

NATUREZA DA MENTE, MEDITAÇÃO E CONTEMPLAÇÃO SEGUNDO A TRADIÇÃO DO DZOGCHEN OU «GRANDE PERFEIÇÃO»

PAULO BORGES

Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa

O presente estudo pretende constituir uma breve introdução à experiência meditativa e contemplativa da natureza última da mente e dos fenómenos segundo a tradição budista tibetana do Dzogchen, ou «Grande Perfeição», a partir de textos de dois dos seus mais eminentes representantes, ambos pertencentes à escola dos Antigos ou *Nyingmapa*: Longchenpa (1308-1363) e Dudjom Lingpa (1835-1904). Considerado, na classificação da mesma escola, e na perspectiva da via gradual (*lam rim*), como o último e supremo dos nove veículos²⁶ para o reconhecimento da natureza primordial da mente e de todos os fenómenos - a natureza de Buda, designação não de uma figura histórica, mas da realidade última -, o *Dzogchen* é todavia, em si mesmo, não propriamente uma via ou um veículo, mas a própria experiência imediata da perfeição natural e absoluta de todas as coisas, independente dos métodos e práticas que o podem preparar e mesmo de qualquer tradição, religião ou escola específicas

O presente estudo pretende constituir uma breve introdução à experiência meditativa e contemplativa da natureza última da mente e dos fenómenos segundo a tradição budista tibetana do Dzogchen, ou «Grande Perfeição», a partir de textos de dois dos seus mais eminentes representantes, ambos pertencentes à escola dos Antigos ou *Nyingmapa*: Longchenpa (1308-1363) e

26 Os nove veículos incluem-se dentro da classificação mais geral em três veículos, correspondentes aos três níveis de ensinamento do Buda: Pequeno Veículo ou Veículo de Base, *Hinayana*, que inclui os *shravakas*, ou *auditores*, e os *pratyekabuddhas*; Grande Veículo, *Mahayana*, o dos *bodhisattvas*; e, também referido como uma extensão do mesmo Grande Veículo, o *Vajrayana* ou *Mantrayana* secreto, igualmente chamado *Tantrayana*, subdividido nos Tantras externos - *Kriyatantra*, *Ubhayatantra* e *Yogatantra* - e nos Tantras internos - *Mahayoga*, *Anuyoga* e *Atiyoga*, a Grande Perfeição ou *Dzogchen* (abreviação do tibetano *rdzogs-chen shin-tu rnal-'byor*).

Estes veículos devem considerar-se como as diferentes formas que uma mesma via de reconhecimento da natureza de Buda assume segundo as qualidades e tendências dos indivíduos. É assim que os nove veículos se podem subsumir numa única viagem para um estado além de todo o conceito de veículo ou de viajante. Como diz o *Rei que tudo realiza* (*kun-byed rgyal-po*, T 828): “Realmente só há um / Mas empiricamente existem nove veículos”; e o *Lankavatara Sutra*: “Quando a mente se transforma / Não há nem veículo nem quem se mova” - cf. Gyurme Dorje, “Introdução do Tradutor”, in S. S. Dudjom Rinpoché (Jikdrele Yeshe Dorje), *The Nyingma School of Tibetan Buddhism. Its Fundamentals and History*, Vol. I: *The Translations*, traduzido e editado por Gyurme Dorje com a colaboração de Matthew Kapstein, Boston, Wisdom Publications, 1991, pp.17-18.

Registe-se que outra classificação refere um distinto primeiro veículo, “o veículo mundano dos deuses e dos homens”, e agrupa no segundo veículo os *shravakas* e os *pratyekabuddhas* - cf. Adriano Clemente, “Introdução” a Namkhai Norbu Rinpoché, *Dzogchen. L'État d'Auto-Perfection*, traduzido por Arnaud Pozin, Paris, Les Deux Océans, 1994, p.10.

