



Os Princípios do Tantra

S.S. Gongma Trichen Rinpoché



Este livro foi publicado originalmente em inglês, na edição preparada por Chodrung-ma Kunga Chodron, Jon Mark Fletcher e DeWayne Dean, traduzida e publicada em espanhol pelo Paramita Translation Team.

A publicação em português foi produzida pelo Wisdom Light Translation Group, vinculado ao Mosteiro Sakya no Brasil.

Este livro é gratuito.

Doações para as publicações do Mosteiro Sakya são bem-vindas, pois contribuem para a tradução, publicação e distribuição de outros títulos.

www.sakyabrasil.org.br



Por este mérito, que a vida de S.S. Kyabgon Gongma Trichen Rinpoché e de todos os mestres, seja longa e seus ensinamentos floresçam.

Os Princípios do Tantra

S.S. Gongma Trichen Rimpoché



Wisdom Light
TRANSLATION GROUP

Sumário

Encontrar o mestre espiritual	5
A Essência do Tantra	14
Percorrer o Caminho Tântrico	26
Comparação entre o Tantra e outras Escolas Budistas	32

Encontrar o Mestre Espiritual

O universo é habitado por dois tipos de seres: animados e inanimados. "Inanimado" se refere a seres sem atividades mentais, como rios e montanhas, enquanto "animado" se refere a humanos e outros seres que têm atividades mentais. Os humanos pertencem à classe dos seres animados e nossas atividades mentais são muito poderosas. Existem muitos tipos diferentes de seres humanos em várias raças e culturas, e cada um tem suas próprias opiniões e crenças sobre o mundo. Mas há algo comum a todos: o desejo de se livrar do sofrimento e experimentar a felicidade. Além disso, sobre esta questão não há discussão: todos se esforçam para se libertar do sofrimento e alcançar a felicidade. Cada indivíduo, sociedade, governo e país tem esse objetivo.

Em busca da felicidade, a humanidade progrediu a passos largos na ciência e na tecnologia, e esses avanços nos trouxeram grandes benefícios. No entanto, podemos constatar que o progresso material, por si só, não é capaz de garantir a verdadeira paz e felicidade que buscamos. Para alcançar a verdadeira felicidade é necessário embarcar no desenvolvimento interno ou espiritual. Para alcançar a felicidade, é importante progredirmos tanto material quanto espiritualmente.

E como podemos progredir no reino espiritual? A base do nosso desenvolvimento espiritual é a nossa natureza búdica. Buda disse que todo ser animado é dotado desta natureza, o que significa que a verdadeira natureza da nossa mente é pura - naturalmente pura - desde um tempo sem princípio. No entanto, não percebemos a verdadeira natureza de nossa mente, porque está velada por enganos e obscurecimentos. Esses véus não fazem parte da natureza da mente, são temporários e podemos nos libertar deles. Se fossem parte da natureza da mente, não poderiam ser removidos. Por exemplo, não importa o quanto limpemos um pedaço de carvão, nunca o faremos ficar branco.

Mas, com os remédios certos, podemos eliminar nossos obscurecimentos mentais. Por exemplo, um pano branco coberto de sujeira, não revelará sua brancura até que o método adequado de limpeza com água e sabão seja aplicado, e toda a sujeira seja removida. Com isso, quero dizer que nossa mente é naturalmente pura, e os obscurecimentos são apenas temporários. Felizmente, existem métodos para eliminá-los de forma permanente.

Portanto, se aplicarmos os métodos e esforços corretos, mesmo que sejamos pessoas comuns, podemos erradicar os obscurecimentos e perceber essa natureza de nossa mente. Podemos alcançar o objetivo absoluto, que são a paz e a felicidade verdadeira, mas mesmo se não o alcançarmos a realização última, nossos esforços contínuos para progredir espiritualmente nos trarão muitos benefícios, e podem nos oferecer experiências de profunda paz e felicidade.

A primeira condição que nos permitirá crescer espiritualmente é a fé. E mais especificamente, fé nos ensinamentos. Por fé não queremos dizer fé cega. Fé significa que, por meio de nossa investigação cuidadosa, chegamos à conclusão irrefutável de que os ensinamentos são genuínos. Sem esta primeira condição, é impossível desenvolvermos quaisquer outras qualidades virtuosas ou realizar qualquer ação virtuosa. Sem fé, somos como uma semente torrada, incapaz de germinar mesmo quando plantada em solo fértil. Não podemos desenvolver quaisquer qualidades virtuosas se nos faltar fé.

De acordo com os ensinamentos, existem três tipos de fé: fé clara, fé que aspira e fé que confia. A primeira é a fé clara. Quando percebemos as excelentes qualidades do Buda, seus ensinamentos e sua comunidade, toda a nossa confusão se clareia e nossa mente se revitaliza. A natureza da fé clara é semelhante à de uma pessoa que, sofrendo com o calor sufocante, pensa na neve nas montanhas ou se lembra de um clima frio e experimenta o frescor.

O segundo tipo de fé é chamado de fé que aspira, e se refere à nossa aspiração de alcançar a realização espiritual e desenvolver qualidades virtuosas, tanto para nosso próprio benefício quanto para o dos outros. Assim como, o único objetivo de um elefante com sede em um clima quente, é encontrar água, nossa única aspiração é alcançar a realização espiritual.

Finalmente, o terceiro tipo de fé é chamado de confiança, e se refere a confiar nos ensinamentos do Buda, particularmente na lei de causa e efeito, bem como nas excelentes qualidades do Buda, do Dharma e da Sangha. Esta fé é como uma mãe e seu filho se encontrando após uma longa separação: eles ainda confiam um no outro instintivamente.

Um ser humano dotado desses três tipos de fé, terá desenvolvido uma fé inabalável nos ensinamentos do Buda, depois de tê-los investigado e analisado a fundo, e não será tentado a abandoná-los devido às causas comuns de abandono do caminho espiritual.

Existem quatro causas de abandono do caminho espiritual. A primeira é o desejo de conquistas mundanas, como riqueza ou fama, pode nos levar a abandonar o caminho espiritual. A segunda causa é o ódio: a raiva de alguém, ao surgir em nossas mentes, pode nos fazer abandonar o caminho espiritual. O medo é a terceira causa de abandono do caminho espiritual. Por exemplo, se permanecer nele puder causar o surgimento de uma circunstância indesejável, como perder a vida, isso poderia nos levar a abandonar este caminho. A quarta e última causa é a ignorância. Com isso, queremos dizer a ignorância de não saber o que adotar e o que abandonar. Essa falta de clareza nos afasta do caminho espiritual.

Para erradicar essas quatro causas de abandono do caminho espiritual, precisamos estar totalmente cientes da futilidade que elas acarretam e dos danos que nos causam. No caso da primeira causa, o desejo, precisamos lembrar que tudo o que obtivermos na vida mundana, ou a posição social que alcançarmos, é temporário e não é realmente benéfico. Não há nenhum ponto de comparação entre benefício material e benefício

espiritual. Quanto à segunda causa, o ódio, este é o pior engano que podemos abrigar. Conceder um único instante à raiva, pode fazer com que percamos até mesmo os méritos que acumulamos ao longo de milhares e milhares de eras. Lembrando sempre do dano catastrófico que a raiva pode nos causar, podemos eliminá-la. O medo, a terceira causa, pode ser erradicado se entendermos que os danos que podemos sofrer no caminho espiritual - mesmo perdendo nossas vidas - nunca serão tão sérios quanto cair nos reinos inferiores por tê-lo abandonado. Para eliminar a quarta causa, a ignorância, temos que estar sempre atentos ao que nos mantém no caminho espiritual e o que nos afasta dele, e ser guiados por esses critérios. Portanto, a primeira coisa que devemos fazer no caminho espiritual é estabelecer a fé, uma fé inabalável que subjugará completamente essas quatro causas. Essa fé inabalável se tornará a base de todas as nossas qualidades virtuosas.

