



Kagyú Dak Shang Choling - Jardim do Dharma [www.jardimdharma.org.br](http://www.jardimdharma.org.br)  
Rua José Maria Lisboa, 577 apto. 2 - Jardins - Tel (11) 3884-8943 São Paulo-SP  
Centro de retiros: Rua das Gabirobas, 361 -Bairro do Caputera - Cotia - SP

## O Sutra da Contemplação de Amitayus Buda.

Assim eu ouvi . Um vez estava Buda no monte do pico do Abutre , com uma assembléia de um mil e duzentos e cinquenta discípulos, assim como trinta e dois mil Bodhisatwas sob a direção de Manjursi. Nesse tempo em Rajagrha, o príncipe Ajatasatru empurrado pelo seu mau amigo Devadata , encarcerou a seu próprio pai o Rei Bimbisara , proibindo aos seus ministros e oficiais visitarem o rei, porém a Rainha Vaidehi servia ao rei com grande respeito, e depois de banha-lo, o alimentava e confortava, assim o rei voltava seu rosto em direção da montanha de Grdhakuta, e juntando a suas mãos ajoelhava-se para rezar. desde longe ao Venerado do Mundo falando: “Tomara que meu parente e amigo Maudgalaputra ( conhecido pelo seu poderes mágicos) tenha compaixão por mim e me ensine as oito proibições” ( matar, roubar, conduta sexual desonesta, mentir, se intoxicar, usar perfumes, dormir em camas luxuosas, e comer depois do meio dia). Então Maudgalaputra foi constantemente a ensinar ao rei. Também o Venerado do Mundo mandou seu discípulo Purna-maitrayaniputra ( um dos melhores predicadores do Dharma) para que explicasse o Dharma ao Rei. Assim passaram três semanas e o rei graças aos cuidados que recebera conservara a sua saúde . Um dia o príncipe perguntou ao carcereiro “Está vivo ainda o Rei?”ao que o carcereiro lhe comentou sobre as visitas que o Rei recebia constantemente, esta declaração enraiveceu mais ainda ao príncipe, que tirou a espada de sua bainha com a intenção de matar a sua mãe. Porém um conselheiro inteligente e sábio ministro e um dos melhores médicos da corte fizeram reverência ao príncipe e assim lhe falaram: “Majestade temos estudado nos Vedas que desde o principio dos tempos ouve 108000 casos de príncipes que mataram aos seus pais para lhe usurpar os seus tronos, porém nenhum tinha matado ainda a sua mãe a rainha. Se você comete este novo ato rebelde que trará a desgraça sobre a casta dos Ksatryas, não poderemos ser testemunhas a esta ação a mais ruim e desprezível de todas, e teremos que nos marchar” Quando o príncipe percebeu que estes dois amigos inestimáveis iriam a cumprir o seu propósito, assustou-se perguntando ao médico: “Vais a abandonar-me?”ao qual o seu amigo lhe replicou: “Vossa majestade procure não matar a sua mãe” Ainda com muito remorso, o príncipe abandonou a sua intenção de matar a sua mãe, porém ainda assim mandou um oficial a confinar a sua mãe num pátio interior.

Ficando triste e só agora a rainha Vaidehi ajoelhou-se] em direção à montanha e assim rezou ao Buda: “Oh Tathagata por favor me envia novamente a teu discípulo Ananda e Maudgalaputra para me instruírem e consolar-me” chorando amargamente se ajoelhou, porém quando a rainha levantou a sua cabeça viu o corpo áureo de Buda sentado sobre um loto de cem pétalas assim, com Maudgalaputra e Ananda não entanto os Guardiães do Dharma espalhavam flores celestiais que choviam do céu.