Dudjom Lingpa (1835-1904). Considerado, na classificação da mesma escola, e na perspectiva da via gradual (*lam rim*), como o último e supremo dos nove veículos para o reconhecimento da natureza primordial da mente e de todos os fenómenos - a natureza de Buda, designação não de uma figura histórica, mas da realidade última -, o *Dzogchen* é todavia, em si mesmo, não propriamente uma via ou um veículo, mas a própria experiência imediata da perfeição natural e absoluta de todas as coisas, independente dos métodos e práticas que o podem preparar e mesmo de qualquer tradição, religião ou escola específicas. Começamos por um texto de Dudjom Lingpa (1835-1904), *Nang-jang, Refinar os Fenómenos Aparentes*, cujo início descreve a constituição da experiência condicionada de si e do mundo e a sua ausência de fundamento. Segundo o autor, se analisarmos, aquilo que se designa como o “si mesmo da personalidade individual” não consiste senão numa “impressão de que existe um si mesmo”, seja na vigília, no sonho ou no *bardo* – o estado intermediário entre uma morte e um renascimento. Porém, “seguindo imediatamente essa primeira impressão, há uma consciência subjacente” – também designada como “consciência subsequente ou “pensamento discursivo” - que considera essa impressão como sendo um “eu””. Isso parece tornar “mais clara”, “estável e sólida” a “impressão do si mesmo”, se bem que, se tentarmos localizar a fonte originária do dito “eu”, tenhamos de concluir que ela não existe ²⁷.

Trata-se com efeito de investigar, a respeito do assim chamado “eu”, se podemos determinar-lhe uma “localização” e um “agente localizado”, existentes como “entidades” “individualmente identificadas” e com “características ultimamente definidoras”. Se procurarmos essa *id-entidade* com características irreduzíveis que designamos com a etiqueta “eu”, no corpo e em cada uma das suas partes, ou na sucessão dos momentos de consciência, não a encontramos nem ao seu lugar, o que se converte na certeza acerca da sua “vacuidade” (*tong-pa-nyid*) ²⁸. Verificando-se, pela experiência analítica que corrige a irreflectida crença conceptual subjacente à experiência comum, não haver senão “a aparência de algo existente onde nada existe”, designar algo como um “eu” revela-se equivalente a “descrever os chifres de um coelho” ²⁹, ou seja, algo de meramente imaginário.

A mesma análise deve estender-se então à suposta natureza intrínseca dos fenómenos integrantes da esfera do não-eu, animados ou inanimados. Se procurarmos a “base da designação” dos “nomes” que lhes atribuímos, ou seja, “os objectos últimos aos quais todos os nomes se aplicam”, verificaremos ser impossível estabelecer a autosustentação de qualquer fenómeno que seja, em si e por si. Deste modo, a sua nomeação “em nada mais redundando do que na aplicação de etiquetas ao que não existe”, pelo impulso entusiástico “responsável pelo pensamento conceptual”. A análise da natureza última das coisas vem pôr fim a esse impulso, convidando à abolição dos “conceitos da aparente permanência de entidades substanciais” e objectivamente existentes ao

27 Dudjom Lingpa, *Buddahood Without Meditation. A Visionary Account Known as “Refining Apparent Phenomena”* (Nang-Jang), p.9.

28 Cf. *Ibid.*, pp.9-13.

29 Cf. *Ibid.*, p.13.

mostrar nelas a mesma “vacuidade” antes reconhecida ao “eu”³⁰. É suposto que esta constatação, caso se converta numa experiência constante, tenha como efeito a libertação de todos os condicionamentos mentais, suscitando nomeadamente o colapso da ilusão do benefício e da ofensa, bem como da esperança e do medo³¹.