Se quisermos embarcar no caminho espiritual, é também importante e crucial que encontremos um mestre espiritual capaz de nos guiar. A ajuda de um professor experiente é essencial até mesmo para atividades mundanas, como adquirir uma nova habilidade ou embarcar em uma jornada. Sem ele, provavelmente acabaremos aprendendo os métodos errados ou nos perderemos. Isso é especialmente relevante no âmbito espiritual, onde o conhecimento do caminho não está ao alcance das pessoas comuns, pois transcende a nossa compreensão. Portanto, é imperativo que, ao embarcarmos no caminho, tenhamos uma correta orientação espiritual.

Existem diferentes tipos de professores espirituais, com características e qualificações variadas. Podemos classificar os professores de acordo com o nível de votos que tomaram. Existem três níveis de votos. O primeiro é o de pratimoksha, com o qual prometemos não cometer atos negativos e que assumimos com o propósito de alcançar nossa própria liberação. O segundo voto é o de bodisatva, que não apenas implica não cometer atos negativos, mas também esforçar-se para alcançar a liberação para beneficiar outros seres. Finalmente, o nível mais alto de voto é o tântrico

(ou vajrayana), e nele os métodos supremos são usados para alcançar a liberação para o benefício de outros.

O melhor professor é aquele que obteve os três votos. Porém, não basta encontrar o mestre espiritual, também é preciso seguir suas instruções, como faríamos com um médico. Se quisermos nos recuperar de uma doença, precisamos encontrar um bom médico e seguir suas indicações. Se não o fizermos, mesmo tendo o melhor dos médicos, nunca nos recuperaremos. Portanto, encontrar o mestre espiritual certo é tão vital e importante quanto seguir suas instruções.

Ao escolher um professor espiritual, é essencial que sejamos muito cautelosos. Precisamos examiná-lo a fundo, antes de tomá-lo como nosso guia. É o mesmo que ocorre na vida mundana: antes de embarcar em um novo projeto, temos que avaliar as diferentes formas de proceder. Se estivermos pensando em comprar uma casa, temos que compará-la com outras, considerar os prós e os contras de cada uma, verificar qual delas é mais vantajosa economicamente, e assim por diante. Somente depois de realizar uma análise cuidadosa, podemos decidir que casa comprar. Devemos usar essas mesmas ferramentas de avaliação quando encontrarmos um mestre espiritual.

Quando comparadas, as decisões sobre nossa vida espiritual são muito mais importantes do que aquelas envolvidas na compra de uma casa. Esta e qualquer nova propriedade farão parte de nossa vida, na melhor das hipóteses, por cem anos. Portanto, se cometermos um erro, não será prejudicial por muito tempo. Mas se cometermos um erro no caminho espiritual, não enfrentaremos apenas obstáculos nesta vida, mas também durante muitas próximas vidas. Portanto, encontrar o caminho e o guia espiritual corretos é a coisa mais importante que podemos fazer.

Sempre houve muitos ensinamentos que indicavam aos discípulos as maneiras de avaliar os professores e como eles deveriam avaliar os discípulos. Somente quando ambos estavam satisfeitos com as qualidades um do outro, é que ocorria o relacionamento professor-

discípulo. Este exame preliminar é essencial porque, sem ele, forjar essa relação pode ser muito perigoso para ambas as partes. Isso é especialmente importante para o discípulo: colocar-se nas mãos erradas pode lhe causar sérios danos. Encontrar o mestre espiritual certo é extremamente importante.

Os ensinamentos afirmam que, dependendo de suas qualificações, existem vários níveis de professores espirituais: superior, inferior, medíocre e assim por diante. Mas, independentemente do nível do professor, o requisito básico a satisfazer, é observar uma boa disciplina, uma conduta ética. A conduta ética é a base de todas as qualidades. Não deve se limitar às aparências, mas ser genuína. Se o professor pertence, o requisito básico que ele ou ela deve

O segundo requisito que um professor deve cumprir é ter adquirido sabedoria por meio do estudo e da meditação. Se o conhecimento e a compreensão dos tantras não estiverem totalmente integrados, o mestre não poderá transmiti-los aos seus discípulos.

O terceiro requisito é a compaixão: o professor deve ser motivado pela compaixão por seus discípulos. Ele ou ela deve ter um desejo genuíno de que seus discípulos se liberem da ignorância, que se abstenham de atos negativos e pratiquem os positivos.

Nesta era de trevas, é difícil encontrar o professor perfeito. No entanto, se um professor atende a esses três requisitos, suas qualidades morais serão altamente desenvolvidas, ele dificilmente terá falhas, e poderá ser considerado adequado.

Especialmente nos ensinamentos vajrayana, o professor é absolutamente essencial. Tentar aprender tantra por conta própria ou com os livros, pode fazer mais mal do que bem. O vajrayana é o ensinamento mais avançado do Buda, e apenas pode ser recebido através da transmissão direta de uma linhagem ininterrupta, cuja origem é Buda Vajradhara, e que foi transmitida de um professor para outro até o momento. Nos ensinamentos, não apenas as palavras e seus significados são

comunicados. Também acontece algo ainda mais importante: a bênção é transmitida de uma pessoa para outra. Sem essa bênção, é impossível praticar qualquer ensinamento tântrico ou alcançar qualquer um de seus resultados. Na verdade, praticar sem ela, pode ser muito prejudicial. Por esta razão, os ensinamentos vajrayana enfatizam muito a importância do mestre espiritual.

O sol brilha diariamente no céu, mas se quisermos canalizar e aproveitar sua energia temos que usar alguns instrumentos. Da mesma forma, o Buda irradia constantemente suas bênçãos sobre os seres, mas se não tivermos os instrumentos adequados, não seremos capazes de recebê-las. A falta de mérito causada por nossas ações negativas nos impede de ver o Buda em pessoa. O guru é o instrumento que nos ajuda a canalizar e usufruir das bênçãos do Buda. O guru se apresenta a nós com uma aparência comum e, graças a ele ou ela, podemos ouvir os ensinamentos de Buda e, assim, receber suas bênçãos.

Portanto, no vajrayana é extremamente importante encontrar um professor genuíno e investigar minuciosamente suas qualidades. Uma vez que estivermos convencidos de que ele é um mestre espiritual genuíno, podemos tomá-lo como nosso professor e dele receber ensinamentos e iniciações vajrayana. Uma vez que tenhamos estabelecido a relação professor-discípulo, não importa as situações que enfrentemos: nunca devemos perder a fé no professor ou cortar nosso vínculo com ele. Mesmo que vejamos defeitos em nosso professor, nunca devemos vê-los como falhas. Qualquer defeito que vejamos no nosso guru, devemos vê-lo como nosso. É como o reflexo da lua na água: se for limpa, o reflexo será claro, se a água for turva, o reflexo ficará distorcido. Se, devido aos nossos obscurecimentos, encontrarmos uma falha no professor, devemos sempre lembrar de ver isso como nossa própria limitação, nossa própria culpa, e não como do guru.

Há muitas histórias maravilhosas sobre os mahasiddhas, iogues muito realizados. Esses antigos professores indianos costumavam exibir comportamentos excêntricos - muito excêntricos - e os discípulos que

perderam a fé neles não progrediram, enquanto aqueles que mantiveram a fé em seus professores experimentaram realizações espirituais.

Fala-se muito sobre os lamas raiz. De acordo com os ensinamentos vajrayana, um lama ou guru raiz é um professor que nos concede as iniciações principais, bem como ensinamentos tântricos e instruções essenciais. Este é nosso guru raiz. Na verdade, podemos ter vários gurus raiz. Também podemos contar com um guru raiz muito especial, como, por exemplo, nosso guru de vínculo cármico. Ele é nosso guru mais importante: alguém com quem temos uma conexão cármica ou que tem sido nosso guia ao longo de muitas vidas.

