

Seminário sobre o treinamento da mente (*Lojong*)

No KTT Rio* (*endereço no final da página*)

Do sábado, dia 9 ao domingo, dia 10 de agosto de 2008



Caros amigos,

Com Lama Trinle, do centro KPG de Brasília, iremos dedicar o período de sábado dia 9 ao domingo dia 10 de agosto aos ensinamentos e práticas relativas ao treinamento da mente, *Lojong*, dentro da perspectiva do grande veículo.

O treinamento da mente (*Lojong*)

Essas instruções vêm dos grandes mestres indianos e foram transmitidas no Tibet pelo grande pândita Atisha. Elas foram reunidas em um texto curto por Tcheikawa Yeshe Dorje e foram comentadas pelo 1º Jamgon Kongtrul Rinpoche. (*Ver a nota biográfica desses mestres.*)

Essencialmente esses ensinamentos tratam dos dois tipos de bodhicitta (relativa e última).

Na introdução da 4ª parte de seu texto, "O Precioso Ornamento da Liberação" Gampopa diz "...tudo está incluído nesses ensinamentos, da tomada de refúgio ao conhecimento transcendente".

E Kongtul Rinpoche em seu comentário: "Para atingir o perfeito estado de Buda, não existem métodos que não tenham por base essas duas meditações; a bodhicitta relativa para desenvolver o amor e a compaixão e a bodhicitta última para estabelecer a mente em um estado não discursivo."

Essas instruções, reunidas em sete partes no texto, têm outra particularidade totalmente excepcional, elas são adaptadas às condições particularmente difíceis, graças a elas não são mais obstáculos, mas tornam-se meios de progressão! Assim como é dito na introdução da terceira parte: "Quando o exterior e o interior estão impregnados de negatividade, transforme as circunstâncias adversas em uma via de liberação".

A preparação e o programa

A participação nesse seminário está aberta a todos, mesmo os iniciantes, ainda que estar familiarizado com os ensinamentos tradicionais de Gampopa, Patrul Rinpoche e a meditação de Tchenrezig facilite o acesso. De fato esses ensinamentos e práticas não são banais, elas fazem parte do programa do retiro de três anos no qual são consagrados dois meses completos em tempo integral... O tempo do seminário será organizado em sessões compreendendo estudos e meditações seguindo o quadro em anexo.

**O texto está traduzido em língua portuguesa e está disponível no centro.*

Inscrições e participação: <http://www.kttbrasil.org/>

Nota biográfica.



Dipankara Atisha

No ano de 1042 dC, o tradutor Rintchen Zangpo acabou por persuadir **Dipankara Atisha** (1) (982 – 1054) a ir ao Tibet. Atisha* avaliou rapidamente as dificuldades que o Budismo enfrentou no dia seguinte à tentativa de destruição que havia empreendido Langdarma*, um século antes.

Ele trabalhava no estabelecimento de uma compreensão correta da prática espiritual, ensinando a síntese das três linhagens do Budismo indiano: 1) a *linhagem da Filosofia Profunda* iniciada pelo Buddha Shakyamuni e seguida por Nagarjuna* sob a inspiração do Bodhisattva Mandjugosha*; 2) a *linhagem da Grande Atividade* procedente também do Buddha Shakyamuni e retomada por Asanga* sob a inspiração do Bodhisattva Maitreya* e 3) a *linhagem da Prática da Graça Inspirada*, procedente do Buddha Vajradhara* e transmitida por Tilopa.

A apresentação de Atisha coloca particularmente em relevo o papel essencial do Refúgio e da Bodhichitta*. Sua insistência sobre o Refúgio como base de toda prática do Dharma o fez ser chamado “O Erudito do Refúgio”.



Serlingpa

Anteriormente em sua vida, Atisha teve muitas visões e experiências que lhe indicaram cada vez a necessidade da Bodhichitta para a realização da Budeidade. Ele foi conduzido a empreender um longo périplo via Indonésia, onde ele encontrou **Serlingpa**, de quem recebeu numerosos ensinamentos sobre o assunto.

Serlingpa lhe ensinou a técnica da “aprendizagem espiritual”: sistema de prática no qual nosso próprio modo de pensar e de considerar as situações na vida diária é sistematicamente modificado por refletir o que um Bodhisattva pode considerar ou encontrar nas mesmas situações. Serlingpa, ele próprio escreveu obras sobre esta técnica, das quais uma é incluída na tradução que segue.

Atisha transmitiu estes ensinamentos a seu mais próximo discípulo, **Drom Tön Rimpoche*** (1005 – 1064), o fundador da linhagem Kadampa*. Num primeiro momento, seus ensinamentos não se propagaram: eles foram largamente conhecidos graças a **Tcheka-oua Dordje*** (1102 – 1176).



Tchékawa Yeshe Dordge

Tcheka-oua entrou em contacto com estes ensinamentos de forma quase acidental. Visitando um amigo, ele pousou o olhar sobre um livro aberto, deixado ao azar sobre uma cama, e leu a linha seguinte: “Deixa a vitória aos outros tome para você a derrota”. Intrigado por esta idéia pouco familiar, ele procurou o autor e descobriu que aquilo que lera fazia parte das “Oito instâncias sobre a aprendizagem espiritual” de **Langri Tangpa**.

Apesar do Langri Tangpa já estar morto, Tcheka-oua pode encontrar **Chara-oua**, um outro mestre Kadampa que tinha recebido esta transmissão, para receber explicações sobre este ensinamento. Durante doze anos Tcheka-oua estudou e praticou a aprendizagem espiritual e resumiu este método no “Os Sete Pontos da Aprendizagem Espiritual”.

Ao longo dos anos, estes ensinamentos se propagaram largamente e, apesar da existência do próprio comentário de Tcheka-oua sobre “os Sete Pontos”, numerosos mestres foram inspirados e impelidos por seus discípulos a escrever por mais tempo sobre este assunto.



Djamgon Kongtrul

Djamgon Kongtrul (1813 – 1899) foi um destes instrutores. Como principal artífice da renovação religiosa no Este do Tibet no século XIX, imagina-se facilmente seu entusiasmo ante a oportunidade que lhe foi dada de escrever sobre um ensinamento altamente estimado e que foi, à sua época, assimilado por todas as escolas do Budismo no Tibet.