

Sutra: Invocação ao nome dos Bodisatvas

O budismo oferece uma herança de ensinamentos profundos para enriquecer nossa prática diária de atenção plena. No site de Plum Village você pode encontrar textos budistas-chave selecionados (também conhecidos como "sutras") regularmente recitados e estudados em Plum Village. Estas são traduções modernas feitas por Thich Nhat Hanh, com base em pesquisas acadêmicas em antigos textos clássicos em chinês, pali e sânscrito. Quando lemos um sutra, podemos nos perguntar: "O que este sutra tem a ver com minha vida diária?" ou "Como posso aplicar este sutra a uma dificuldade que estou enfrentando agora?"

Bodhisattvas são seres despertados. Também temos nossa natureza de despertar, não menos do que eles, mas temos que nos treinar. Uma maneira é praticar a invocação dos nomes de grandes bodhisattvas (...)

Quando recitamos seus nomes de maneira profunda e relaxada, cada palavra pode tocar nosso coração e o coração de quem está ouvindo. No início, ainda nos sentimos separados desses bodhisattvas. Mas, praticando constantemente, percebemos que somos Avalokiteshvara, Manjushri, Samantabhadra, Kshitigarbha e Sadaparibhuta. Não importa se foram figuras históricas, nascidas em tal e tal ano ou em tal e tal lugar. A chave é perceber suas qualidades dentro de nós.

Os Bodhisattvas incorporam energias presentes em cada um de nós, que podemos cultivar e convocar em meio aos desafios de nossa vida diária: Compaixão – Avalokiteshvara, Compreensão – Manjushri, Ação – Samantabhadra, Aspiração – Kshitigarbha, Reverência – Sadaparibhuta.

Invocamos seu nome, Avalokiteshvara.

Queremos aprender sua forma de ouvir para ajudar a aliviar o sofrimento do mundo. Você sabe ouvir para entender. Invocamos o seu nome para praticar a escuta com toda a nossa atenção e sinceridade. Vamos sentar e ouvir sem qualquer preconceito. Vamos sentar e ouvir sem julgar ou reagir. Vamos sentar e ouvir para entender. Vamos sentar e ouvir com tanta atenção que seremos capazes de ouvir o que a outra pessoa está dizendo e também o que não foi dito. Sabemos que só por ouvir profundamente já aliviamos uma grande dor e sofrimento na outra pessoa.

Invocamos seu nome, Manjushri.

Queremos aprender do seu jeito, que é ficar quieto e olhar profundamente no coração das coisas e no coração das pessoas. Olharemos com toda a nossa atenção e franqueza. Olharemos com olhos sem preconceitos. Olharemos sem julgar ou reagir. Vamos olhar profundamente para que possamos ver e entender as raízes do sofrimento e a natureza impermanente e altruísta de tudo o que existe. Praticaremos sua maneira de usar a espada da compreensão para romper as amarras do sofrimento, libertando a nós e a outras espécies.

Invocamos seu nome, Samantabhadra.

Queremos praticar o seu voto de agir com os olhos e o coração de compaixão, de levar alegria a uma pessoa pela manhã e aliviar a dor de uma pessoa à tarde. Sabemos que a felicidade dos outros é nossa própria felicidade e aspiramos praticar a alegria no caminho do serviço. Sabemos que cada palavra, cada olhar, cada ação e cada sorriso podem trazer felicidade para os outros. Sabemos que, se praticarmos de todo o coração, podemos nos tornar uma fonte inesgotável de paz e alegria para nossos entes queridos e para todas as espécies.

Invocamos seu nome, Kshitigarbha.

Queremos aprender a sua maneira de estar presente onde existe escuridão, sofrimento, opressão e desespero, para que possamos levar luz, esperança, alívio e libertação a esses lugares. Estamos determinados a não esquecer ou abandonar aqueles em situações desesperadoras. Faremos o

possível para estabelecer contato com aqueles que não encontram uma saída para o seu sofrimento, aqueles cujos gritos por ajuda, justiça, igualdade e direitos humanos não estão sendo ouvidos. Sabemos que o inferno pode ser encontrado em muitos lugares da Terra. Faremos o nosso melhor para não contribuir para a criação de mais infernos na Terra e ajudaremos a transformar os infernos que já existem. Vamos praticar para perceber as qualidades de perseverança e estabilidade, para que, como a Terra, possamos estar sempre solidários e fiéis aos necessitados.

Eu invoco seu nome, Sadaparibhuta.

Desejo aprender sua maneira de nunca menosprezar ou subestimar qualquer ser vivo. Com grande respeito, você diz a todos que encontra: "você é alguém de grande valor, você tem a natureza de Buda. Vejo esse potencial em você." Olharei com um olhar sábio e compassivo, de modo que sou capaz de segurar um espelho onde os outros possam ver sua natureza última refletida. Vou lembrar às pessoas que se sentem inúteis que elas também são uma maravilha preciosa da vida. Juro regar apenas as sementes positivas em mim e nos outros, para que meus pensamentos, palavras e ações possam estimular a confiança e a auto aceitação em nós mesmos, em nossos filhos, em nossos entes queridos e em todas as pessoas que encontrarmos. Inspirado pela grande fé e percepção de que todos são Buda, praticarei seu caminho de paciência e inclusão para que possa me libertar da ignorância e da incompreensão e oferecer liberdade, paz e alegria para mim, para os outros e para nossa sociedade.

(Do site "www.plumvillage.org")

(Traduzido por Leonardo Dobbin)

Comente esse texto em <http://sangavirtual.blogspot.com>