

Avalokiteshvara Sadhana



Pelo Mahasiddha Thangtong Gyälpo

Preliminares

(Refúgio e Bodhichitta:)

SANG-GYE CHÖ-DANG TSOK-KYI CHOK-NAM-LA
 JANG-CHUB BAR-DU DAK-NI KYAB-SU-CHI
 DAG-GI JIN-SOK GYI-PE SÖ-NAM-GYI
 DRO-LA PEN-CHIR SANG-GYE DRUB-PAR-SHOG
 (3x)

Ao Buddha, Dharma e Arya Sangha,
 Eu me volto para tomar inspiração, até minha iluminação.
 Que, pela força da prática da generosidade e das demais perfeições,
 Eu alcance o estado de buddha pelo benefício de todos os seres
 sencientes.

(Os Quatro Imensuráveis:)

SEM-CHEN THAM-CHE DE-WA DANG DE-WE GYU-DANG
 DEN-PAR GYUR-CHIG
 SEM-CHEN THAM-CHE DUK-NGÄL DANG DUK-NGÄL GYI-
 GYU DANG DRÄL-WAR GYUR-CHIG
 SEM-CHEN THAM-CHE DUK-NGÄL ME-PE DE-WA DANG MI
 DRÄL-WAR GYUR-CHIG
 SEM-CHEN THAM-CHE NYE-RING CHAK-DANG NYI-DANG
 DRÄL-WE TANG-NYOM-LA NE-PAR GYUR-CHIG

Que todos os seres sencientes possuam a felicidade e suas causas.
 Que todos os seres sencientes sejam livres do sofrimento e de suas
 causas.
 Que todos os seres sencientes experienciem a felicidade que não acaba
 em sofrimento.
 Que todos os seres sencientes aprendam a descansar a mente em
 equanimidade, livre de apego e de aversão ao que é próximo e ao que
 é distante.

Visualização

Desde a vacuidade, eu reemerjo junto de todos os seres sencientes.
 Sobre a cabeça de cada um de nós
 Emerge um lótus e uma lua,
 Sobre os quais, há uma sílaba HRIH (ॐ),
 Que se transforma em Avalokiteshvara,
 Com seu corpo branco, emanando luzes das cinco cores.
 Ele sorri, com olhos gentis e carinhosos
 E tem quatro braços: duas de suas mãos estão unidas em frente ao seu
 coração,
 Segurando uma joia realizadora de desejos, Chittamani;
 Suas outras duas mãos seguram um mala de cristal e um lótus branco.
 Ele está adornado por seda e joias,
 Com a pele de um veado sobre seus ombros.
 Sobre sua coroa, está o Buddha Amitabha.
 Ele se senta na postura vajra
 E descansa suas costas em um disco lunar.
 Em essência, ele é todos os objetos de refúgio.

(Ofereidas externas:)

OM ARYA AVALOKITESHVARA SAPARIVARA ARGHAM /
 PADYAM / PUSHPE / DHUPE / ALOKE / GANDHE / NAIVIDYA /
 SHABDA PRATICCHA HUM SVAHA

(Louvor:)

Oh, Buddha Avalokiteshvara, de branco imaculado,
 Com Amitabha Buddha sobre sua coroa
 E olhos de sábia compaixão:
 A você, eu me prostro!

Eu invoco o Guru Avalokiteshvara.
 Eu invoco a Deidade Avalokiteshvara.
 Eu invoco o Sublime Avalokiteshvara.
 Eu invoco o Protetor Avalokiteshvara.
 Eu invoco o Senhor do Amor Avalokiteshvara.

Oh, grande buddha, cuide de nós em sua compaixão!
 Os seres têm vagado, repetidamente, desde tempos sem princípio,
 pelo samsara,
 Enfrentando, constantemente, sofrimentos insuportáveis.
 Você é o único em quem podemos confiar.

Recitação do Mantra

(Beneficiando os Seres nos Infernos e Purificando a Raiva – Azul Escuro:)

Em vidas passadas, inúmeros seres coletaram karma negativo
E, devido à sua raiva, renasceram nos reinos infernais.
Eles sofrem com o calor, com o frio e com a tortura.
Que eles renasçam na sua presença.

OM MANI PADME HUM (HRIH) (7x, 21x ou mais vezes)

(Beneficiando os Fantasma Famintos e Purificando o Apego – Vermelho:)

Em vidas passadas, inúmeros seres coletaram karma negativo
E, devido a seu apego, renasceram como fantasmas famintos.
Eles sofrem com a fome, com a sede e com o medo.
Que eles renasçam na sua Terra Pura, o Potala.