Se temos tal guru, é essencial que, aconteça o que acontecer, nunca deixemos de sentir uma fé e devoção intensas. Mesmo que nosso guru raiz seja apenas uma pessoa comum, e não por um ser realizado, se nós, como discípulos, o vemos como o Buda, podemos receber as bênçãos de Buda, porque tanto o mestre como nós mesmos, estamos dotados da natureza búdica.

Como expliquei, nos ensinamentos vajrayana ou tântricos, é muito importante encontrar o guru correto e então estabelecer uma conexão cármica próxima com ele ou ela. Sem isso, é impossível fazer qualquer progresso espiritual. Os ensinamentos afirmam claramente que pode ser muito perigoso praticar o tantra por conta própria, sem depender de um mestre espiritual capaz de nos conectar com a transmissão ininterrupta de bênçãos. A falta do mestre pode nos fazer cair nos reinos inferiores.

Em todas as tradições (jinayana, majayana e vajrayana), encontrar o mestre espiritual e segui-lo corretamente é a fonte de todas as boas qualidades. Isso é especialmente verdadeiro no caminho vajrayana, onde a linhagem contínua originada de Buda Vajradhara é um elemento essencial da prática. O mestre espiritual que nos dá a transmissão, é aquele que dissipa nossos obscurecimentos e nos orienta no caminho da liberação. Rezo para que todos vocês encontrem o mestre espiritual certo

e estabeleçam com ele um vínculo cármico que lhes permita receber todas as bênçãos do Buda.



A Essência do Tantra

Em sua infinita compaixão, sabedoria e poder, Buddha Shakyamuni transmitiu inúmeros ensinamentos para ajudar incontáveis seres e suas infinitamente diversas propensões. Esses ensinamentos podem ser classificados em duas abordagens: a shravakayana e a mahayana. A primeira se ocupa em alcançar a liberação individual, enquanto a última enfatiza o ideal universal do bodisatva: um ser determinado a alcançar a iluminação para o benefício de todos os seres, e comprometido a permanecer na existência cíclica até que todos tenham conseguido se liberar dela.

A abordagem mahayana, por sua vez, pode ser dividida em duas tradições. O paramitayana é conhecido como o veículo das perfeições, e nele o bodisatva cultiva a perfeição moral como a causa de sua futura obtenção do estado de Buda. O mantrayana é conhecido como o veículo do mantra ou resultante, e nele o praticante realiza a sabedoria, seguindo certas práticas. Embora esses dois veículos fossem amplamente praticados no Tibete, o mantrayana e suas quatro classes de tantra (kriya, charya, ioga e anuttarayoga) foram especialmente apreciados. Os tibetanos valorizaram esses ensinamentos como uma joia, preservando sua pureza, graças a uma tradição monástica coesa e ao isolamento do mundo exterior.

A palavra *tantra* raramente é usada no budismo tibetano e geralmente se refere à coleção de escrituras tântricas. Os termos *mantrayana* ou *vajrayana* são frequentemente usados para nomear o sistema doutrinário. O termo vajrayana se refere ao caminho espiritual imutável, o veículo do diamante que leva à realização da mente iluminada, que está sempre presente, embora esteja obscurecida por nossa ignorância. Etimologicamente, a palavra *tantra* pode ser entendida como uma continuidade, um fio ou linhagem que dá continuidade aos

ensinamentos. Nesse sentido, é semelhante ao código genético, que determina a forma que os insetos, pássaros e outros seres têm ao nascer. Portanto, o tantra pode ser entendido, no sentido budista, como o código genético que liga nossa natureza búdica em cada renascimento, até atingirmos a iluminação. Por esta razão, uma iniciação vajrayana em uma vida, pode resultar em um renascimento como budista ou como alguém que empreenda o caminho do bodisatva.

Os tantras são textos sagrados que não têm um início temporal. Nem se originam no reino humano. Os tantras budistas e hindus compartilham muitas semelhanças, mas também têm muitas diferenças. Os tantras ensinados pelo Buda Shakyamuni, como o tantra de Hevajra, o Tantra de Kalachakra e o Tantra de Guhyasamaya - têm sua origem em suas próprias palavras, que por sua vez foram reveladas por Adibuddha Vajradhara. Graças à prática desses tantras, o Buda alcançou a iluminação.

Embora o tantrismo seja um método comum do budismo e do hinduísmo, as duas tradições diferem muito em termos essenciais e em alguns detalhes. O caráter complementar dos tantras budistas e hindus se desenvolveu como um método alternativo de se libertar da prisão do samsara. Especula-se que o tantrismo data dos tempos pré-arianos, a fase mais antiga, que se tem notícia, da civilização indiana. Os estudiosos acreditam que ele se originou no noroeste da Índia e se espalhou do sopé do Himalaia para o resto do continente. Muitas das divindades tântricas emergiram como deuses locais e deuses que mais tarde foram incorporados ao sistema tântrico. Sua prática foi difundida em ambas as religiões durante os séculos 4 e 5 de nossa era, e atingiu seu auge na Índia durante os séculos 10 e 11.

De acordo com vários estudiosos tibetanos e indianos, alguns dos oitenta e quatro mahasiddhas budistas eram na verdade mahasiddhas hindus. Um exemplo é Luipa, o grande mahasiddha budista, que algumas fontes identificam com Matsyendranatha, o mahasiddha hindu. Nas histórias indianas e tibetanas, esses "perfeitos" eram conhecidos como oitenta e

quatro siddhas. E se quisermos entender a transmissão oral dos primeiros tantras, temos que consultar suas biografias. Tantra é um método, uma técnica. Seus primeiros praticantes se importavam tão pouco com os rótulos quanto os cientistas nucleares se preocupavam com suas nacionalidades ao comparar estudos com colegas de outros países. Os mahasiddhas estavam interessados no método e debatiam entre si a eficácia de suas respectivas técnicas. Muitos praticantes hindus foram persuadidos a professar a visão mahayana.

Na Índia antiga, havia muitas escolas de tantrismo hindu, e suas filosofias eram tão diferentes, que iam do niilismo ao materialismo. Aqui, entretanto, a palavra tantra pode ser entendida no sentido hindu de "entrelaçamento", assim como os fios de um tecido são metáforas da união complementar dos princípios masculino e feminino de passividade e poder cósmicos.

Não somos bem versados no tantrismo hindu e só podemos falar com autoridade de nossa própria tradição. Os tantras budistas e hindus compartilham uma abordagem semelhante, em que há uma estrutura ordenada que está em harmonia com o tecido conectivo esotérico do macrocosmo e do microcosmo. Mas, embora compartilhem uma metodologia, os tantras das duas tradições diferem radicalmente em suas filosofias.

No tantra hindu, a ênfase está na Shakti feminina como a base espiritual de nosso mundo, que é uma manifestação dela. Liberar-se significa superar as limitações impostas pelo nascimento humano. A união definitiva do ser com Deus ou Brahman, pode ser alcançada na vida mortal por meio do corpo, quando a Shakti interna atinge a união com o Shiva interno. A liberação surge da fusão do princípio universal interno (*atman*) com o externo (*brahman*). A igualdade entre o ser ou alma individual (*yiva*) e o absoluto é um axioma das crenças védicas e hinduístas. Brahman também é considerado uma entidade autoexistente, uma essência eterna e imutável da realidade.

Por outro lado, nos tantras budistas, vemos que a consorte é conhecida como *prajna*, ou sabedoria. Os termos *yogini* (praticante feminina de ioga), *vidya* (conhecimento), *mudra* (selo) e *devi* (deusa) se referem ao princípio feminino. A Deusa da Perfeição da Sabedoria (*Prajña-paramita*) representa a verdade última da vacuidade (*shun-yata*). O conhecimento onisciente está enraizado na compaixão (*karuna*); sua natureza é a mente da iluminação, sua motivação é o voto do bodisatva, e contém os meios para alcançar o resultado. Ambos os princípios, sabedoria e compaixão, equivalem às perfeições do bodisatva e à mistura de nirvana e samsara, de tal forma que, quando a sabedoria é combinada com os meios ou metodologia, deixa de ser passiva e se manifesta em sua forma completamente ativa.