Até aqui, a abordagem mantém-se na esfera do budismo primitivo e, particularmente, do Mahayana, que enfatiza a sabedoria consistente no reconhecimento da dupla vacuidade, do eu e dos fenómenos, como na paradigmática obra de Nāgārjuna, as *Estâncias da Via do Meio*³². Sabedoria indissociável da compaixão imparcial e universal pelo sofrimento de todos os seres vítimas das suas próprias ilusões mentais e das emoções e acções-reacções por elas suscitadas³³. Tal como são inseparáveis a verdade absoluta, trans-conceptual e trans-emocional, e a relativa, referente à experiência conceptual-emocional do mundo, assim o são a sabedoria, o amor bondoso e a compaixão.

A especificidade do Dzogchen manifesta-se todavia - para além da dialéctica desconstrutiva de todas as visões do mundo, exacerbada em Nāgārjuna e na escola Mādhyamika - , no aprofundamento da natureza da experiência da realidade como uma “interdependência de causas e condições” reunidas, onde se destaca, no íntimo dos doze *nīdanas* - ou elos da produção interdependente que estrutura toda a experiência condicionada de si e do mundo, desde a ignorância até ao nascimento, velhice e morte³⁴ - , um fundo primordial inato, livre de todo o condicionamento e, por isso mesmo, eminentemente fecundo. Há assim um “factor causal” e um “factor condicionante”. O primeiro é *shi ying*, “o fundo do ser como espaço fundamental, subtilmente lúcido e dotado da capacidade para que tudo apareça”³⁵. O “espaço fundamental”, *ying*, designa a própria vacuidade, que aqui surge, não como mera ausência de pontos de vista sobre as coisas, a qual, como em Nāgārjuna, dissolve o haver “coisas” na abstenção de qualquer modo de predicação – A, não A, A e não A, nem A nem não A³⁶ - , mas antes como a matriz da fenomenalidade universal, indissociável da luminosidade da consciência primordial e da potência manifestativa, as quais constituem no Dzogchen a tríade de aspectos da intemporal natureza de Buda e o sentido e experiência mais profundos da Tripla Jóia: Buda, Dharma e Sangha. Quanto ao “factor condicionante”, “é uma consciência que imagina um «eu»”, ou seja, a mesma “consciência subjacente”,

30 Cf. *Ibid.*, p.13; cf. também pp.15-21.

31 Cf. *Ibid.*, p.13.

32 Cf. Nāgārjuna, *Stances du Milieu par Excellence [Madhyamaka-kārikās]*, traduzido do original sânscrito, apresentado e anotado por Guy Bougault, Paris, Gallimard, 2002

33 Cf. Śāntideva, *A Via do Bodhisattva*, prefácios de S. S. o Dalai Lama e de Jigme Khyentse Rinpoche, tradução portuguesa de Paulo Borges (texto) e Rui Lopo (anexos e bibliografia) [Grupo de Tradução Padmakara], Lisboa, Ésquilo, 2007.

34 Cf. *Soûtra de la pousse de riz*, in *Soûtra du Diamante et autres soûtras de la Voie médiane*, traduções do tibetano por Philippe Cornu, do chinês e do sânscrito por Patrick Carré, Paris, Fayard, 2001, pp.97-118.

35 Dudjom Lingpa, *Buddahood Without Meditation. A Visionary Account Known as “Refining Apparent Phenomena”* (Nang-Jang), p.25.

36 Como diz Nāgārjuna, numa passagem cortante: “Abençoada é a pacificação de todo o gesto de apropriação, a pacificação das palavras e das coisas. Jamais um qualquer ponto de doutrina foi ensinado a quem quer que seja pelo Buda” - *Stances du Milieu par Excellence [Madhyamaka-kārikās]*, 25, 24, p.334.

“subsequente” ou discursiva atrás referida, que interpreta erroneamente a impressão de existir um “si mesmo”, cristalizando-a na ficção de um “eu” substancial. Da união dos dois factores, “causal” e “condicionante”, “todos os fenómenos aparentes se manifestam, como ilusões”³⁷.