A Rainha ajoelhou-se frente a Buda e perguntou: “Oh Senhor, que pecado tenho cometido que mereci um filho tão perverso?, porque eu deveria ser parente de Devadata?, por favor me fala de algum lugar livre de intrigas e aflições onde eu possa renascer, porque esta terra impura está cheia de infernos, espíritos famintos e animais cheios de maldade. Tomara que num futuro não possa escutar mais vozes malignas”. “Tomara que Buda me ensine a cada dia a olhar onde exista somente o Karma limpo!”

Ao escutar estas palavras de pedido o Venerado do Mundo emitiu dentre suas sobrancelhas um resplandecente raio de luz dourada que iluminou as dez direções e incontáveis mundos que nelas se encontravam, assim como iluminou as incontáveis terras puras. Quando a rainha viu todos estes mundos, exclamou: “Venerado do Mundo, ainda que estas terras dos Budas são puras e Brillhantes, espero renascer nas do reino da Dita de Amitabha Buda. Queira o Honorável me ensinar a controlar meus pensamentos para poder conseguir o perfeito Samadhi para poder renascer nessa Terra Pura?.”

Então o Venerável do Mundo emitiu de sua boca raios de luz das cinco cores que iluminaram a cabeça do Rei Bimbisara, que, ainda que estivesse preso, o seu olho espiritual não estava obstruído, e a distancia olhou ao Venerado. O Rei inclinando sua cabeça em sinal de reverência realizou progressos espirituais conseguindo o estado de Anagamim, ou estado de Arahat (aquele que não retorna).

Então o Venerado do Mundo assim falou à Rainha: “Não sabes que Amitabha Buda não está longe?. Fixa tua mente e contempla seu reino, que é quem produz os atos puros.

Agora usarei expedientes para te instruir completamente e também para beneficiar a todos aqueles que queiram encontrar a Terra Pura de Buda.

Os que intentem renascer no Reino da Felicidade devem praticar três classes de excelentes virtudes:

- 1) Devem cuidar muito bem de seus pais, devem obedecer aos seus mestres, ser amáveis com os outros, devem se abster de matar e devem realizar as dez obras boas, que são a contrapartida dos dez atos não virtuosos.
- 2) Devem treinar o refugio nas três Jóias, guardar os preceitos e abster-se de quebrar as regras da disciplina.
- 3) Devem desenvolver a mente Bodhi ou Bodhichita ( mente de benevolência), compreender a lei de causalidade, recitar os sutras do Mahayana e animar aos que treinam o Dharma. Estes são os atos puros.

E Buda continuou:

“Deves saber que estas três virtudes são a causa direta dos atos puros de todos os Budas do passado, presente e futuro”,

E dirigindo-se a Ananda e Vaidhehi falou:

“Escutem com cuidado e tomem muito a serio o que o tathagata está falando sobre estes atos puros para beneficio de todos os seres vivos que sofrerão nas seguintes gerações. E bom que você Vaidhehi tenhas perguntado isto, e Você Ananda, deves guardar bem estas palavras e divulga-las amplamente.



Kagyú Dak Shang Choling - Jardim do Dharma [www.jardimdharma.org.br](http://www.jardimdharma.org.br)  
Rua José Maria Lisboa, 577 apto. 2 - Jardins -Tel (11) 3884-8943 São Paulo-SP  
Centro de retiros: Rua das Gabirobas, 361 -Bairro do Caputera - Cotia - SP

Eu agora ensinarei a Vaidhehi e a todas as gerações do futuro como contemplar o Reino Ocidental da Felicidade, com a ajuda dos poderes transcendentais de Buda, e poderão olhar a Terra Pura tão facilmente como olham seus rostos num espelho. Depois que tenham experimentado a maravilhosa felicidade daquela Terra se sentirão cheios de alegria e compreenderão a paciente resistência do increado”.

## **Resumo das dezesseis contemplações: Ensinaamentos de Buda a Ananda e Vaidhehi**

### **1) Contemplação do sol poente:**

“Consiste em dirigir o olhar em direção do Sol quando se assemelha a uma esfera vermelha, nesse instante poderá ser observado com os olhos semi-abertos e realizando assim constantemente esta concentração, será claramente visível se tivermos os olhos abertos ou fechados. Esta é a primeira Contemplação.”