Como o Buda Shakyamuni era um *kshatriya*, alguns rituais nos tantras budistas remontam a antigos rituais védicos, como rituais de fogo, bem como aos Upanishads. Mas, novamente, embora no hinduísmo e no budismo algumas práticas tântricas sejam formalmente semelhantes, as filosofias subjacentes são radicalmente diferentes. Os budistas veem a realidade como destituída de existência última e natureza verdadeira. Os três kayas de um buda estão associados aos planos espirituais e externos do mapa cosmológico e também a certos pontos do corpo humano. No corpo vertical da mandala, a mente é proeminente entre os cinco skhandhas, enquanto os outros quatro são visualizados nos pontos cardeais. Meditamos nas divindades celestiais e mundanas dentro do corpo, mas o mais importante, fazemos da geração da mente iluminada o fundamento básico de nossa prática.

Em todas as escolas mahayana, a mente da iluminação é a causa raiz do caminho espiritual. O corpo humano contém a natureza do dharmakaya, sambhogakaya e nirmanakaya, como os três corpos de nossa natureza búdica iluminada, mas sem a geração da mente iluminada, nenhum resultado surgirá. Estas são algumas das diferenças essenciais entre as visões budista e hinduísta. Nos tantras budistas, a união de *prajña* e *karuna*, sabedoria e compaixão, produz a plenitude da consciência

cósmica por meio do encontro de opostos. Esta é a chave para ver as noções de sagrado e profano, no espelho da luz clara da própria mente.

A mente tem muitas facetas. Sua base é a consciência substrato (*kunshi* em tibetano e *alaya* em sânscrito). Esta é a base sobre a qual o samsara e o nirvana são construídos. É o aspecto da clareza da mente. Não se concentra em nada, mas repousa na percepção de si mesmo, como tem feito desde tempos imemoriais e como fará até que alcancemos a iluminação.

Os seguidores da mahayana acreditam que não devemos permanecer no samsara ou entrar no nirvana, mas sim seguir o caminho do meio. Por meio do poder de nossa sabedoria, não permaneceremos no samsara, e por meio do poder de nossa compaixão, não permaneceremos no nirvana. Quando atingirmos a iluminação, que chamamos de nirvana não estático, estaremos livres do sofrimento, mas, graças à nossa compaixão, permaneceremos no samsara, ajudando os seres que ainda estão aprisionados.

Na metafísica budista, a visão filosófica do vazio (*shunyata*) é essencial para alcançar a liberação. Se realizamos a ausência definitiva de realidade e que todas as aparências surgem da mente, teremos alcançado a visão da não dualidade do samsara e do nirvana. Veremos claramente que samsara é nirvana, entraremos em contato direto com nossa natureza búdica e, nessa mesma vida, a iluminação estará ao nosso alcance.

O vajrayana é um método. Tanto sua intenção principal quanto seu objetivo final são os mesmos que o mahayana, mas o vajrayana fornece uma metodologia muito mais eficaz, pois suas práticas envolvem o corpo e a mente. É a tecnologia mais sofisticada disponível para alcançar a liberação. É um pouco como viajar de avião em vez de trem: o avião precisa de muitas condições para voar, como combustível, ar, um motor confiável, um design eficiente e assim por diante. Da mesma forma, se buscamos alcançar realizações por meio do vajrayana, precisamos nos

esforçar muito para satisfazer todos os requisitos necessários para alcançar o resultado. Entre eles, dois são indispensáveis: nossa prática diária pessoal dos dois estágios de criação e conclusão, e a visualização da mandala e da divindade. Outros fatores cruciais são a recitação de mantras, a prática de iogas físicas (como a respiração, calor interior, sonhos e posturas meditativas) além de cultivar a mente da iluminação e a conduta ética. Depois de receber uma iniciação vajrayana, há muitos votos que devemos manter além do pratimoksha monásticos e os mahayana.

Existem também votos tântricos e, sem eles, nenhuma prática pode ser eficaz. É muito parecido com o agricultor, que cuida de seus campos: se você deseja ter as condições certas para obter uma boa colheita, deve proteger sua safra de elementos adversos, como tempestades de granizo e inundações, e garantir que a terra seja adequadamente fertilizada e receba irrigação suficiente, luz solar, etc. Da mesma forma, se buscamos obter resultados espirituais, temos que estabelecer as condições adequadas. Se praticarmos corretamente, a conquista da visão da não-diferenciação entre samsara e do nirvana virá naturalmente, e com ela os siddhis mundanos e extraordinários, que nos permitirão ajudar outros seres.

O método tântrico praticado no Tibete era muito sofisticado e foi cuidadosamente sistematizado para garantir que os praticantes genuínos e treinados alcançassem resultados, contanto que sua motivação raiz fosse a mente da iluminação. Como mencionei, gerar a mente da iluminação é um elemento central da prática tanto mahayana quanto vajrayana. Os três fundamentos são: amor bondoso, compaixão e geração de bodichita. Toda prática deve surgir do altruísmo. Amor significa que todos os seres, em todos os reinos da existência, sejam felizes; compaixão é o desejo de que os seres estejam livres do sofrimento, e a geração da mente da iluminação é a busca da iluminação para o bem de todos os seres. Sem amor e compaixão, a mente da Iluminação não surgirá; e sem ela, alcançar a liberação é impossível. Se a mente da

iluminação é como uma semente que plantamos, o amor e a compaixão são como a água com a qual o regamos enquanto ele cresce e dá frutos.

Chandrakirti escreveu no *Madhyamakavatara*, que shravakas e pratyekabuddhas nascem do Buda, enquanto o Buda nasce do bodisatva e os bodisatvas nascem do amor e especialmente da compaixão. Por esta razão, Chandrakirti prestou uma homenagem especial à compaixão: sem ela não haveria a causa raiz da budeidade. É por isso que meditamos em alguns tantras pai-mãe, nos quais as divindades estão em união, a união da sabedoria e da compaixão.

Durante o apogeu do budismo na Índia antiga, havia uma longa tradição tântrica relacionada à prática da mandala. O termo *mantra* pode ser definido como um método que protege a mente da conceitualização ou de conceitos que possuem certas marcas e características. A eficácia do vajrayana reside em muitos fatores, e o mais importante é a linha de transmissão direta da iniciação (*abisheka*), que chegou até nós, ininterruptamente, desde que o Buda Shakyamuni girou, pela primeira vez, a roda do Dharma. O termo *mandala* pode ser definido resumidamente, como um método de alcançar e manter a sabedoria espontânea e coemergente da grande bem-aventurança que está sempre presente na mente. Para acessar a prática da mandala, devemos receber uma iniciação, uma consagração.

A transmissão é particularmente importante no vajrayana porque o guru faz parte da linhagem ininterrupta de professores que receberam a transmissão direta que se originou com Adibuddha Vajradhara, o Buda que reúne as cinco famílias búdicas. Devemos receber primeiro essa bênção direta e ininterrupta para que possamos desenvolver um amadurecimento especial. Nos tantras, é dito que se quisermos receber uma transmissão, primeiro temos que encontrar o guru com quem temos uma conexão cármica especial, e que satisfaça todas as qualificações para ensinar os tantras. Quando o encontrarmos, devemos receber suas transmissões e explicações.

O guru é um professor que nos dá iniciação nos mistérios da religião. A eficácia da iniciação é que ela purifica as aparências embasadas em obscurecimentos, que obstruem a natureza essencial da grande bem-aventurança que reside na mente. A iniciação tem a capacidade de provocar o despertar que nos torna um recipiente adequado para contemplar a luz clara. A continuidade da iniciação do vajrayana foi mantida graças a uma transmissão ininterrupta que serve para amadurecer o praticante e conduzi-lo à liberação.