A experiência da realidade fenoménica, externa e interna, procede assim da “conexão interdependente” do fundo primordial de tudo com a modalidade de consciência reificante que o vela, mas que não deixa de emergir a partir dele e, mais concretamente, da sua “energia dinâmica” (*tseI*), a potência ou virtualidade manifestativa atrás referida. Como diz o texto: “Deste modo, o fundo do ser como espaço fundamental (*shi-ying*), a mente comum (*sem*) que surge da energia dinâmica (*tseI*) desse fundo e os fenómenos externos e internos que constituem o aspecto manifesto dessa mente comum estão todos interligados (*lu-gu-gyüd*), como o sol e os seus raios”³⁸. A visão da “Grande Perfeição” assume a presença, em termos mais positivos do que na dialéctica negativa, desconstrutiva e depurativa das outras abordagens budistas, de um incondicionado cuja funcionalidade consciente e manifestativa permanece inerente a isso mesmo que dela surge como sua distorção e encobrimento, refractando-a nas aparências já conceptuais e dualistas do absoluto e do relativo ou do nirvana e do samsara, ultimamente ilusórias. Por mais obscurecedora e densa que possa parecer a experiência reificada do eu e do mundo, isto significa que a sua natureza íntima, primeira e última, essa “vacuidade” do “fundo do ser” a cada instante susceptível de ser reconhecida e fruída, é desde sempre livre de todos os condicionamentos adventícios, que em verdade não possuem fundamento real, pois não procedem senão de uma incompreensão da natureza do processo, a “ignorância” (*ma-rig-pa*, literalmente “não reconhecimento da intrínseca consciência desperta”) e o conseqüente “obscurecimento” (*drib-pa*)³⁹, revogável mediante a meditação analítica e contemplativa.

Toda a infinita variedade dos fenómenos assim se manifesta como algo que em si e por si não existe, pois jamais difere substancialmente da omnipenetrante e lúcida vastidão da vacuidade do “fundo” primordial, que apenas aparece dividida nas esferas do si mesmo e do outro devido à concepção de um “eu” que a força aos “estreitos confins” de uma consciência subjectiva e conceptual e padece a “confusão” de conferir realidade ao que a não tem, ele mesmo e o outro de si, tornada um “hábito arreigado”. Deste modo se constitui a percepção convencional da realidade, de si e do mundo, karmicamente distribuída pelas seis possibilidades de existência e pelos estados de vigília, sonho e *bardo* (literalmente, *entre*, o estado entre duas existências), que metaforicamente se descrevem “como a aparência de uma ilusão mágica (*gyu-ma*)”, uma “miragem (*mig-gyu*)”, um “sonho (*mi-lam*)”, um “reflexo (*zug-nyan*)” num espelho, “cidades” visionárias (*dri-zai drong-khyer*), “ecos (*drag-cha*)”, “reflexos de todos os planetas e estrelas no oceano (*gya-tsoi za-kar*)”, só aparentemente diversos mas na verdade indistintos da própria água, “bolhas formando-se na água (*chu-bur-gyi bu-wa*)”, uma “alucinação (*mig-yor*)” e uma “emanação” fantasmática (*trul-pa*).

37 Cf. Dudjom Lingpa, *Buddahood Without Meditation. A Visionary Account Known as “Refining Apparent Phenomena”* (Nang-jang), p.25.

38 Cf. *Ibid.*

39 Cf. *Ibid.*, p.59.

Meditar e contemplar deste modo todos os fenómenos conduz a vê-los como “ilusões” (*gyu-ma*), tornando-se o praticante num “yogi de ilusão”⁴⁰.