### **2) Contemplação da Água:**

“Consiste em visualizar a água pura, limpa e cristalina, e deve estar em calma absoluta.

Depois visualize o gelo, que seja claro e transparente, depois o cristal, depois visualize a terra como cristal o qual deveria ser transparente e debaixo dela hastes sustentados de diamantes e gemas preciosas.

Todas estas hastes são octogonais e tem cem gemas em cada cara. Cada gema emite mil raios luminosos e cada raio possui 84000 cores e ilumina o solo de cristal, revelando assim milhares de sois que são demasiados numerosos para serem vistos na sua totalidade.

Este solo de cristal está limitado por uma corda áurea adornada com sete gemas, cada uma das quais emite quinhentas cores que se parecem com flores, estrelas ou uma lua suspensas no ar.

Estas luzes formam uma torre radiante com dezenas de milhares de compartimentos superiores, formada cada uma delas com quinhentas gemas preciosas.

As laterais estão adornadas com milhares de bandeiras e instrumentos musicais, tocados por brisas produzidas pelas brilhantes luzes e proclamando a doutrina do “sofrimento, irreabilidade não permanência, e a ausência de eu” Estas e a visualização da água e constitui a Segunda Contemplação.”

### **3) Contemplação do Solo.**

“Quando se tem conseguido a visualização anterior, ela deveria olhar-se claramente tanto de olhos abertos como olhos fechados e deveria estar constantemente na mente, exceto quando se durma. Esta é uma visão muito crua do Reino da Dita, se você conseguir manter esta visualização e atingir o Samadhi perceberás que este Reino é impossível de descrever plenamente.”

O Buda continuou falando a Ananda “Guarda estas palavras de Buda, em benefício daqueles das gerações vindouras que desejem se beneficiar e se libertar dos sofrimentos. Ensina para eles o método de visualizar o solo” Aquele que o realize estará livre dos pecados do samsara cometidos em oitocentos mil anos e quando morra renascerá na Terra Pura, onde não abrigrará mais duvidas alguma”.Esta é a terceira contemplação.

### **4)Contemplação de Arvores Preciosas.**

Então Buda falou assim a Ananda: “Depois de conseguir esta contemplação do solo, deverias visualizar a suas arvores cheias de jóias. Deveriam se enxergar claramente em sete fileiras ou avenidas. Estas arvores são imensas e tem suas sete folhas e flores com gemas preciosas e cada flor e folha tem cores diferentes, cada uma delas emite um raio de luz que lhe corresponde a sua própria cor. Acima destas arvores existem redes de pérolas finamente adornadas, acima delas palácios belamente decorados onde moram garotos jovens. Cada jovem leva colares de pérolas que iluminam todos os campos e parecem milhares de sois e luas. Todas as arvores e suas folhas, assim como suas flores e demais gemas estão colocadas numa ordem perfeita. Existe também uma grande luz que produz bandeiras, na qual podem se olhar todas as obras Búdicas de salvação que estão em todos os grandes universos e todas as terras de Buda nas dez direções. Deveria observar estas árvores numa forma diferenciada um por um com seus troncos, folhas, galhos e frutos. Esta constitui a quarta Visualização.”