Devemos receber o ensinamento sobre as Cinco Famílias de Budas, na forma de uma iniciação (*wang kur*), a transmissão ou permissão para praticar tantra. Depois de recebê-la, devemos cumprir as obrigações que ela acarreta e aprender a nos ver claramente como o resultado. Então, devido à conexão especial que existe entre causa e resultado, o resultado surgirá naturalmente. Uma iniciação maior nunca é dada a quem não tem a habilidade de gerar a mente da iluminação.

Se no mahayana, não devemos praticar sem um professor, esta prescrição é ainda mais importante no vajrayana. Hoje em dia, a maioria dos ensinamentos está disponível por escrito, mas sempre devem ser ensinados oralmente. Ninguém consegue obter resultados simplesmente por estudar um texto. No vajrayana é necessário receber o *wang kur*, porque esta é a porta de entrada para o tantra, e sem ela a prática não pode ser realizada. Em muitos casos, um sinal claro aparece quando encontramos o guru com quem temos um xincalo cármico. Tsarchen, o grande mestre Sakya, sentiu uma necessidade irresistível de conhecer o mestre Sakya Doringpa, no instante em que ouviu falar dele. Vajrayogini, a divindade feminina, apareceu a ele e lhe deu um livro dizendo: “Doringpa Tsarchen o enviou para você”. Tsarchen perguntou sobre seu paradeiro e se esforçou para encontrá-lo pessoalmente. Quando recebeu a iniciação e as instruções dele, Tsarchen alcançou resultados sem precedentes. De forma geral, um sinal inconfundível aparece quando encontramos nosso guru.

O mahayana é conhecido como o veículo *yana* (causal) porque nele nos esforçamos para praticar a conduta ética, visando criar as causas apropriadas para alcançar a liberação. O vajrayana é chamado de *yana* resultante, porque nele nos vemos, desde o início, como uma forma de Buda. Praticar a visualização dessa maneira, fará com que as imensas qualidades do Buda surjam automaticamente em nosso ser. Na realidade, todo o nosso organismo é, e sempre foi, o puro Buda, mas não somos capazes de vê-lo, porque estamos envoltos por conceitos e imagens carentes de verdadeira realidade.

Esta não é uma conclusão arbitrária: temos o exemplo de incontáveis praticantes que, usando esses métodos, purificaram seus obscurecimentos e alcançaram a iluminação. São muitas as tendências ou predisposições que precisam ser transformadas porque nos causam muito sofrimento. Como não são parte essencial da consciência do *alaya* ou do substrato, podem ser causa de muito sofrimento. Consideremos, por exemplo, a transformação das energias sexuais: embora muitas vezes sejam vistas como obstáculos no caminho espiritual, se as usarmos corretamente, podem ser de grande ajuda. Na verdade, não existe "impureza". Estas só aparecem, porque não percebemos a verdadeira natureza de nossa mente e ainda pensamos em termos de sujeito e objeto.

Existem incontáveis budas de todos os tipos, mas podem ser classificados em cinco categorias, que representam as cinco qualidades iluminadas. Embora esses cinco possam ser resumidos em um, os ensinamentos dos cinco tipos de budas nos fornecem uma base para começar. Imaginemos uma mandala contendo os Cinco Budas Primordiais, cada um dos quais tendo alcançado, em uma determinada era, a mesma iluminação de Buda Shakyamuni. Quatro estão nos pontos cardeais da mandala e o quinto está no centro. O Buda central é Akshobhya, o Imóvel, de cor azul escura. No leste, está Buda Vairochana, o Criador da Aparência, de cor branca. No sul, está Ratnasambhava, Aquele Cujas Natureza é uma Joia, de cor amarela. No oeste, está Amitabha, que significa "Luz Infinita", de cor vermelha. No norte está Amoghasiddhi, a Destreza para Alcançar Todas

as Ações Possíveis, de cor verde. Todos têm a forma de Buda Shakyamuni, exceto pelo gesto das mãos: Akshobhya toca a terra (*bhumispar-sha mudra*): Vairochana, o gesto de ensinar; Ratnasambhava, de dar, Amitabha, de meditação, e Amoghasiddhi de destemor, segurando um vajra cruzado em sua mão direita.

Essas cinco divindades e suas cores estão relacionadas às cinco aflições mais comuns, que surgem devido aos obscurecimentos de nossa condição humana: o azul e Akshobhya estão relacionadas à raiva; o branco e Vairochana, com ignorância; amarelo e Ratnasambhava, com orgulho e mesquinhez; vermelho e Amitabha, com desejo; verde e Amoghasiddhi, com inveja. Existem também marcas das cinco famílias de Buda no corpo dos seres. Por exemplo, as pessoas que habitualmente ficam com raiva, terão uma marca parecida com o vajra, e podem ser facilmente identificadas como membros da família Vajra de Akshobhya. Visto que este buda representa a transformação completa da raiva, essas pessoas serão capazes de purificar seus obscurecimentos com particular facilidade e rapidez, se praticarem o caminho relacionado a Akshobhya. No vajrayana, nunca consideramos que as aflições, como a ira e o desejo, devem ser reprimidas, e sim, percebemos a energia que contêm como a matéria prima para purificar e transformar nos Cinco Budas, pois cada um deles é a personificação de um aspecto de sabedoria.

Esta é outra razão pela qual chamamos o vajrayana de caminho resultante. Existem inúmeros seres, cada um com seu temperamento e preferências, e a sabedoria transcendental do Buda adotou diferentes formas para se adaptar a eles. Pessoas com desejo intenso meditam apaixonadamente em divindades, abraçando consortes e rodeadas por multidões de deusas. Para pessoas com muito ódio, existem meditações sobre divindades com formas muito raivosas, enquanto aqueles com muita ignorância podem meditar sobre divindades muito detalhadas, cheias de joias e ornamentos. Na realidade, todas essas divindades são manifestações da mesma sabedoria transcendental.

A sabedoria transcendental é a sabedoria divina, o poder e a energia de Buda. Muitos dos tantras foram ensinados pelo Buda Shakyamuni e um deles foi o Tantra Hevajra, a base do Lamdré, a principal prática da Linhagem Sakya. Este extenso ensinamento incorpora todas as práticas do Theravada, do Majayana e do Vajrayana. Em nossa tradição, ele se originou quando Nairatmya, consorte de Hevajra, o transmitiu a Virupa, o grande mahasiddha indiano, sábio da Universidade de Nalanda. Séculos depois, chegou ao Tibete, graças ao tradutor Drogmi, que viveu entre 978 e 1072 DC.

O Lamdré ("Caminho como Resultado") é um vasto ensinamento baseado na iniciação e na prática do *Tantra Hevajra*. Inclui a filosofia tântrica e suas práticas, como as iogas da respiração, o calor interior, os sonhos e assim por diante. Os mahasiddhas e eruditos da Índia antiga também praticavam muitas outras tradições tântricas, cuja transmissão alcançou o Tibete pelos grandes tradutores, e que hoje nos alcançam ininterruptamente.

Uma dessas transmissões é o *Rosário Vajra (Vajra mala)* de Abhayakaragupta, que foi abençoado três vezes por visões da divindade Vajrayogini. Abhayakaragupta era um grande pandita, dotado das mais altas capacidades. Ele experimentou a natureza da realidade, recebeu inspiração direta da divindade, e seu conhecimento era imenso. Com base nesses critérios, ele compôs as escrituras conhecidas como *Vajramala*. Além disso, Avalokiteshvara deu-lhe muitos ensinamentos externos, internos e secretos, e com base neles, compôs tratados sobre mais de duzentas mandalas, cuja transmissão ininterrupta chegou até nós.

