

## **Roteiro dos 14 itens da cessação das identidades**

**1 – Mente como a que movimenta a energia, faz surgir a energia.**

**2 – Surge o apego à sustentação dessa energia – isso é a identidade.**

**3 – Dissolução da sensação de existência e identidade pela clareza de como a identidade surge = Dissolução do apego a sustentar uma energia, pela clareza de como esse apego surge.**

**a) O contraste da prática de shamata focada nos 5 lungs e o surgimento desse apego a essa energia na conexão com os objetos de olhos, ouvidos, nariz, língua, tato e mente abstrata.**

**b) Ou seja: liberação da identidade: liberação desse apego a sustentar essa energia**

**c) Liberação da energia (liberação da identidade apegada a energia) mesmo frente aos objetos dos 6 sentidos que apareçam em qualquer dos 6 bardos e no sonho.**

Olhamos isso e nos sentimos liberados de termos que fazer isso, de termos que sustentar essa energia. Então vamos fazer contemplação desses 3 pontos como uma etapa crucial

**4 – Dissolução da identidade – ( ou dissolução ao apego a sustentar uma energia ) - através do roteiro dos 8 pontos do prajna paramita mais esses 3 pontos anteriores.**

**5- A identidade mais sutil como o apego à manifestar-se pela sustentação da energia.**

**E como esse apego é a raiz mais profunda de avydia.**

**E como esse apego está presente em todos os seres – incluindo plantas, vírus, bactérias e átomos.**

**Compreende-se aí o surgimento de todo o universo e suas multiplicidades de formas.**

Esse item, vejo como sendo o ponto da geração. Aqui começa o mundo: gera aquilo, tenta sustentar, começa a operar e a mente pode se prender naquilo - pode se prender, ou não – se se prendeu, começou o samsara.

Avydia é isso: faço um movimento, crio um mudra e começo a sustentar.

Ex 1: Como alguém que sopra uma bolha de sabão e fica preso: não toque, não mexa, cuidado para não bater.

**--> Esse ser tem a liberdade original dentro dele, só que ele está fundido com essa ação - isso é o samsara – isso é um software – isso é um tipo de ilusão.**

Todos os seres e suas multiplicidades surgindo assim.

Todo o universo surgindo assim, pela sustentação da energia.

Todos os seres e todo o universo surgindo e defendendo coisas que não são cognitivas.

**Retornamos a condição de presença e vemos o primeiro movimento de como avydia começa a operar.**

Vemos o mundo surgindo de forma dual.

**5.b. A cessação como o que surge da superação desse apego a manifestar-se para sustentar uma energia = cessação dessa identidade muito sutil = superação dessa a avydia muito sutil .**

**Então a cessação seria assim:**

**Nós estamos recuados e olhando desse recuo, percebemos que estamos sempre manobrando alguma coisa para sustentar uma energia – sustentar um mudra - sustentar um apego - sustentar uma identidade sutil.**

**Isso gera uma conexão com essa dimensão estável.**

**Não está mais operando manobrando coisas.**

Então pode ser que chegue o dia final em que eu diga:

Bom, aqui eu cessei.

É a cessação.

O botão eject do samsara é a cessação.

**Então se descobrirmos um brilho interno.**

**Esse brilho interno, a sensação de que brota essa energia e de que o olho brilha, não compete com as relações.**

A autonomia da energia gera um ser um pouco perigoso, porque ele está se tornando independente.

**Mas cessação não é iluminação.**

Cessação é algo tipo: essa brincadeira eu não quero mais.

Esse lugar livre ainda é um pouco apertado porque exclui o outro; todo lugar que exclui o outro não é muito amplo.

**A iluminação é a capacidade de entrar no mundo e de se mover livre no meio dele sem se perder, movimentando tudo.**

**A cessação nos ajuda a distanciar a mente desse aspecto embrionário da manobra da energia, que nos deixa preso, ou nos faz movimentar.**

Sustentamos tudo isso de forma ilusória. A noção de 6 bardos é ilusória.