Todavia, o mesmo “yogi de ilusão”, que desreifica a fenomenalidade aparente contemplando a sua inerente vacuidade, converte-se assim igualmente num “yogi da abertura do espaço”, reconhecendo “que todos os fenómenos aparentes são o próprio espaço”, metáfora por excelência da insubstancialidade, infinidade, imutabilidade, não obstrução e inefabilidade do fundo, ou “verdadeira natureza da realidade”, que simultaneamente permite e impregna “todas as aparências possíveis”⁴¹. O reconhecimento da ilusão de todas as coisas, incluindo do sujeito que as percebe como “coisas” e a si mesmo como um “eu”, um observador permanente e separado, não dá lugar a um vazio niilizante, permitindo antes a plena transparência do fundo autêntico de tudo na consciência e na fenomenalidade. A própria ilusão desvanece-se assim como ilusória, tal o arco-íris, aparente mas irreal, de todas as coisas.

As “instruções essenciais” e concretas para a experiência disto são-nos dadas por um texto de Longchenpa, *O Precioso Tesouro das Instruções Essenciais*, que constitui uma introdução directa ao “estado desperto” na perspectiva do *Dzogchen*. Em contraste com os Sutas e os próprios Tantras, o modo de lidar com a “agitação mental” não consiste aqui, respectivamente, em afastar o negativo e cultivar o positivo ou em transformar o negativo em positivo, tratando-se antes de experimentar essa agitação como “naturalmente imaculada na sua pureza e liberdade”, a própria “intemporal consciência desperta” onde emerge, tal “uma brisa movendo-se através do céu”⁴². Há que experimentar esta “consciência desperta”, a luminosidade de *shunyata/tong pa nyid* (vacuidade) enquanto fundo matricial de todos os fenómenos, como limpidez livre dos extremos da clareza e do obscurecimento, “constante unidade da mente e do que percebe”, “infinita igualdade” livre das “fixações da esperança e do medo”, “vastidão de ser” e “verdadeira natureza da realidade” onde “todos os pensamentos prontamente se dissolvem”, incluindo os conceitos de “origem, cessação e duração” dos mesmos, subsumindo-se todos os processos discursivos na natureza primordial da “própria mente”, “esfera única de ser” que confere o “sabor único subjacente às coisas em toda a sua diversidade”⁴³. Mantendo apenas uma consciência não interventiva nos processos mentais, por maior que seja a turbulência conceptual-emocional, eles auto-libertam-se naturalmente, tal como um lago de águas agitadas e turvas se torna progressivamente sereno e transparente se for deixado entregue a si mesmo, sem nenhuma tentativa de apaziguar a sua ondulação, o que apenas a aumentaria. Deste modo o praticante imerge no “fluxo contínuo do ser genuíno”, tornando a sua visão, meditação e conduta capazes de suportar todas as “circunstâncias” emergentes⁴⁴, que assim reconhece integradas na experiência desperta.

40 Cf. *Ibid.*, pp.25-29.

41 Cf. *Ibid.*, pp.33-37.

42 Cf. Longchenpa, *The Precious Treasury of Pith Instructions*, p.230.

43 Cf. *Ibid.*, pp.230-232.

44 Cf. *Ibid.*, p.232.

Num capítulo com indicações práticas sobre como abarcar os próprios “conceitos” como “aliados” da consciência desperta, Longchenpa enumera seis modos de o fazer: 1 – mantendo-se uma “contínua consciência da consciência conceptual como se fosse uma suave brisa, que em e por si mesma se extingue”, experimentar-se-á o íntimo emergir da “intemporal consciência desperta naturalmente ocorrente”; 2 – treinando-se contemplar a agitação mental como um “relâmpago no céu, em e por si mesmo puro”, experimentar-se-á tudo o que agite a mente como a natural lucidez da “intemporal consciência desperta”; 3 – mantendo-se uma “contínua consciência da consciência como se fosse uma pequena ondulação na água, em e por si mesma baixando”, experimentar-se-á o emergir de todos os estados de consciência como o estado iluminado “naturalmente ocorrente”; 4 – mantendo-se uma “contínua consciência de quaisquer conceitos como aliados” e “expressões da verdadeira natureza da realidade”, sem “aceitação ou rejeição”, experimentar-se-á o mesmo íntimo emergir do estado iluminado; 5 – mantendo-se uma “contínua consciência” das próprias fixações perceptivas como “aliados” que naturalmente se dissolvem sem objecto residual, experimentar-se-á o mesmo emergir da “intemporal consciência desperta”, “sem base fixa”, ao mesmo tempo que se perceberão as “coisas” como “evanescentes”; 6 – mantendo-se uma “contínua consciência da radiância natural da consciência desperta” como a própria “vastidão lúcida do ser”, experimentar-se-á o seu fundo emergir como algo “vívido que todavia não deixa traços”⁴⁵. Como conclusão, quem assim praticar, imergindo no “ser genuíno”, experimentará a “intemporal consciência desperta a emergir dos próprios pensamentos”. Remata Longchenpa: “É absolutamente essencial que experimentem todas as coisas manifestando-se como os vossos aliados, / tal como pilhas de madeira seca nutrem um grande fogo”⁴⁶.