Também temos muitos outros ensinamentos esotéricos especiais: *As onze yogas de Vajrayogini* de Naropa, os ensinamentos de Mahakala e em particular os de Vajrakilaya, que ainda são mantidos por nossa família e que vêm da antiga Tradição Ningma. Também temos os ensinamentos de Sarvavidya, que se aplicam quando alguém está morrendo ou já morreu, os de Vajrabhairava, a forma irada de Manjushri, que se

encontram em *Os Dharmas Dourados*, e muitos outros. Mas, a maioria dos ensinamentos básicos Sakya, que abarcam desde o estágio de preparação até a obtenção da iluminação, estão incluídos no Lamdré. Outras transmissões, incluindo as de Abhayakavagupta e Mindrayogin, estão reunidas em *A Coleção de Tantras*, que também inclui coleções de outras tradições.

No século XIX, os tantras estavam em perigo de extinção, e Yamyang Loter Wangpo iniciou e supervisionou a publicação de *A Coleção de Tantras*: 32 volumes, resultado dos séculos de meticulosa compilação, realizada por enciclopedistas. Este mestre Sakya foi classificado como uma emanção de Vajrapani, o Senhor de Segredos, que preservou os ensinamentos de Shakyamuni, que, nesta era degenerada, teria reunido e preservado todos os ensinamentos essenciais. As qualidades e erudição de Yamyang Loter Wangpo foram inconcebivelmente vastas.

Por que conseguimos alcançar a liberação por meio da prática de vajrayana? A motivação com a qual Buda nos ensinou a seguir o ideal do bodisatva, é a causa que realmente nos leva à liberação, e a continuidade de sua bênção nunca foi interrompida, desde sua origem com o Adibuda Vajradhara. Uma sucessão de mestres manteve, cuidadosamente, a pureza do ensinamento essencial do Buda sobre a não-diferenciação entre samsara e nirvana, e forneceu uma imensa variedade de métodos para ajudar seres de diferentes personalidades a alcançarem realizações. Como esses mestres também buscaram a iluminação, suas bênçãos têm produzido uma chuva de bênçãos para aqueles que seguem o ideal do bodisatva.



Percorrer o Caminho Tântrico

O caminho tântrico começa como o caminho budista. Não há grandes diferenças filosóficas entre o budismo tântrico e o budismo mahayana; as diferenças estão na ênfase e no método. Vamos começar examinando o início prático do caminho tântrico. Diz-se que o caminho tântrico começa como o caminho budista, portanto, não é surpreendente que seu primeiro passo seja tomar refúgio. Na tradição tântrica tibetana, o toma-se refúgio com um mestre qualificado, que representa uma linhagem espiritual reconhecida. Em certo sentido, o ato de tomar refúgio é uma iniciação. Acima de tudo, representa uma iniciação ao budismo, como o primeiro passo no caminho budista para a liberação.

Existem três razões para tomar refúgio nas Três Joias: medo, fê e compaixão. Quando o motivo é o medo, tomamos refúgio porque tememos o sofrimento do samsara; quando é fê, é porque acreditamos que só a Joia Tríplice tem o poder de nos libertar do sofrimento; e quando é compaixão, é porque queremos beneficiar todos os seres, pois também eles temem o sofrimento.

A segunda etapa do caminho tântrico é gerar a mente da iluminação (*bodichita*). A geração de *bodichita* está intimamente ligada aos votos do bodisatva, e sua prática é baseada no desejo altruísta de beneficiar todos os seres. Assim como tomar refúgio, desenvolver a mente da iluminação é uma preliminar necessária para praticar o caminho tântrico.

O terceiro passo é refletir sobre a morte, a impermanência e a condição humana. Devemos descobrir que a felicidade e as circunstâncias favoráveis que hoje desfrutamos, são impermanentes: desaparecerão quando morrermos, e não sabemos quando chegará o nosso fim. Refletir sobre a morte e a impermanência nos motiva a praticar o Dharma sem mais demora.

O quarto passo é entender a lei do carma, a lei de causa e efeito, e sua relação com nossas ações. Deveríamos descobrir que boas ações, como generosidade e compaixão, são causa da felicidade, enquanto atos prejudiciais, como egoísmo e ódio, são causa do sofrimento. É impossível escapar dos bons ou maus resultados de nossas ações, e por isso devemos nos esforçar para realizar apenas ações virtuosas e evitar as prejudiciais.

Na tradição tântrica tibetana, certas práticas preliminares adicionais são realizadas, antes de entrar no caminho tântrico. Existem quatro práticas preliminares principais. A primeira é recitar, cem mil vezes, a oração do refúgio. A segunda é recitar, cem mil vezes, o mantra de cem sílabas de Vajrasattva. A terceira é recitar, cem mil vezes, uma oração ao guru. A última é fazer cem mil oferendas de mandala, por meio das quais oferecemos simbolicamente todo o universo a fim de progredir espiritualmente.

A primeira parte das práticas preliminares serve para nos estabelecermos firmemente no caminho budista. A segunda destina-se a purificar nossas tendências negativas, passadas e presentes. A terceira estabelece um vínculo estreito entre nós e nosso guru, enquanto a última nos ajuda a nos livrar das tendências egoístas por meio do ato simbólico de doação, e a acumular o mérito necessário para ter sucesso no caminho espiritual. Depois de concluir essas preliminares, pedimos ao guru que nos inicie nas práticas meditativas associadas a uma das divindades tântricas tutelares, que são emanações do Buda. A iniciação a essas práticas deve ser dada por um guru qualificado, que represente uma linhagem espiritual reconhecida. A iniciação tântrica nos permite visualizar e nos identificar com o universo purificado que simbolicamente representa a experiência iluminada da divindade tutelar.

A aparente semelhança entre o tantra hinduista e budista, muitas vezes levou à suposição de que o desenvolvimento do tantra apagou as diferenças originais que distinguiam a filosofia budista da hindu. No entanto, essa dedução está errada: o tantra diz respeito aos meios de

progresso espiritual, não à filosofia. Portanto, a semelhança das práticas tântricas hindus e budistas não indica que suas respectivas filosofias tenham se misturado. O fato, por exemplo, de alguns termos e divindades serem compartilhados por tantras hindus e budistas, não significa que o budismo tântrico se desviou da essência do pensamento budista. Por exemplo, embora alguns termos que apareçam abundantemente no hinduísmo - como *svabhava* e *atman* - também apareçam nas escrituras tântricas do budismo, seu significado não é o mesmo. O termo *svabhava*, que no hinduísmo significa "a essência de uma natureza independente", é usado no tantra budista para enfatizar o vazio de todas as coisas. Da mesma forma, o termo *atman* ou "eu" é usado apenas para nos identificar com a vacuidade.

O fato de algumas divindades serem veneradas por hindus e budistas, também não significa que a filosofia budista tenha perdido suas características distintivas. Em primeiro lugar, as divindades hindus, listadas no panteão tântrico do budismo, são divindades de menor importância. Em segundo lugar, tanto o hinduísmo quanto o budismo se desenvolveram no contexto cultural indiano, então, não é de se estranhar que várias divindades tenham sido incorporadas por ambas as tradições. Essas divindades não são hinduístas nem budistas, mas pertencem à cultura indiana. Em síntese: o tantra se ocupa mais com a metodologia do que com a filosofia. Na verdade, as práticas tântricas não são semelhantes apenas no budismo e no hinduísmo, mas também no jainismo e no islamismo. Apesar das semelhanças entre as práticas tântricas do budismo e do hinduísmo, o budismo tântrico sempre manteve sua visão filosófica. Também mencionamos que não há grandes diferenças filosóficas entre o Budismo Tântrico e o Budismo Mahayana. Este último engloba duas escolas filosóficas principais: a da mente e a do vazio. Estas escolas foram exhaustivamente explicadas por Asanga e Nagarjuna, que a tradição tântrica tibetana reconhece como os pais do tantra budista como o conhecemos hoje. Portanto, existem dois princípios na filosofia do Budismo Tântrico: mente e vacuidade. A ênfase na importância da mente é o ponto de partida da filosofia do Budismo

Tântrico: a mente é o primeiro passo no processo para alcançar a liberdade, não o último, porque para alcançar a liberdade devemos também compreender a vacuidade.

