

Oceano de Atividade Compassiva

Instruções sobre a Meditação do Grande Compassivo



S.S. Jigdal Dagchen Sakya



Publicado em inglês em 2016.

Traduzido para a língua portuguesa em 2023,
pelo Wisdom Light Translation Group,
o grupo de tradutores voluntários do Mosteiro Sakya do Brasil.



Wisdom Light
TRANSLATION GROUP



S.S. Jigdal Dagchen Sakya

1929 - 2016

Em amorosa memória do nosso Precioso Guru, H.H. Jigdal Dagchen Sakya.

Da rede mágica de compaixão do Senhor Padmapani, viestes para resgatar os seres sencientes dos tormentos do samsara.

A ti, o grande Jigdal Dagchen, personificação da grande compaixão, presto homenagem e tomo refúgio, em todas as vidas.

Asanga Vajra Sakya

Prefácio

Tendo tido a oportunidade de ouvir, de servir, e de ter sido guiado por S.S. Jidgal Dagchen Rinpoche, (cuja bondade eu nunca poderei, verdadeiramente retribuir) foi grande a minha sorte, por ter conseguido realizar o desejo de alcançar tão rara joia. Tal joia é o Guru, que não é outro senão o próprio Senhor Buda em forma humana, que veio ao mundo para guiar os seres sencientes. É raro encontrar, num oceano de vidas, um Guru como Sua Santidade. Mesmo sendo extremamente raro encontrar o Guru perfeito, através do meu bom carma, amadurecido em mim nesta vida, tive a oportunidade e a grande sorte de desfrutar de um relacionamento Guru-Discípulo, com Rinpoche.

Entre os muitos ensinamentos dados por Rinpoche, percebi que os ensinamentos sobre Bondade Amorosa e Compaixão, particularmente as práticas relacionadas a Chenrezi, o Bodhisattva da Compaixão, como a recitação do mantra de seis sílabas do Chenrezi, eram práticas que ele mantinha mais próximas do seu coração. Estes foram os ensinamentos que Rinpoche mais enfatizou, além de ser sua prática principal. Pessoalmente, acredito que esses ensinamentos são muito benéficos em nossos tempos.

Quando praticados corretamente, estes ensinamentos são como água fresca derramada sobre as chamas ardentes das impurezas dos seres sencientes desta era degenerada. Têm o poder de trazer paz ao mundo, pois a verdadeira paz mundial só pode ser alcançada quando as mentes dos seres sencientes estão repletas de pensamentos como bondade amorosa e compaixão. Se não tivermos um coração transbordante de bondade amorosa e compaixão, então não podemos ser verdadeiros praticantes do Mahayana e muito menos do Vajrayana. Portanto, essas são as raízes, a força vital e as dádivas de um Boddhisattva.

Na nossa situação, uma vez que tenhamos recebido do Rinpoche, os ensinamentos sobre estes tópicos, temos a bênção conosco, e assim que começamos a adotar essas práticas nas nossas vidas diárias, o sucesso é garantido. Até agora, que eu saiba, embora existam muitos ensinamentos do Rinpoche preservados em áudio, não há muitos ensinamentos disponíveis de forma visual, muito menos traduzidos para o inglês¹.

Então, ocorreu-me que seria benéfico ter alguns dos ensinamentos de Rinpoche, neste caso, as instruções sobre a meditação do Grande Compassivo, traduzido de uma forma fácil de ler, para beneficiar os membros do Mosteiro Sakya, especialmente na ocasião do primeiro aniversário da passagem de Rinpoche para o Parinirvana.

Estes ensinamentos pertencem ao Vajrayana, ou Veículo Diamante do Budismo, pois fornecem métodos rápidos para alcançar a iluminação completa em uma vida.

Entre as inúmeras práticas Vajrayana, a prática de Chenrezi, que é ensinada aqui, ajuda a orientar os praticantes no desenvolvimento e realização das qualidades da bondade amorosa e compaixão, inerentes à mente de todos nós.

Tentei dar o meu melhor para apresentar os ensinamentos aqui presentes, no estilo de ensinar do próprio Rinpoche, com que muitos dos seus discípulos estarão familiarizados.

Num futuro próximo, espero traduzir para o inglês, muitos outros ensinamentos dados por Rinpoche, e disponibilizá-los aos membros da sangha.

¹ N.T.: A tradução para a língua portuguesa foi realizada pelo Wisdom Light Translation Group, grupo voluntário de tradutores do Mosteiro Sakya do Brasil.