### **5) Contemplação da Água Doadora de Méritos.**

“A continuação visualiza a água que outorga méritos. No reino da Dita existem oito estanques ea água de cada um deles se compões de sete gemas em forma liquida, engendrada pela pérola Citamani, que satisfaz todos os desejos. A água de cada estanque sai por catorze canais e cada um deles tem belíssimas cores das areias diamantinas. Nesses estanques existem milhares de flores de loto e a água que corre por entre estas flores produz vozes misteriosas que proclamam, a doutrina do sofrimento, da irreabilidade, da impermanência, e ausência do eu, também falas das diversas perdições ou paramitas e elogiam os sinais físicos e excelentes características dos Budas. A perla Citamani desprende raios maravilhosos que se convertem em aves cheias de jóias que cantam melodiosamente os grandes elogios ao Buda ao Dharma e a Shanga. Esta é a visualização dos oitos estanques de água doadora de méritos e constitui a Quinta contemplação”

### **6) Contemplação do Reino Da Dita com arvores, solo e água preciosa.**



Kagyú Dak Shang Choling - Jardim do Dharma [www.jardimdharma.org.br](http://www.jardimdharma.org.br)  
Rua José Maria Lisboa, 577 apto. 2 - Jardins -Tel (11) 3884-8943 São Paulo-SP  
Centro de retiros: Rua das Gabirobas, 361 -Bairro do Caputera - Cotia - SP

Neste reino de gemas preciosas há quinhentos palácios preciosos, com câmaras superiores onde anjos tocam música celestial. Existem pendurados instrumentos musicais que constantemente produzem vozes que proclamam a apreço de refúgio. Esta visualização chama-se a visão tosca do Reino Da Dita. Aquele que consegue visualizar este reino liberta-se do Karma formados em milhares de anos e depois de morrer renasce neste Paraíso”.

### **7) Contemplação do assento do Loto.**

Buda continuou falando assim: “quem deseja contemplar Amitayus, deverá visualizar um loto sobre o solo de sete gemas. Cada uma de suas pétalas e da cor de uma centena de gemas e tem 84000 filamentos que emitem milhares de raios de luz. Estas luzes formam um guarda-sol que parece ser feito de sete gemas preciosas e que cobre todo o solo. Igualmente aparecem milhares de luzes de ouro que preenchem todos os espaços, assim como cadeiras de diamantes, redes de pérolas, e nuvens de flores que aparecem nas dez direções e levam a bom termo as obras de Buda. Esta é a sétima visualização do assento do loto.

### **8) Contemplação das imagens dos três Budas.**

Então Buda falou a Ananda: “Depois de olhar todo isto, deveríamos pensar no Buda Amitayus, porque?. Porque todos os Corpos de Budas de todos os Tathagatas não são senão o próprio Dharmadhatu que contem e impregna a mente pensantes de todos os seres vivos. Por conseguinte, quando a mente se tem entregado a pensar nesse Buda, é idêntica aos trinta e dois sinais físicos e as oitentas características excelentes do corpo físico de uma Buda (Nirmanakaya) porque a mente realiza a Budeidade; a Mente é Buda e o oceano universal de conhecimentos dos Budas procede do pensamento da Mente. Pelo tanto, uno deveria concentrar sua mente exclusivamente em contemplar a esse Buda como tathagata (aquele que atingiu a sabedoria perfeita) Arhat (aquele que vence a mortalidade) e Samyak-Sambuda (ou aquele que possui um conhecimento universal Perfeito).

Ao contemplar a esse Buda, o primeiro passo consiste em visualizar sua preciosa imagem áurea sentada sobre um loto até que uno o veja da mesma forma de que si tivesse os olhos abertos. Quando se enxerga perfeitamente esta imagem, o olho mental se abrirá e observará claramente o Reino da Dita com o seu solo de sete gemas, os preciosos estanques e avenidas de árvores preciosas e demais. Esta visualização deveria ser tão claramente visível como a própria mão.

Depois de conseguir esta contemplação, visualiza mais uma grande loto idêntico ao primeiro a esquerda do Buda e depois outro idêntico a sua direita, depois a imagem de Avalokiteswara da mesma cor dourada que o Buda sentado no loto da esquerda e depois Mahastama, à direita.

Depois disto, visualiza que os três Budas emanam luzes que iluminam todas as árvores e multiplicam-se constantemente. Deste modo o Reino da Dita se enche de incontáveis números de lotos com os três personagens santos sentados neles.

