



Conselhos práticos do Terceiro Phakchok Rinpoche, Chöying Lhündrup (cont.)

Caros Amigos Próximos e Distantes

Como de costume, espero que esta mensagem os encontre bem, saudáveis e felizes. Hoje seguiremos com as “Dez Instruções Essenciais sobre como Trilhar o Caminho Sublime” de autoria de minha encarnação anterior, o 17º detentor do trono de Kham Riwoché, o Terceiro Phakchok Rinpoche, Chöying Lhündrup. No dia de Guru Rinpoche passado compartilhei com todos as cinco primeiras dessas instruções, que cobrem toda a extensão do caminho: desde as quatro preliminares comuns (os quatro pensamentos que voltam a mente para o Dharma) passando pelas quatro preliminares especiais, até a Guru Yoga. Os cinco pontos restantes cobrem o caminho do tantra se estendendo até o veículo Ati:

(5) O yidam, fonte dos siddhis comuns e do supremo;
divindades insubstanciais e ainda assim aparentes; o inexprimível soar do mantra;
pensamentos autoliberados, e o tesouro da roda da sabedoria:
Empenhe-se na tripla mandala - pois este é o método sublime.

(6) Descanse no plácido repousar através de estável, inabalável meditação,
e mantenha a percepção ilusória fora das sessões de meditação.
A vacuidade espontaneamente presente é o grande selo da liberação intrínseca,
assim, percorra o caminho das quatro iogas - pois este é o método sublime.

(7) Enxergue as aparências externas como falsas e enganosas
e a mente interna como vazia e irreal.
Perceba os pensamentos entre ambas como sendo circunstanciais
e surja o que surgir, preserve o estado natural - pois este é o método sublime.

(8) Não se equivoque se apegando às aparências como sendo permanentes, nem tomando a vacuidade como sendo niilismo:
Em vez disso, mantenha a realização natural do reconhecimento desnudo das aparências vazias,
desobscurecido e desprovido de extremos - pois este é o método sublime.

(9) Mesmo tendo realizado a visão da vacuidade que é como o céu, não menospreze nem descarte o veículo menor e seu sutil ensinamento da causa e do efeito, mas em vez disso mantenha a conduta dos Kadampas com discernimento e vigilância - pois este é o método sublime.

(10) Transmita as palavras do Buda e as tome como testemunha, certificando-se de aplicar o que os praticantes de outrora ensinaram. Não perca sua auto-estima, e com confiança
Aproveite sua presente boa fortuna - pois este é o método sublime.

Peço a todos que reflitam sobre estes pontos e que os levem à sério. O texto integral em Inglês e Tibetano pode ser acessado [aqui](#).

Com todo meu amor e preces,
Sarva mangalam!



Kyabgön Phakchok Rinpoche