Moha* - ou seja, a gente olha focado e parece suficiente. Esse é um ponto muito curioso, muito curioso. Então, vamos dizer assim: hoje, a ciência tem o domínio de uma vastidão de habilidades. Duzentos anos antes, nós não suspeitávamos o que a ciência poderia desenvolver, como desenvolveu até hoje. No entanto, não faltava nada. Era isso e não faltava nada. Então, isso é *Moha*. As pessoas viviam de um modo natural, sem grandes problemas. Elas não tinham, por exemplo, geladeira, não tinham computador, não tinham celular, não tinham automóvel, não tinham avião. Não tinham a visão do planeta Terra. Nunca tinham visto o relevo da Lua. Não tinham visto o relevo de Marte. Não tinham nem uma fotografia do Sol. E aquilo... tudo bem. Não tem nenhum problema... estamos fluindo. Não tinham antibiótico, não tinham conserto para a maior parte das doenças. E estamos fluindo... está tudo bem assim. Eram, em boa medida, analfabetos. Quem estudava as letras eram pessoas muito especiais, ou religiosos. E tudo bem.

Eu ainda me lembro das pessoas reclamando, como hoje ainda se reclama um pouco. Por exemplo: os pais não sabiam se mandavam os filhos estudar. Por quê? Qual é a utilidade? Ele vai lidar com o gado, ele vai plantar, ele vai cuidar das fontes d'água, ele vai fazer as várias coisas... "De que adianta o meu filho saber ler alguma coisa? Adianta nada. Ele tem mais é que ficar aqui comigo e aprender a trabalhar. Eu também não sei ler. Não sei escrever... e também não preciso. Por que eu vou aprender a ler e escrever? Nós temos mais é que trabalhar. Nós temos coisas sérias para fazer. Nós não temos tempo para perder." Nessa perspectiva, a escola é totalmente inútil. É espantoso isso! As pessoas viviam dentro disso. Tinha um analfabetismo grande. "E as mulheres, por que precisam votar?" Para voltar ao tema do dia, que eu estava brincando. "Elas vão votar por quê?" "E os negros? Vão votar por quê?" É muito espantoso! Esses são aspectos de *Avidya*. O mundo se constitui daquele jeito e *Moha* é a naturalidade daquilo. Depois, passa um tempo e nós achamos um absurdo. Por exemplo, eu acho que, daqui um tempo, vai parecer absurdo essa forma industrial [com] que nós lidamos com a morte e a vida dos animais. Eu acho que vai parecer absurdo. Nós vamos olhar para aquilo e vamos achar: "Não sei como eu pude ficar em silêncio no meio daquilo tudo." Vai. É certo! Eu não sei quanto tempo vai passar mas isso, com certeza, vai acontecer. No entanto, por *Moha*, aquilo está "ok" e então nós seguimos. É assim. *Avidya* e *Moha* são base do *Samsara*.

Nós temos os outros dois venenos. Nós temos a aquisitividade, ou seja, com base naquela visão, nós sabemos o que fazer. A pessoa, diante de um tabuleiro onde estão as peças, ela entende as regras do jogo. Ela sabe o que fazer. Uma vez que *Avidya* define e *Moha* se estabelece, a inteligência flui por dentro dos referenciais e produz o movimento natural ali dentro. Isso é o segundo dos venenos, que é a aquisitividade, que vai surgir também como *Upadana*. O terceiro veneno é a raiva. Esse aspecto heróico que brota para



tentar resolver as coisas. E nós temos refúgio natural nisso. Refúgio significa o quê? Nós nos fundimos com essa forma de funcionar. Nós nos fundimos nisso, totalmente fundidos. Nós podemos explicar quais são os nossos referenciais, que são *Avidya* e *Moha*. Nós podemos explicar, calmamente. Nós podemos explicar o que estamos fazendo, o que estamos buscando. Nós explicamos. E podemos explicar o que nos produz temor, nos produz raiva, nos deixa reativos. Nós explicamos como se fosse uma descrição de nós mesmos. Então isso é o refúgio. Nós temos refúgio nisso. Nós temos refúgio em *Upadana*. Se nós perguntarmos... quando nós encontramos alguém, nós quase que perguntamos assim:

- “E você faz o quê?”