Por enquanto, disponibilizei os ensinamentos de Rinpoche sobre a prática do Grande Compassivo, pois são os seus ensinamentos mais repetidos e enfatizados, especialmente ao apresentar o Budismo Vajrayana aos recém-chegados, além de ser sua prática principal.

Ao se deparar com esses ensinamentos, deve-se ter total confiança na autenticidade dos mesmos, pois foram originados pelo próprio Buda Shakyamuni, e vêm sendo transmitidos por Gurus autenticamente iluminados até os nossos atuais mestres.

Eu me estendi bastante até aqui, tudo pode parecer desnecessário, mas é uma introdução para aqueles que estão tendo o primeiro contato com estes ensinamentos, e um lembrete para os que já estão familiarizados com eles. Em suma, meu principal conselho pode ser resumido dessa forma: "lembre-se que você está realizando esta prática para que possa atingir a completa iluminação, através da qual poderá vir a guiar outros também".

Mais uma vez, lembrem-se de que a motivação por trás de todas as práticas Mahayana são para o benefício dos outros, não para si mesmo.

Com os meus sinceros votos de sucesso na sua prática.

Asanga Vajra Sakya.





Namo Guru Lokeshwaraya.

ཨ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུམ།

OM MANI PADME HUM

A razão para meditar no Grande Compassivo é gerar amor e compaixão no contínuo fluxo de existências. O amor pode ser classificado em quatro incomensuráveis formas: amor, compaixão, alegria e equanimidade. A compaixão pode ser ainda categorizada em três tipos: compaixão que tem seres sencientes como objeto, compaixão que tem o Dharma como objeto e compaixão sem objeto.

Estamos meditando no corpo, fala e mente do Grande Compassivo.

Como mencionado anteriormente, para que o Amor e a Compaixão nasçam no fluxo de existências de alguém, é necessário que medite no corpo do Grande Compassivo. Para que a semente do Grande Compassivo, a sílaba “Hri”, e a nossa consciência se fundam, bem como para que os seres dos seis reinos alcancem a felicidade, e para que se livrem do sofrimento, meditamos na mente do Grande Compassivo. Também deve ser capaz de examinar a natureza da própria mente, a fonte de toda felicidade e sofrimento, meditando-se na mente do Grande Compassivo.

ཨ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུམ།

OM MANI PADME HUM

Para meditar no Grande Compassivo, há o Estágio da Criação e o Estágio da Perfeição.

Meditar no corpo do Grande Compassivo de tal forma que o amor e a compaixão possam nascer no fluxo do continuum do ser, este é o Estágio da Criação.

No Estágio de Perfeição, o Grande Compassivo permanece no Dharmadhatu (o estado natural da vacuidade) para além de todos os extremos. Para que nossa consciência reconheça isso, é preciso meditar na mente do Grande Compassivo.

A sílaba semente do Grande Compassivo é “Hri”, e com a aspiração de que todos os seres sencientes dos seis reinos possam alcançar a felicidade e se livrar do sofrimento – esta é a forma de meditar na Fala do Grande Compassivo.

ཨ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུཎ།

OM MANI PADME HUM



Meditarmos no corpo, na fala e na mente do Grande Compassivo.

Ao meditamos no corpo do Grande Compassivo, o amor e a compaixão surgem no fluxo do ser. Esse é o Estágio da Criação.

A maneira de meditar na fala do Grande Compassivo é através da sílaba semente “Hri”. Transformar a natureza da mente nesse “Hri”, pela bodhicitta aspirada e pela bodhicitta engajada, com o desejo de que os seres dos seis reinos alcancem a felicidade e se separarem do sofrimento, assim se medita na fala do Grande Compassivo.

A forma de meditar na mente do Grande Compassivo, é a de um Bodhisattva que está no décimo Bhumi. Para reconhecer os conceitos da nossa mente, surgindo, permanecendo e cessando, é preciso meditar na mente do Grande Compassivo.

Entre as quatro categorias do Tantra do Mantra Secreto, o Grande Compassivo pertence ao Yoga Tantra, onde se diz que "O Guru é Aquele que Mostra o Caminho". A linhagem dos Gurus é necessária, isso é muito importante. Por essa razão, devemos recitar a Prece para os Gurus da Linhagem.

ཨ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

OM MANI PADME HUM

A minha prática de meditação, durante toda a minha vida, tem sido a Bondade Amorosa e Compaixão. Meu objeto de preces é Arya Avalokiteshvara. Espero, e gostaria de encorajar vocês, a fazerem o mesmo. Vocês devem ser sempre diligentes no treino mental da Bondade Amorosa e Compaixão, além de recitar, muitas vezes, o mantra de Avalokiteshvara. A natureza dos seres sencientes está cheia de sofrimento. Nunca se esqueçam do sofrimento dos ilimitados seres sencientes.