**Só tem um bardo: o bardo da ignorância, o bardo de avydia, o bardo onde estamos sustentando uma energia parcial.**

Quando não temos essa cessação, a nossa mente esvoaça por dentro de realidades que parecem densas e com identidades existindo onde não tem identidades, só tem um sopro, só tem um mudra como no caso do sonho.

**6 – Identidade livre (mente liberta do samsara) migrando entre inteligências, energias e bolhas, e ainda assim sentindo-se viva e sentindo estar manifestando a vida; como em um sonho onde a sensação de vida está presente e a aspiração de preservação da vida também.**

Cada vez que essa identidade livre, que está sem objeto, localiza uma inteligência e energia, ela se sente viva de novo – é como se o olho brilhasse.

**Se o olho brilha, nós temos a sensação de vida associado a essa conexão. Como em um sonho.**

**Essa é a essência do engano dentro do samsara.**

**O samsara é magnético, nos prende porque estamos nesse jogo.**

**Paradoxalmente, estranhamente, inacreditavelmente nos sentimos vivos no meio disso.**

Nos sentimos vivos, mas um pouco aflitos, porque estamos indo numa direção construindo coisas e evitando outras.

Estamos construindo e evitando condições ao redor que possibilitem aquela energia se sustentar.  
Estamos tentando equilibrar a energia manobrando as condições ao redor.

Agora, em shamata, principalmente se conseguimos nos associar a essa energia não fabricada, nós podemos ultrapassar isso - nós paramos e equilibramos a energia em um estado parcial, particular de mente, amortecemos as coisas e conseguimos equilibrar a energia.

Se eu observar essa construção e pensar: Eu não preciso fazer isso! Eu sinto um alívio.

Se conseguirmos olhar isso

Se conseguirmos recuperar especialmente a fonte da energia primordial

Se conseguirmos operar a energia a partir dessa fonte serena

Nós nos liberamos desse processo

Especialmente se entendermos como é esse processo,

Porque quando ele começar, nós conseguimos localizar,

A sabedoria primordial vai localizar aquilo: vou fazer isso?

Não vou! Ou, vou, mas não vou ficar preso!

**7 – A vacuidade e liberdade surgindo assim, permitindo a experiência da mente livre contemplando a prisão da manifestação automática das identidades e dos mundos coemergentes. ... ufa! ... Sabedoria Primordial.**

Estamos olhando esse apego a estruturas sob o ponto de vista da energia.

Tem esse lugar chamado de vajrasana que é o lugar onde a sabedoria primordial aparece.

Contemplamos a dissolução, vamos recuar.

Estamos livres olhando tudo aquilo que está acontecendo. Sabedoria primordial contemplando as identidades.

E o que são as identidades?

São Identidades vajra! Porque vamos criticá-las??

Vamos sorrir!

Qual é o problema? São identidades vajra!!!

Estamos dando nascimento a identidades vajras como inteligências que trabalham com energias fechadas em si mesmo, ou seja:

Não olham de forma ampla, olham de forma estreita, e enfim, é operação por apego.

Ou seja: Inteligências, energia, avydia e apego.

Apenas isso.

Operação livre da mente que pode fazer isso. E estamos parados olhando isso.

E podemos fazer isso porque primeiro praticamos shamata, depois aliviamos com metabavana e trabalhamos com o prajna paramita, olhamos os 8 pontos, descobrimos que a visão da coemergência é quando recuamos para uma dimensão livre onde podemos ver isso, e pela coemergência vimos energia, mente, bolha, aquilo tudo que é o descortinar de como a realidade parece completamente sólida com identidades, mesmo dentro dos sonhos (não tem nenhuma identidade ali dentro, não tem nada a não ser a sustentação de alguma coisa).

E nós repousamos no estado livre de onde podemos olhar isso tudo.

Observamos as construções do lado de fora, vamos desmontando tudo e

Nos vemos livres do processo de ter que gerar identidades e ter que ficar sustentando as identidades.