Seria assim:

- “Como é que você se relaciona com *Upadana*? Você, sob o olhar de *Upadana*, o que você é?”

E se a pessoa não disser alguma coisa relevante, nós já...

- “Esse é um *Upadana* fraco.”

Então chega o jovem lá:

- “Eu queria casar com a sua filha.”

- “E você faz o quê?”

A pergunta terrível:

- “Quanto você ganha? O que você tem?”

Isso no tempo em que a coisa era séria. Ele não quer saber sobre a pessoa. Ele quer saber sobre *Upadana*.

- “Eu sou acionista de um banco.”

- “Você é muito bem-vindo!”

Nem se importa se aquele banco está produzindo empréstimo para indústria militar, que vai produzir não sei bem o quê. Isso realmente não importa.

- “E você faz o quê?”

- “Eu faço transmissão de internet para o Lama.”

- “Ihhh. <risos> Não teria nada melhor?” <risos>

Quer nada... Isso aqui, olha. O Lama esquenta as costas e ajuda <risos>:

- “Eu dirijo retiro no Bacopari.”

- “Ah, tá. E o que vocês fazem no retiro?”

- “A gente não faz nada. A gente senta.” <risos>

- “Ahh... E você pretende passar a vida assim?”

- “Pois é.” <risos>

- “Ixi, então tá. Uma desgraça, não tem solução.”

É assim. As pessoas são avaliadas por *Upadana*.

- “E você que dirigia a Escola do Caminho do Meio, você está fazendo o quê?”  
<risos>

- “Estou plantando alface.”

- “Ah, tá.” <risos>

É assim.

- “E você que era um *chef* em Santa Catarina, está fazendo o quê?” <risos>

É assim, não é? Isso é uma desgraça.

- “E você que um dia foi um físico na universidade?”

- “Ops! Eu estou andando de saia vermelha de um lado para o outro.” <risos>  
Ainda bem que o meu pai morreu antes. <risos> Não chegou a ver isso. <risos>

É assim.

Então, *Upadana*, pessoal. Nós somos *Upadana*. E *Upadana* é energia que brota em nós, porque ela é o processo de um movimento. Nessa energia nós nos sentimos mais:

- “Eu sou mais eu com *Upadana*”. <risos> Uma coisa assim.

Nós precisaríamos entender isso. Esse movimento da energia é assim: “*Bodicita* ou *Upadana*? Decida-se.” <risos> Alguma coisa assim. O que impede *Bodicita*? O fato de que *Upadana* ocupa o movimento da energia daquele modo. E é muito difícil de ultrapassar isso. É super difícil. Porque, por exemplo, nós somos alguma coisa em algum lugar, que se movimenta para alguma coisa. Nós abrimos uma janelinha para *Bodicita*. *Bodicita* tem horário, nós abrimos o altar: “*Bodicita*... Todos os seres...” Bom. Agora fechamos e voltamos a *Upadana*, porque a coisa é real. Esse mundo aí é assim. E aí? Como é que nós escapamos disso? Nós temos esse problema.

*Avidya*, *Moha*, os Três Venenos, *Upadana* são formas de refúgio. Nós poderíamos dizer: refúgio das identidades. Mas não são refúgios das identidades. Eles são as identidades. Eles originam. Eles dão surgimento e sustentam e se constituem nas [identidades]. E assim o movimento da energia por *Metabavana* parece artificial. Por exemplo, o que eu estou fazendo aqui? Eu estou contemplando. Isso que eu estou falando é contemplação. Estou contemplando exemplos. Então, nós precisaríamos fazer isso. Esse processo nós podemos fazer de vários modos. Uma forma é criar a artificialidade do silêncio. Eu já digo assim: artificialidade, para forçar um pouco. Porque poderia ser a

naturalidade do silêncio primordial. Mas não é. Nós estamos fazendo uma espécie de prática de meditação. A gente senta... a meditação é fabricada. Então, nós sentamos em silêncio e podemos visitar esses conteúdos a partir do silêncio. Eu acho interessante.

