

# O Sutra do Coração

## O Coração da Perfeita Liberação Sabedoria Transcendental Discriminativo

Na linguagem da Índia: Bhagawatiprajnaparamitahridaya. Na linguagem do Tibet: bChomDan-´Das-Ma shes-Rab-Kyi Pha-Rol-Tu Phyin-Pa´i sNying-Po.

Assim eu ouvi, uma vez o Bhagawan permanecia no Vale do Pico dos Abutres em Rajagriha junto com uma grande assembléia da sanga dos monges ordenados e dos bodisatvas.

Em um dado momento, o Bhagawan estava repousando completamente na contemplação imersiva chamada 'Profunda Iluminação', que discerne a natureza dos fenômenos.

Naquele mesmo instante, o grande Bodisatva Arya Avalokitesvara estava em observação clara [da natureza da realidade] na profunda prática da sabedoria transcendental discriminativa. Através dela, ele verdadeiramente viu a natural vacuidade dos cinco fatores da composição.

Então, devido ao poder do Buda, o venerável Sariputra disse ao Bodisatva-Mahasatva Arya Avalokitesvara: "De que maneira deveriam treinar, aqueles e aquelas que, de uma boa família, desejam seguir a profunda prática da sabedoria transcendental discriminativa?" Assim ele disse.

O Bodisatva-Mahasatva Arya Avalokitesvara respondeu ao venerável Sariputra: "Sariputra, quaisquer destes filhos ou filhas de uma boa família, que desejem seguir a profunda prática da sabedoria transcendental discriminativa, deveriam ver através desta maneira que irei descrever e, assim, claramente enxergar que os cinco fatores de composição são intrinsecamente vazios de natureza inerente.

Forma é vazio. Vacuidade é forma. A vacuidade não é outra coisa senão forma. Forma não é outra coisa senão vacuidade. Da mesma forma, as sensações, as percepções, as formações e as consciências são vazias.

Assim, Sariputra, desta maneira todos os fenômenos são eles mesmos, vacuidade. São livres dos signos e da identificação. São não-nascidos e incessantes, sem máculas e sem estarem livres das máculas, e são sem diminuição e sem completude.

Portanto, Sariputra, a vacuidade é sem forma, sem sensação, sem percepção, sem formação e sem consciência; sem olhos, sem ouvidos, sem nariz, sem língua, sem corpo, sem atividade mental; sem forma, sem som, sem cheiro, sem sabor, sem sensação e sem os objetos da atividade mental. A vacuidade é sem o domínio da visão e sem o domínio dos outros sentidos incluindo o domínio da atividade mental. E a vacuidade é sem todos os domínios das consciências incluindo a consciência da atividade mental.

A vacuidade é livre da ignorância e da extinção da ignorância e todos os doze fatores do surgimento dependente até velhice e morte e a extinção da velhice e da morte. De forma

semelhante, a vacuidade é livre do sofrimento, de suas causas, de sua cessação e do caminho que leva à cessação do sofrimento. A vacuidade é livre do conhecimento original intrínseco e livre da realização e também da não-realização.

Assim, Sariputra, porque não há nada para ser alcançado, os bodisatvas confiam na sabedoria transcendental discriminativa e, repousando com suas mentes livres de obscuridades, não tem medos. Tendo superado completamente o domínio da decepção, eles atingem a liberação completa do nirvana.

Todos os Budas dos três tempos também confiam na sabedoria transcendental discriminativa e assim, em um despertar excelente e perfeito, são completamente iluminados.

Devido a isto, há o mantra da sabedoria transcendental discriminativa, o mantra da grande lucidez, o mantra insuperável. Este é o mantra que equilibra o que está desequilibrado. Este é o mantra que completamente purifica todo o sofrimento. Este mantra não decepciona, logo você pode saber que ele é verdadeiro.

Recite o mantra da sabedoria transcendental discriminativa:

***TADYATHA OM GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA***

***Nesta direção, siga, siga, siga além, siga completamente além. Desperto - assim como é!***

Sariputra, desta forma um/uma bodisatva-mahasatva deveria treinar na profunda sabedoria transcendental discriminativa.”

Então, o Bhagawan emergiu da contemplação de absorção imersiva e louvou o bodisatva-mahasatva Arya Avalokitesvara, dizendo: “Muito bom. Muito bom. Filho de uma boa família, é assim. É desta forma e, assim, a sabedoria transcendental discriminativa deve ser praticada como você mostrou. Todos os Tatagatas irão se alegrar.”

O Bhagawan falou desta forma e então o venerável Sariputra e o bodisatva Avalokitesvara e todos os que o acompanhavam, e todos os deuses, homens, semi-deuses e espíritos locais e seres do mundo se alegraram e sinceramente louvaram a fala do Bhagawan.

Isto conclui “***O coração da Perfeita Liberação, Sabedoria Transcendental Discriminativa.***”

*Traduzido por C.R Lama e James Low em 1978.*

*Revisado por James Low em Agosto de 2013*

*Traduzido para o português por João Vale Neto em Maio de 2019.*

## **A Meditação e a recitação da Prajnaparamita, Mãe de Todos os Budas**

**Dentro da abertura da vacuidade, no topo de um trono de leão, lótus e lua.**

**A origem, minha lucidez, surge como a Grande Mãe do dharmakaya.**

**Com uma face, quatro mãos e dois pés, eu sento na postura de Lótus.**

**Meu corpo é amarelo e minha mão direita segura um vajra enquanto minha mão esquerda segura um volume dos ensinamentos. e minhas duas outras mãos repousam no mudra da meditação.**

**Com os ornamentos completos do sambhogakaya, meu corpo irradia raios de luz. A luz emana das três letras nos meus três pontos convidando formas originais, não-criadas idênticas aquela que eu imaginei.**

**Dza Hum Bam Ho - Nós nos fundimos na não-dualidade.**

**No céu a minha frente, os Jinas oferecem suas iniciações dos cinco kulas, e o excesso de água transborda para cima formando um diadema com a presença destes cinco Budas.**

**No centro do meu coração, há a letra Aa amarela, ao redor da qual a roda de mantras gira espalhando raios de luz nas dez direções. Eles atingem todos os fenômenos, animados e inanimados, o universo e seus habitantes, e então todas as aparências, sons e ideias são inseparáveis da forma da deidade, do mantra e da lucidez desperta.**

**(Recitação do Mantra, 100 mil vezes)**

***TADYATHA OM GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA***

***Nesta direção, siga, siga, siga além, siga completamente além. Desperto - assim como é!***

**Todas as aparências são o Corpo e a Fala da Mãe de Todos os Budas, e eles gradualmente se unem e desaparecem como um arco-íris. Repouse nesta abertura livre de reificação, conceitualização e expressão.**

*(Nota do tradutor: A página final é o resumo de meditação e recitação do que James Low praticou com as pessoas no Retiro de Eifel em outubro de 2018.)*