A tradição tântrica tibetana explica a conquista da liberdade pela compreensão do vazio, usando quatro etapas ilustradas com exemplos. O primeiro passo expressa a ideia de que nossa situação depende de nossa mente. Por exemplo, as pessoas que consumiram álcool sentem que são dotadas de muita força ou que o chão se move sob seus pés, enquanto as que sofrem de icterícia percebem os objetos brancos como se fossem amarelos. Como você pode ver, nossas percepções são condicionadas pelo estado de nossa mente.

O segundo passo é ilustrado pelo exemplo de uma ilusão mágica. A questão aqui é que, embora as percepções dependam da mente, a própria mente é ilusória. A própria mente, em si mesma, não é nada: não está nem dentro nem fora, nem é longa ou curta. Assim como uma ilusão mágica, só aparece quando os dispositivos que a produzem estão funcionando, mas não quando são desmontados, todas as experiências são como uma ilusão mágica.

O terceiro passo é entender que todas as coisas se originam de forma interdependente. Isto também é ilustrado por alguns exemplos. Se enchermos vários potes com água limpa, e estes forem colocados do lado de fora durante uma noite clara com lua cheia, o reflexo da lua aparecerá na superfície da água. Mas, se qualquer uma das condições, como um céu claro, não estiver presente, o reflexo da lua não aparecerá. Da mesma forma, todas as coisas aparecem como o resultado de uma combinação de condições: são originadas de forma interdependente.

O quarto e último passo é descobrir que todas as coisas são inefáveis. Isso também é ilustrado com exemplos. Embora o broto surja da semente, não se pode dizer que ambos sejam idênticos ou diferentes. Assim, a relação entre a semente e o broto é inefável, indescritível. Todas

as coisas que se originam de forma interdependente são inefáveis no sentido último.

Esses quatro passos da teoria do tantra budista, ilustradas com seus respectivos exemplos, mostram como as ideias de mente e vacuidade se combinam. O primeiro passo requer que consideremos todas as coisas como dependentes da mente; os outros três, que consideramos todas as coisas como se fossem uma ilusão mágica, inefável e interdependentemente originada; isto é, vazias. Portanto, a mente é a chave para mudar nossa maneira de ver as coisas.

A mente é responsável pela experiência do samsara e do nirvana. Mas a própria mente não é nada, está vazia. Se a mente tivesse sua própria natureza, ela sempre criaria a natureza intrínseca: ou sempre samsara ou sempre nirvana. No entanto, a mente é como um cristal ou um pano branco: se colocarmos um cristal próximo a um objeto azul ou vermelho, o cristal ficará azul ou vermelho. Se tingirmos um tecido de azul ou vermelho, ele ficará azul ou vermelho. O mesmo ocorre com a mente: se for condicionada pelo apego, aversão e ignorância, a mente aparece como samsara. Se for condicionado pela iluminação, aparece como nirvana, a experiência de um buda.

Diz-se que a prática do tantra pode acelerar o processo de obtenção da liberação ou iluminação. E por que seria assim? Porque o tantra fornece meios mais eficientes para transformar nossa experiência comum em uma experiência iluminada. A chave que explica essa aceleração, é que o tantra emprega uma variedade de poderosas forças psicofísicas e as manipula deliberadamente para obter resultados mais rápidos. Isso permite que se alcance rapidamente - em uma vida - um nível de maturidade espiritual que, em condições normais, levaria muito mais existências para ser alcançado.

Aquele que pratica o tantra, se ocupa em controlar e manipular as energias psicológicas e físicas, e procura direcioná-las para a realização da iluminação. Em si mesmas, essas energias são puras, pois sua

natureza é a de todas as coisas: a vacuidade. A energia produzida por emoções poderosas, como desejo e raiva, excede em muito, a produzida por emoções mais brandas. Se a energia dessas forças poderosas for usada corretamente, podemos transformá-la para nos ajudar a progredir em direção à iluminação.

O tantra converte a energia das aflições - desejo e ódio - em meios de liberação. É como uma espécie de judô espiritual: aproveitamos a força do nosso adversário para derrotá-lo. Embora se diga que os métodos tântricos permitem um progresso rápido no caminho espiritual, isso não significa que o tantra seja um caminho fácil. Requer a estrita observância das regras de boa conduta e uma prática sincera e dedicada do caminho espiritual. Se nossa prática do tantra tiver essas qualidades, nosso rápido progresso em direção à iluminação está assegurado.



Comparação entre o Tantra e outras Escolas Budistas

Uma ideia muito comum, sustentada por muitos não-budistas (e até mesmo alguns budistas), é que os tantras são adições posteriores e corrompidas aos ensinamentos dados pelo Buda. Essa noção é falsa. Os tantras são ensinamentos genuínos do Buda e ocupam uma posição privilegiada dentro da estrutura da doutrina budista. Parte da confusão sobre os tantras se deve à sua natureza esotérica: desde a época do Buda, os tantras sempre foram ensinados secreta e seletivamente. Para entendê-los corretamente, sempre foi necessário receber instruções orais de um professor qualificado, pois sem isso, é fácil interpretar mal o tantra, de forma equivocada e prejudicial. Como seguidor desta tradição, também estou evitando expor aqui a maioria dos aspectos do tantra, mas nessas circunstâncias é permitido mencionar alguns aspectos gerais sobre a prática e o pensamento budistas. Para isso, vou me basear nos ensinamentos de nossa tradição, como o Sistema Geral de Tantras, de Lopon Sonam Tsemo.

Na tradição tibetana, a palavra tantra (*rgyud*) geralmente se refere a uma classe especial de ensinamentos do Buda e às escrituras que os contêm. No entanto, e ao contrário de seu uso em português, tantra geralmente não se refere ao sistema tântrico completo de teoria e prática. Para o sistema doutrinário do tantra, são usados os termos *mantrayana* e *vajrayana* (o vajra ou veículo do diamante). O significado técnico de tantra é "contínuo". Especificamente, tantra se refere ao fato de nossa mente ser uma sabedoria não dual. Na mente, há um continuum, no sentido de que há uma continuação ininterrupta da mente, desde os tempos sem princípio, até atingir o estado de Buda.

Além disso, esse continuum mental tem três aspectos ou estágios: o continuum causal, o continuum do método aplicado e o continuum

resultante. Os seres comuns da existência cíclica são o continuum causal, aqueles que começaram a praticar os métodos para alcançar a liberação são o continuum do método, e aqueles que alcançaram o fruto espiritual último são o continuum resultante. O continuum causal recebe esse nome porque, embora o fruto que contém não tenha se manifestado, abriga o potencial de produzi-lo, caso as condições certas sejam atendidas. É como uma semente guardada em um recipiente. O continuum do método tem esse nome, porque abriga os métodos com os quais se produz o fruto, que está latente na causa. O método é como a água e o composto necessários para cultivar uma planta. O fruto, ou resultado, refere-se à obtenção do resultado que estava latente na causa, e é como a flor que se abre, após sua semente ter sido semeada e sua planta cultivada.

Em sua infinita compaixão, sabedoria e poder, Buda Shakyamuni transmitiu inumeráveis ensinamentos, para ajudar incontáveis seres e suas infinitas e diversas propensões. Esses ensinamentos podem ser classificados em duas abordagens: a shravakayana e a mahayana. A primeira está voltada para alcançar a liberação individual, enquanto a segunda enfatiza o ideal universal do bodisatva: um ser determinado a alcançar a iluminação para o benefício de todos os seres, e comprometido a permanecer na existência cíclica até que todos tenham se liberado dela.

O mahayana, ou grande veículo, também pode ser dividido em duas tradições. O paramitayana, conhecido como o veículo das perfeições ou causal, no qual o bodisatva cultiva a perfeição ética como a causa de sua futura obtenção do estado de Buda. O mantrayana é conhecido como o veículo do mantra ou resultante, e nele o praticante realiza a sabedoria (ou gnosis) ao seguir determinadas práticas.