Vocês podem contemplar. Vocês podem também escrever sobre isso: "Agora eu vou olhar tais coisas". Vocês botam ali e tentam não se afastar daquilo. E começam a contemplar a partir daquele tema específico, onde se situam *Avidya*, *Moha*... onde surgem os três venenos... como se manifesta *Upadana*. Nós começamos: "Ixi, é isso mesmo. Certo. É isso." Então nós vemos se *Metabavana* ocorre na conexão com aqueles seres, como aquilo ocorre. Então, nós vamos passando. Depois nós vamos trocando: vamos trocando para outros temas, outras pessoas, outros grupos humanos, outras circunstâncias, e vamos contemplando. Em silêncio. Isso é um exercício de meditação. Com isso, nós vamos produzindo uma transformação das aparências internas e externas. Nós podemos praticar isso em silêncio.

Nós também, em silêncio, nós podemos acessar os outros seres, olhar para eles. Isso seria um processo de ajudar os outros na transferência de consciência. Esse é um processo que tem essa expressão "transferência de consciência" porque... por exemplo, vamos supor que vocês estão andando em algum lugar com outras pessoas. Se vocês começam a andar numa certa direção, é provável que alguém vá atrás de vocês. Então, com a mente é a mesma coisa: quando a nossa mente vai andando para lugares mais lúcidos, é natural que outras mentes também sigam aquele caminho.

Assim também os *bodisatvas*. Por vezes, os *Bodisatvas* são descritos como aqueles que andam na frente e abrem os espaços, que é como o líder na batalha. Ele também pode surgir como o capitão do navio. Ele vai administrando aquele grupo todo. Eles vão indo, vão indo. Ele vai cuidando e vai andando. Ele pode ser também como o que anda junto com o rebanho. Ele vai indo, ele abre as porteiras, vai deixando todo mundo passar. Ele vai adiante, abre as outras porteiras. E vai abrindo os caminhos e liberando aquilo. O *Bodisatva* pode surgir desse modo. Aqui, ele surge como o rei numa batalha. Porque ele olha e ele vai na frente e abre espaço para os outros poderem passar.

Quando vocês sentam em silêncio, vocês estão manifestando esse tipo de *Bodicitá*. Vocês estão procurando. É difícil que os outros se encontrem." Para mim também é difícil encontrar esse caminho. Mas eu vou palmilhar isso. Eu vou procurar esse espaço. Eu vou procurar essas brechas para ver por onde nós cruzamos dentro desse mundo condicionado." No silêncio, nós podemos fazer isso, podemos fazer isso.

Uma outra possibilidade é fazer isso através do *Prajnaparamita*, que é o sentido da acumulação que nós temos feito diariamente aqui, agora, [e] já há um tempo. Nessa acumulação do *Prajnaparamita*, nós olhamos em todas as direções com o olhar de *Prajnaparamita*. Isso é mais ou menos o processo no qual também o rei vai à frente na batalha e ele vai abrindo os espaços, porque ele vai derrubando a solidez das aparências. Ele torna aquele caminho possível. Ele vai olhando numa direção, noutra direção, noutra direção... ele vai abrindo a possibilidade dos seres olharem de outro modo também, e se movimentarem de outra forma.

Nós podemos pensar que, quando nós olhamos o aspecto de vacuidade das aparências de modo como, se nós estamos sozinhos, individualizados, olhando e isso fica conosco, isso não é verdade. Porque a mente é ampla. Não tem separação entre as mentes. Então o que nós vemos se torna possível de ser visto também, mais facilmente, pelos outros seres.

Nosso papel pode ser esse, realmente, de produzir essa acumulação do mantra do Prajnaparamita, abrindo, procurando abrir a visão das várias coisas. Essa recitação, ela não é simplesmente a recitação:

GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SOHA;

GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SOHA.

É a posição da mente e a energia.