Ai nós vemos que existe uma natureza primordial que observa isso, e que não precisamos operar desse modo.

Vemos que os 6 bardos não precisam ser considerados sólidos, eles também são manifestação disso.

## **8 – A mente livre contemplando agora as identidades vajra como inteligências / energias / avydias / apegos.**

Eu recuo e vejo as identidades surgindo como natureza vajra.

Não critico!

Elas fazem parte do jogo como o peão e torre.

Elas surgem, estão jogando.

E eu não tenho porque achar que ali tem algum problema.

Então agora,

A mente livre contemplando as identidades. Contempla e não critica. Isso é vajrasatva.

As múltiplas manifestações não são negativas.

Elas são apenas o que são.

E se te alguma coisa negativa é a incapacidade de ver.

Então,

Se olharmos aquilo como está na nossa frente - como sempre esteve - nós vemos.

Se não formos capaz de ver é porque estamos jogando um jogo e só vemos a partir da base do jogo. Como o jogo de xadrez.

Mas recuamos e passamos a ver o primeiro movimento – o mudra que estou sustentando.

**9 – A mente livre das identidades vendo-se além das identidades de um buda (além de Tathagata) e manifestando-se pelas identidades dos variados seres que são entendidos como inteligências / energias / avydias / apegos auto surgidos e autofixados, mas essencialmente vazios como essa própria mente livre.**

Ela se vê totalmente livre de manifestações apegadas.

Ela se vê totalmente livre como manifestações vajra das múltiplas identidades.

Manifestação dessa mesma mente livre, sem nenhum problema!

A própria noção de Buda é uma construção, ela pertence ao caminho.

Os Budas só existem no caminho.

Cessando o caminho, cessam os budas.

Os vários seres são entendidos como inteligências, energias, avydia e apegos auto-surgidos e auto-fixados.

Mas essencialmente vazios, como essa própria mente livre.

Isso é Vajrasatva. Perfeição da imperfeição.

Isso é samantabadra.

Isso que estamos olhando em todas as direções são oferendas de samantabadra.

**10 – As múltiplas inteligências / energia (sem avydia e sem apego) vistas como recursos que podem ser acessados / utilizados / liberados sem a necessidade de serem vistos como propriedades de seres ou identidades, sem apego ou avydia, nem fixação em mundos e paisagens. Mente livre movimentando-se desse modo. Darmamega movimentando-se.**

Darmamega são as qualidades impessoais.

Olhamos as qualidades impessoais se manifestando em múltiplos seres.

O Buda é a lucidez e os meios hábeis se movimentando livres para qualquer ser acessar.

E quando esse ser acessa – ainda que ele seja um ser ilusório – ele se conecta com isso.

E isso vira um caminho de manifestação de darmamega.

Quando os seres se conectam desse modo - ainda que tenham parcialmente avydia – eles estão operando a partir dessas qualidades. Como operamos a partir de Tcherenzig, Vajrasatva, 5 Diani Budas e tantas outros....

Então tem ignorância, mas esses seres se tornam emanções dessa sabedoria.

## **11 – Sabedoria primordial como o Buda primordial**

Na linhagem Nyingma e na tradição Dzogchen, sabedoria primordial é o buda primordial.

Não tem separação.

A experiência da sabedoria primordial é a experiência do buda primordial

Aquilo que dá sentido à expressão Buda primordial é a existência. A manifestação mágica da sabedoria primordial.

## **12 – Formas práticas de manifestação no mundo além das identidades**

- a) 4 qualidades incomensuráveis
- b) 6 perfeições
- c) 5 sabedorias
- d) Vajrasatva
- e) Todas as deidades
- f) Quadro de 200 itens
- g) Meditação shamata
- h) Guru ioga
- i) Rigpa

## **13 – O problema não é a identidade, mas a ignorância avydia / marigpa – a perda de rigpa.**

**14 – Visão é a capacidade de ver a realidade absoluta e relativa inseparáveis - o samsara como o jardim da natureza primordial, o que a embeleza.**