Quando tenhas conseguido esta visualização, o praticante escutará o Dharma Profundo que será cantado pela água que corre, os raios de luz, as árvores preciosas, os gansos selvagens, e os patos mandarins. Deste modo ouvirá constantemente o Dharma esteja sentado em meditação ou não. Ao final de sua contemplação deveria lembrar o que tenha ouvido durante a mesma e não deveria se afastar do Dharma, que deveria concordar com os sutras. Se o Dharma não esta de acordo com os sutras, isto se deve a que o praticante pensou mal, e se está de acordo, é uma forma tosca de meditação. Este modo de ver o Reino da Dita acarreta a visualização de imagens e se chama a oitava contemplação a qual elimina os pecados karmicos cometidas em inumeráveis tempos e garante que o praticante realizará na sua forma corporal presente o Samadhi graças a viva concentração no Buda

### **9) Contemplação da forma corporal de Amitayus Buda.**

Buda falou para Ananda: “Depois de ter conseguido realizar esta visualização deverias visualizar o corpo radiante de Amitayus Buda. Tu Ananda deverias saber que seu corpo tem a cor do ouro puro. Seus olhos são azuis e o branco deles perfeitamente visíveis. Os seus poros emitem raios luminosos. Os sábios deveriam concentrar suas mentes primeiro no seu cabelo branco até que ele seja perfeitamente visível e claro aos nossos olhos. Quando se logre isto os 84000 sinais apareceram. Contemplando Amitayus Buda se farão perceptíveis inúmeros Budas nas dez direções e eles virão a mostrar a futura conquista do praticante. Realizando esta visualização assegura que ao finalizar a sua vida o praticante renascerá frente a todos os Budas. Esta é a visualização omni compreensiva das formas corporais de todos os Budas e chama-se a nona contemplação.

### **10) Contemplação de Avalokiteswara Bodhisatwa**

O Buda falou a Ananda: “Depois de visualizar o corpo de Amitayus Buda deveria visualizar o corpo de Avalokiteswara Bodhisatwa, ele tem um vulto carnoso acima de sua cabeça e uma aura ao redor de seu pescoço. O corpo de Avalokiteswara despede raios luminosos nos quais aparecem os seres viventes dos cinco mundos de existência. O rosto do Bodhisatwa é de tom dourado e entre suas sobrancelhas existe uma mecha de cabelo de sete cores que emite raios luminosos. Dentro de cada raio de luz à um número incontáveis de Nirmanakaya Budas, e cada Buda está rodeado de um número incalculável de Bodhisatwas de transformação que lhe servem e reproduzem a vontade todas as transformações que enchem todos os mundos nas dez direções. Os seus dois braços estão adornados com braceletes e emanam raios de luz. As palmas dos Bodhisatwas está coloridas. Cada dedo tem 84000 matizes, cada um deles despedem raios luminosos suaves que iluminam todo. Quando o Bodhisatwa levanta seu pé podemos olhar a planta do



Kagyú Dak Shang Choling - Jardim do Dharma [www.jardimdharma.org.br](http://www.jardimdharma.org.br)  
Rua José Maria Lisboa, 577 apto. 2 - Jardins -Tel (11) 3884-8943 São Paulo-SP  
Centro de retiros: Rua das Gabirobas, 361 -Bairro do Caputera - Cotia - SP

mesmo marcada com uma roda de mil raios resplandecentes. Os outros sinais e características de seu corpo são idênticas às de Buda, exceto que o vulto carnoso e a frente pequena não podem ser comparadas aos do Honrável do Mundo”

“Quem deseje contemplar Avalokiteswara deveria realizar esta contemplação. Quem o faça escapará das rodas de calamidades, se libertará de obstruções kármicas e limpará todos os pecados mortais cometidos desde tempos sem limite. Se somente escutando seu santo nome conquistam-se infinitas bênçãos, quanto mais não se conquistará contemplando seu corpo. A sua contemplação começa com o vulto carnoso acima de sua cabeça, depois a sua coroa celestial, e pouco a pouco seus sinais físicos, até poder olhá-las como a palma da própria mão.