Então, aqui, por exemplo, do mesmo modo que no silêncio, quando vocês sentarem em silêncio, se não tiver uma energia que sustente a posição, vocês não conseguem praticar. E essa energia vem de onde? Aqui ela viria minimamente de *Bodicità*. Se não a pessoa, ela senta aqui: "Bah, agora eu vou lá ver TV. OK, deu. Já fiz minha prática." Aí senta lá, liga e vê TV, ou vai ler um livro, ou vai assistir a alguma coisa. A energia daquilo terminou. Agora, se a pessoa senta, a energia aparece, o olho nem pisca. Então, nós estamos fazendo aquela prática. Ela poderia pensar: "Mas e o aspecto sutil da mente que está fazendo isso, e da energia? Ele vem de onde?" Isso se aplica tanto à prática de silêncio como à prática do Prajnaparamita também. É a mesma coisa. Essa energia vem de onde? Essa energia já é a manifestação de Prajnaparamita. E a mente é a mente de Prajnaparamita. A deidade, ela se manifesta... ela nos sustenta. Ela dá sustentação para nós. A sustentação não vem do arroz e do feijão. Não vem da salada, por melhor que seja. Esse é o aspecto sutil. Nós temos o aspecto grosseiro, que é sentar. Nós temos o aspecto sutil, que é a posição da mente e a energia.

Pessoal, é um milagre que nós estejamos sentados com energia. Nós não estamos ganhando nada. Isso não é *Upadana*. No meio do *Samsara* surgem seres que são capazes de fazer coisas tão simples quanto sentar com uma energia própria, que não é a energia das relações do *Samsara*. Isso é altamente subversivo, completamente subversivo. Eu, se fosse Maharaja, mandava pegar essas pessoas rápido para aquilo não se propagar. E o aspecto secreto, o que é? O aspecto secreto é a liberdade natural que é a fonte da própria energia e da posição da mente. Ela está sendo exercida de um modo totalmente natural. Ninguém senta sem movimentar, sem ser sustentado pelos cinco elementos. Quando nós estamos praticando o *Prajnaparamita*, a mesma coisa. Só que ali tem uma mente específica que nós estamos praticando. E a energia é uma energia que acompanha essa mente específica. Ela também é surgida na natureza livre. Ela também está motivada por *Bodicità*, em algum lugar. E ela vai, literalmente, transformando o mundo enquanto a prática se dá. Vai transformando o mundo.

Agora, nós podemos fazer a prática do Buda da Medicina, por exemplo. Novamente, a energia se manifestando é a energia do Buda da Medicina. A mente se manifestando é a mente do Buda da Medicina. As aparências vão se transformando em Terra Pura do Buda da Medicina.

OM BEKA DZE BEKA DZE MAHA BEKA DZE RADZA SAMUDGATE SOHA; OM BEKA DZE BEKA DZE MAHA BEKA DZE...

O mantra é falado. Ele é o aspecto sutil. Mas o significado do mantra não é o que importa. O que importa é a energia e a posição da mente. Isso é o que importa. Durante aquele tempo, a recitação regula o tempo - o tempo da prática - o tempo que nós vamos ficar com a mente fazendo aquele exercício. Se nós vamos gerando isso, vamos percebendo o

aspecto de vacuidade e vamos desenvolvendo também, vamos transformando as aparências nas aparências da Terra Pura do Buda da Medicina.

Por outro lado, se nós olharmos com o olho de Arya Tara, com o olho de Kuan Yin, então vocês pensem assim: vocês olhem com o olho da mãe de todos os seres vendo os seres passando pelos problemas. Esse é o olho de Arya Tara. Vocês podem adotar esse olho de Arya Tara e olhar pelos seres. Vocês vão ter uma sensação da urgência da transformação das mentes dos seres porque, como os filhos, se nós vemos assim: “Se meu filho pensar de um outro jeito, ele escapa do sofrimento, ele escapa dos problemas, escapa de tudo. Então, é crucial que ele faça isso.” Nós olhamos assim. Nós aspiramos a isso. Então nós falamos o mantra de Tara e nós vamos transformando tudo na Terra Pura de Tara, que a Terra Pura na qual os seres compreendem também a profundidade da realidade. Quando vocês vão praticando desse modo, com o tempo vocês vão perceber que, enfim, a culminância dessa prática termina se manifestando como refúgio na mente e na energia correspondente.