ཨ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

OM MANI PADME HUM

Como disseram os meus mestres, com quem tive conexão com o Dharma, o Buda falou do imenso sofrimento de animais devorando uns aos outros. Quando fui para Kham e fiquei com Dzongsar Khyentse Jamyang Chokyi Lodro, tivemos muitas discussões sobre o tema da carne, com muitos grandes eruditos e siddhas (seres realizados), entre eles lamas do Sakya, Nyingma, Kagyu e tradição Gelug.

Portanto, o que penso é que, como todos sabemos, comer carne tem muitas consequências. Como dizem os Lamas, se ao ver um animal, o pensamento que vem à nossa mente é este: "Ah, esse animal é gordo e forte e se eu o comer, então meu bem-estar melhorará" - esse tipo de pensamentos é extremamente errado. As causas e condições de comer carne são estas: quando um animal está sendo morto, sua consciência repentinamente pára. Sua força vital é interrompida, assim como sua respiração. Então, este parece ser um dos maiores delitos. Essas são as grandes faltas de comer carne. Além disso, todos conhecem as consequências danosas de comer carne. Então, deve-se ser sábio e meditar sobre a Bondade Amorosa e Compaixão. Recite o Mani Mantra. Dos sofrimentos dos seres do seis reinos.

ॐ "OM" - Dissipa o sofrimento da transmigração dos Deuses.

ॐ "MA" - Dissipa o sofrimento da batalha dos Semi-Deuses.

ॐ "NI" - Dissipa o sofrimento do nascimento, velhice, doença e morte dos humanos.

ॐ "PAD" - Dissipa o sofrimento da estupidez e da ignorância dos animais.

ॐ "ME" - Dissipa o sofrimento da fome e da sede dos fantasmas famintos.

ॐ "HUM" - Dissipa o sofrimento do calor e do frio dos Seres do Inferno.

Portanto, meus Gurus dizem que recitar o Mani Mantra e meditar na compaixão é de extrema importância.



ཨ་མ་ཏི་པདྨེ་ཧུཎ།

OM MANI PADME HUM

“Chen” significa “olhos”, “Re” significa “canto ou partes” e “Zi” significa “ver”. Chenrezi é uma maravilhosa prática, porque não é necessário ter uma iniciação para praticar. Tudo o que você precisa é forte devoção. Se você tem amor e compaixão puros, Chenrezi está em atividade. Seres do inferno, fantasmas famintos, animais e muitos humanos não têm iniciações. Ainda assim, Chenrezi beneficia todos os seres, sem a exigência de iniciação. Esta é a beleza da prática.



Originalmente traduzido do tibetano para o inglês por Dagmo Chimey Sakya e Dr. Jeffery Schoening, quando S.S. Jigdal Dagchen Dorjechang Sakya, fundador e principal lama do Mosteiro Sakya em Seattle, ofereceu, pessoalmente, estes preciosos ensinamentos. A sexta seção, aqui apresentada, foi originalmente traduzida por Yangchen Lhaze.

A principal fonte desta publicação é a biografia de S.S. Jigdal Dagchen Dorjechang Sakya, escrita por Tulku Yeshe Rinpoche, onde são citados muitos ensinamentos do Rinpoche, que serviram de base da tradução para o inglês. Esta compilação, que leva o título de "Oceano de Atividade Compassiva", foi feita, especialmente, para marcar a ocasião do primeiro aniversário da passagem de S.S. Jigdal Dagchen Dorjechang para o Mahaparinirvana, como uma oferenda ao nosso grande e gentil Guru, e como um presente de Asanga Vajra Sakya, neto mais novo de S.S. Jigdal Dagchen Dorjechang, para todos os seres sencientes, e particularmente, para os membros do Mosteiro Sakya em Seattle.

A tradução para o inglês foi feita na Índia, terra dos Aryas, em 2016. Se houver algum erro na transmissão deste ensinamento, ou na sua tradução, são todos devidos à própria ignorância do tradutor, e não à dos Gurus, Budas e Bodhisattvas. Portanto, a eles ofereço as minhas confissões e imploro que purifiquem qualquer mau mérito que eu tenha acumulado no processo deste trabalho. Além disso, qualquer bom mérito que eu possa obter através deste trabalho, dedico a todos os seres sencientes.

Sarva Mangalam! (Que tudo seja auspicioso!)