O fruto, ou objetivo espiritual, de ambos os ramos do mahayana é a obtenção do perfeito despertar do estado de Buda ou iluminação. Um Buda perfeitamente desperto é aquele que entendeu corretamente o estado de tudo o que é cognoscível na realidade última, alcançou bem-aventurança livre de impurezas, e removeu todas as manchas dos

obscurecimentos. Esta última característica – estar livre dos obscurecimentos, é a causa das outras características do estado de Buda. Essa liberação consiste na erradicação de três tipos de obscurecimentos: obscurecimentos como a raiva e o desejo, obscurecimentos que obstruem a cognição da realidade em sua multiplicidade, e obscurecimentos relacionados às realizações meditativas.

Dizemos que um método de prática espiritual é um caminho porque, graças a ele, alcançamos a realização espiritual que almejamos. Existem dois tipos de caminhos: o comum, que leva a resultados inferiores, e o extraordinário, que leva à suprema conquista. Embora algumas tradições religiosas e filosóficas afirmem trazer bons resultados aos seus praticantes, na realidade elas apenas os conduzem a destinos indesejáveis. Por exemplo, os *tirthikas* inferiores (pertencentes a certas escolas indianas não budistas), bem como todos aqueles que propõem o niilismo, apenas direcionam seus seguidores a renascer nos reinos miseráveis da existência. Os *tirthikas* superiores podem levar ao renascimento em reinos mais elevados, mas não à liberação. E mesmo os caminhos shravakayana e pratyekabudhayana são inferiores, pois conduzem apenas à simples liberação, e não ao estado de Buda completo.

O mahayana é dividido em duas grandes tradições: o veículo das perfeições e o veículo do mantra secreto. O primeiro também é conhecido como mahayana geral, porque sua prática é comum a ambas as tradições, enquanto o segundo é conhecido como mahayana particular, porque sua profunda e vasta doutrina não aparece na tradição geral. Os dois veículos derivam seu nome da prática que neles prevalece. No veículo das perfeições, predomina a prática das perfeições do bodisatva (*paramitas*). No veículo do mantra secreto, o elemento principal é a prática do tantra.

Uma diferença essencial entre as duas abordagens mahayana é como elas tratam os objetos sensoriais, a base da existência cíclica e o nirvana. No veículo das perfeições, tentamos dissipar diretamente as cinco classes de objetos sensoriais. Primeiro, evitamos física e verbalmente cometer atos

negativos relacionados aos objetos de desejo e, então, por meio do estudo e do raciocínio, aprendemos qual é sua natureza. Em seguida, usamos as realizações meditativas para remover todo o apego a eles. Isso é feito em dois níveis. Em um nível relativo, medita-se cultivando o antídoto para as aflições. Por exemplo, o amor é cultivado como um antídoto para o ódio, e a percepção do aspecto repulsivo dos objetos dos sentidos como um antídoto para o desejo. No nível último, o apego é removido por meio da realização meditativa e da compreensão de que todos esses objetos são, de fato, desprovidos de natureza inerente.

No veículo do mantra, também começamos pela abstenção externa, uma vez que a base da conduta é a moralidade dos votos pratimoksha e bodisatva. No entanto, nossa atitude para com os objetos de desejo não é eliminá-los diretamente. Há aqueles que argumentam, que os objetos do desejo sensorial são apenas cadeias que impedem a liberação e, como tal, devem ser eliminados. Embora essa afirmação seja verdadeira para o ser comum, que carece de meios hábeis, o praticante que os possui é capaz de usar os objetos do desejo sensorial como um auxílio para alcançar a liberação. É como o fogo: se estiver fora de controle, pode causar muitos danos, mas se usado com habilidade pode ser muito benéfico. Enquanto as escolas inferiores consideram que os objetos sensoriais são os inimigos da prática espiritual, aqui eles são apresentados como mestres. Além disso, os objetos sensoriais, por sua natureza, não são correntes que nos impedem de alcançar realizações. O que nos acorrenta, são nossos equívocos sobre os objetos de desejo.

O veículo do mantra secreto é superior ao das perfeições sob várias perspectivas, mas sua excelência se deve principalmente ao fato de seus métodos serem mais eficazes e habilidosos. Graças à prática do mantrayana, uma pessoa com faculdades superiores pode alcançar o despertar em uma vida. Aquele de habilidade intermediária, que mantém os compromissos, alcançará a iluminação em sete a dezesseis vidas. Esses intervalos de tempo são muito mais curtos do que os incontáveis éons necessários para praticar o veículo das perfeições. Mas, embora o

veículo do mantra seja superior em métodos habilidosos, sua visão da realidade última é a mesma que a visão Madhyamika do mahayana geral. Para ambas as escolas, a realidade última carece de qualquer desenvolvimento ou elaboração discursiva. Uma visão não pode ser superior à outra, uma vez que "superior" e "inferior" são apenas conceitualizações.

A explicação acima forneceu uma introdução geral a algumas ideias básicas sobre o tantra budista. A verdadeira questão é como aplicar essas considerações teóricas de uma maneira útil. Ou seja, como praticá-los. A prática do mantrayana e o estudo aprofundado de sua filosofia requerem, em primeiro lugar, uma iniciação especial por um professor qualificado. Antes de nos conceder a iniciação, nos examinará, para garantir que somos um recipiente adequado para os ensinamentos, e talvez nos peça para nos purificarmos e nos prepararmos por meio de certas práticas. Finalmente, depois que o mestre tiver nos introduzido na gloriosa mandala, começaremos a prática, observando cuidadosamente os votos e compromissos do vajrayana. Esses votos são principalmente mentais e, como tal, mantê-los é mais desafiador do que os dos sistemas pratimoksha e bodisatva. Devemos também nos dedicar a estudar e praticar as visualizações e iogas sobre as quais o professor nos instrui.

Assim, o tantra budista se distingue dos outros ramos do mahayana por seus métodos especiais. No entanto, sua visão final é a mesma do mahayana Madhyamika, e seu objetivo e motivação são os mesmos de todas as escolas mahayana. Por outro lado, o tantra hindu tem diferentes bases filosóficas e motivacionais (embora parte da metodologia prática seja comum). Algumas pessoas propõem que o tantra budista, uma vez que compartilha muitos elementos da prática com o tantra hindu, não deveria pertencer ao budismo "puro". Esse raciocínio é falso, pois é inevitável que alguns métodos sejam compartilhados por diferentes tradições. Se abandonássemos cada um dos elementos da prática que

compartilhamos com as tradições hindus, teríamos que abandonar a generosidade, a moralidade e muitas outras práticas.

Com certeza, existem muitas diferenças entre os tantras budistas e hindus em termos de terminologia, filosofia, detalhes de práticas meditativas e assim por diante, mas não tentarei explicá-los, pois meu conhecimento é limitado à tradição budista. Basta enfatizar que o vajrayana budista pressupõe tomar refúgio no Buda, no Dharma e na Sangha (e no guru como a personificação de todos os três), compreender a vacuidade, e cultivar a bondade amorosa, a compaixão e a bodicitta, que é a firme resolução de alcançar o perfeito estado de Buda para beneficiar todos os seres. Essas características específicas e diferenciadoras, estão ausentes nos tantras não budistas.

O estudo do tantra só pode ser frutífero se for traduzido na prática. Para isso, devemos encontrar, servir e seguir cuidadosamente um professor qualificado. Se encontrarmos um verdadeiro professor e tivermos a sorte de receber suas bênçãos, seremos capazes de progredir rapidamente em direção ao nosso objetivo: alcançar o despertar perfeito para o benefício de todos os seres. De minha parte, tenho uma dívida incalculável de gratidão para com meus amáveis professores. Aqui, tentei ser fiel aos seus ensinamentos e aos de nossa linhagem e não divulgar nada cuja divulgação seja proibida. Considerarei meus esforços valiosos se, graças a eles, alguns mal-entendidos prejudiciais tenham sido dissipados.