Passa-se assim da meditação, enquanto processo ainda intencional da consciência, que se foca analiticamente ou não num objecto, que funciona como o suporte da atenção - algo de exterior, o corpo, a respiração ou a própria consciência, enquanto puro acto de estar consciente - , para uma plena abertura contemplativa em que apenas há que desconstrair completamente o corpo e a mente e “repousar à-vontade”, sem “aceitar ou rejeitar” qualquer fenómeno sensível ou mental, numa “frescura não artificial, tal qual”⁴⁷. Deixando que todos os pensamentos, percepções e emoções, todas as formas de “agitação ou turbilhão mental”, se auto-libertem, ou seja, se dissolvam naturalmente na “natureza última da realidade”⁴⁸, este modo de repousar equivale a “residir na não-dualidade”, conduzindo seguramente a experienciar a emergência do estado iluminado “como uma ampla vastidão livre de limitações”⁴⁹.

Nisto consiste a descoberta da “jóia da própria mente no seu íntimo”, o que liberta do temor da morte ou da “transição para outra vida”, movida pela errância do fluxo mental-emocional ig-

45 Cf. *Ibid.*, p.235.

46 Cf. *Ibid.*, pp.235-236.

47 Cf. *Ibid.*, pp.237-238.

48 Cf. *Ibid.*, pp.239-240.

49 Cf. *Ibid.*, p.238.

norante da sua natureza primordial. Na verdade, vendo-se que a “verdadeira natureza da própria mente é ultimamente o estado de Budeidade”, é-se “livre da escravidão causada pela esperança e pelo medo”. Se Longchenpa declara que “alguém assim imerso no ser genuíno é um Buda manifesto”, logo esclarece não haver “alguém” que “tenha tal realização / tomada de consciência”. Como o Buda já o declara no *Sutra do Diamante*, o Despertar é sem sujeito ⁵⁰, pois é o despertar do sonho / pesadelo da id-entidade separada. Não conduz assim ao “auto-enaltecimento”, estabelecendo o “yogi da ilusão” (de haver ilusão e seu sujeito) num estado para além de qualquer “comparação” ⁵¹: o estado natural da mente, agora mesmo, a cada instante.

50 Cf. *Soûtra du Diamante et autres soûtras de la Voie médiane*, pp.32-34. Veja-se o comentário de Hui-neng, sexto Patriarca do budismo Ch'an, sobre a ausência, nos seres despertos, da ideia de que despertaram: *The Sutra of Hui-neng, grand master of Zen, with Hui-neng's commentary on the Diamond Sutra*, traduzido por Thomas Cleary, Boston / Londres, Shambhala, 1998, pp.105-107. A ausência de “auto-imagem” do Buda contrasta com o “ego religioso” dos que seguem uma prática espiritual alimentando um “sentimento de realização” e produzindo uma “auto-imagem” – *Ibid.*, pp.93-94.

51 Cf. Longchenpa, *The Precious Treasury of Pith Instructions*, p.242.