OM MANI PADME HUM (HRIH) (7x, 21x ou mais vezes)

(Beneficiando os Animais e Purificando a Ignorância – Azul Claro:)

Em vidas passadas, inúmeros seres coletaram karma negativo
E, devido à sua falta de consciência, renasceram como animais.
Eles sofrem, desamparados, de uma mente enfraquecida.
Que eles renasçam sob a sua proteção.

OM MANI PADME HUM (HRIH) (7x, 21x ou mais vezes)

(Beneficiando os Seres Humanos e Purificando o Narcisismo – Dourado:)

Em vidas passadas, inúmeros seres coletaram karma negativo
E, devido a seu apego, renasceram como humanos em condições
desfavoráveis.
Eles sofrem de diversas condições difíceis.
Que eles renasçam em Sukhavati.

OM MANI PADME HUM (HRIH) (7x, 21x ou mais vezes)

(Beneficiando os Asuras e Purificando a Inveja – Verde:)

Em vidas passadas, inúmeros seres coletaram karma negativo
E, devido à sua inveja, renasceram como asuras.
Eles sofrem de constantes conflitos e disputas.
Que eles renasçam na sua Terra Pura, o Potala.

OM MANI PADME HUM (HRIH) (7x, 21x ou mais vezes)

(Beneficiando os Devas e Purificando o Orgulho – Branco:)

Em vidas passadas, inúmeros seres coletaram karma negativo
E, devido a seu orgulho, renasceram como devas.
Eles sofrerão de uma inevitável queda.
Que eles renasçam na sua Terra Pura, o Potala.

OM MANI PADME HUM (HRIH) *(7x, 21x ou mais vezes)*

(Beneficiando Todos os Seres e Purificando os Kleshas – Arco-Íris:)

Que, por todos os meus renascimentos,
Eu emule o seu exemplo, oh, Avalokiteshvara,
E, assim, que todos os seres sejam libertos dos reinos não-purificados
E que este mantra seja espargido para todas as direções.

OM MANI PADME HUM (HRIH) *(7x, 21x ou mais vezes)*

Que pelo poder de minha aspiração
Todos os seres retifiquem seu karma e seus objetivos
De modo a agir de forma pura e praticar o Dharma
Pelo benefício de todos os seres.

OM MANI PADME HUM (HRIH) *(7x, 21x ou mais vezes)*

Por esta meditação e recitação unifocais,
As formas dos aryas emanam luzes,
Purificando todas as manifestações kármicas e a mente.
O mundo transforma-se em Sukhavati.
O corpo, a fala e a mente de todos os seres
Transforma-se em Avalokiteshvara:
A união da manifestação, do som e da mente com a vacuidade.

OM MANI PADME HUM (HRIH)

(Oferendas externas:)

OM ARYA AVALOKITESHVARA SAPARIVARA ARGHAM /
PADYAM / PUSHPE / DHUPE / ALOKE / GANDHE / NAIVIDYA /
SHABDA PRATICCHA HUM SVAHA

(Louvor:)

Oh, Buddha Avalokiteshvara, de branco imaculado,
Com Amitabha Buddha sobre sua coroa
E olhos de sábia compaixão:
A você, eu me prostro!

Conclusão

(Dissolva a visualização e descanse na clara luz da vacuidade.)

Instantaneamente, eu reemergo na forma de Arya Avalokiteshvara.
Todas as formas que vejo são emanções de Avalokiteshvara,
Todos os sons que escuto são a música do mantra de seis sílabas,
Todos os pensamentos que tenho são a vastidão da sabedoria.

Dedicação

GE-WA DI-YI NYUR-DU-DAK
CHEN-RE ZIG-NGÖ DRUB-GYUR-NE
DRO-WA CHIK-KYANG MA-LÜ-PA
DE-YI SA-LA GÖ-PAR-SHOG

JANG-CHUB SEM-CHOK RIN-PO-CHE
MA-KYE PA-NAM KYE-GYUR-CHIG
KYE-PA NYAM-PA ME-PA-YANG
GONG-NE GONG-DU PEL-WAR-SHOG

Que, pelo mérito desta prática, eu possa rapidamente
Alcançar o estado de Avalokiteshvara e, então,
Que eu possa conduzir todos os seres, sem exceção,
A esse mesmo estado, na iluminação.

Que a preciosa e suprema bodhichitta,
Se ainda não tiver emergido, possa emergir agora.
E, se eu já possuir um pouco dela,
Que ela possa se expandir mais e mais.