Por exemplo, vamos supor que nós estejamos praticando o Prajnaparamita. Tem um tempo em que a pessoa tem refúgio no Prajnaparamita. Por quê? Porque qualquer coisa que acontece, a pessoa olha com o olho do Prajnaparamita para aquilo, com a energia de Prajnaparamita. Ela olha assim. E, se tudo aperta, ela olha mais ainda com o olho de Prajnaparamita. E se tudo se torna desesperador, a pessoa pisca o olho e mergulha em Prajnaparamita e diz: "Pode vir aí. Eu não sei o que vai acontecer, mas eu..." Esse é o refúgio, entende? É como alguém que, por exemplo, tem refúgio na sua espada. Se vem alguém e ameaça, a pessoa põe a mão na espada. Se outro avança mais, ele puxa a espada. Se outro avança com um canhão, ele pega a espada e vai para cima, porque ele não tem outra coisa, ele só tem a espada. Aquilo é o refúgio dele.

Se nós temos refúgio, cada vez que as coisas apertam, nós nos tornamos mais perto da fonte de refúgio. E, se temos essa possibilidade, nós vamos olhando para todas as direções e vamos transformando tudo na Terra Pura de refúgio, na Terra Pura da visão correspondente. No caso, aqui eu estou dando o exemplo de Prajnaparamita. Mas pode ser de Arya Tara, pode ser do Buda da Medicina. Pode ser das várias deidades. E pode ser do silêncio também. O silêncio corresponde ao Buda Primordial. A Terra Pura da lucidez frente às aparências é o Buda Primordial, inseparável de Manjushri, inseparável de Amitaba. É o mesmo processo.

Todas as deidades geram suas Terras Puras, que correspondem à visão que nós estamos utilizando. A visão que nós estamos utilizando vem pela sensibilidade cármica que temos. Se a pessoa tiver uma sensibilidade cármica ao sofrimento e à visão de mãe, isso seria a deidade de Arya Tara. Se a pessoa tiver uma mente de elucidar as aparências, é Manjushri e o Buda Primordial. Se a pessoa tiver uma tendência clara de ação para benefício dos seres, intensa, utilizando o aspecto ilusório da realidade, sem nenhum medo das aparências de qualquer tipo, é a Mandala de Guru Rinpoche. E assim as diversas manifestações de sabedoria vão propiciando o jeito. Mas cada uma delas é uma manifestação completa do Buda Primordial, da mente do Buda Primordial.

Nós não temos as múltiplas deidades. Nós temos um Buda Primordial que, dentro da nossa visão cármica, nós vemos como Arya Tara, como Prajnaparamita, como Manjushri... é assim. É sempre o Buda Primordial. E a força, o núcleo e a realização final, sempre culminam na elucidação completa do Buda Primordial. Ou seja, nós terminamos por tomar refúgio na não dualidade. *Khadag, Lundrup, Tsal, Rigpa, Zangthal, Darmata...*

é a não dualidade. Nós vamos inevitavelmente andando nessa direção. As deidades, por sua vez, se dissolvem nisso. O silêncio também. Nós começamos com o silêncio. Mas é um silêncio dentro do *Samsara*. Na medida em que ele vai avançando, ele se torna um silêncio dentro de Terra Pura. E, na medida em que ele avança, ele se torna o som universal, o aspecto primordial direto.

Se nós queremos melhorar a nossa prática, um dos caminhos é: cada experiência que temos, que localizamos, nós tentamos ver o aspecto grosseiro, o aspecto sutil e o aspecto secreto. Mesmo o *Samsara*, nós olhamos desse modo. Reconhecendo. Se nós olharmos o aspecto grosseiro do *Samsara*, o aspecto sutil do *Samsara*, o aspecto secreto do *Samsara*, nós estamos tomando o *Samsara* como o caminho para chegar à liberação final. É como se nós estivéssemos fazendo a prática direta de Samantabhadra, de Kuntuzangpo.

Eu vou parar um pouco nesse ponto aqui. A etapa seguinte que nós vamos abordar é o segundo passo do Nobre Caminho de Oito Passos. Isso é o que nós vamos fazer na sequência.