Esta é a décima contemplação”

#### **11) Contemplação de Mahasthama Bodhisatwa.**

A continuação poderás olhar o corpo deste Bodhisatwa que tem o mesmo tamanho do Bodhisatwa Avalokiteswara. Seu rosto e aura despedem raios luminosos. Seu resplandecente corpo ilumina todos os continentes nas dez direções e os seres vivos que possuem afinidades causais com ele poderão observar seu corpo áureo. Quem veja ainda um só poro iluminado deste Bodhisatwa contemplará a pura luz de infinitos Budas nas dez direções, daí o nome deste Bodhisatwa seja “Luz Ilimitada”. Ele utiliza a Luz de sua Sabedoria para iluminar a todos os seres vivos e conduzi-los fora dos três reinos inferiores com a finalidade de que possam adquirir poderes insuperáveis. O vulto carnoso da cima de sua cabeça é como um loto vermelho que tem um vaso precioso com infinidades de luzes revelando todas as obras do Budas. Esta visualização do Mahasthama Bodhisatwa ou a contemplação de sua forma corporal chama-se a décimo primeira contemplação, que tira os pecados mortais cometidos em tempos sem limites. Quem o contemple não voltará a morar em matrizes e se deleitará passeando pelas terras Puras de todos os Budas”.

#### **12) Contemplação do Reino da Dita de Amytaius.**

Mediante a realização da visualização anterior, deveria se dar nascimento ao desejo de renascer no Reino Ocidental da Dita, onde uno mesmo se observará sentado com as pernas cruzadas dentro da uma flor de loto, que abre e fecha constantemente. Quando se abre as luzes de quinhentas cores iluminam ao praticante e seu corpo. Então uno mesmo visualiza seus próprios olhos que se abrem e os incontáveis Budas e Bodhisatwas que preenchem o espaço inteiro de águas, aves, arvores, bosques e vozes de todos os Budas proclamando o Dharma profundo que concorda com todos os ensinamentos do Tripitaka. Se depois desta meditação, o praticante pode conserva-la, esta é a visão do Reino da Dita de Amitayus. Esta é a visualização completa e a chamam a décimo segunda contemplação. Amitayus Buda e seus Bodhisatwas virão sempre à moradia do meditante.

#### **13) Contemplação dos três Personagens Santos do Reino da Dita.**

Buda continuou falando para Ananda: “Quem esteja decidido a renascer no Reino Ocidental da Dita, deveria visualizar primeiro uma grande imagem de Amitabha Buda sobre um estanque como os descritos anteriormente. Porém graças aos poderosos votos feitos por esse Tathagata os que pensem nele e se concentrem nele verão cumpridos seus desejos. Até a mera visualização de sua imagem pode produzir bênçãos ilimitadas. Quanto mais não a produzirá a contemplação de seu corpo de Buda completo?. Por meio de seus poderes transcendentes, Amitabha Buda pode reproduzir a vontade seus Corpos formais nas dez direções bem aparecendo com um corpo ilimitado como com um corpo de quarenta centímetros de altura. Enquanto a Avalokiteswara e Mahasthama Bodhisatwas tem seus corpos iguais eles podem ser distinguidos observando a cabeça deles. Estes dois Bodhisatwas ajudam a Amitabha a converter e libertar a todos os seres vivos. Esta é uma visualização múltipla e chama-se a décimo terceira visualização.

#### **14) A Classe superior de nascimento no Reino da Dita.**

Então Buda falou: “O Estado elevado da classe superior de nascimento no Reino da Dita podem atingi-lo aqueles que na busca por renascer nele, desenvolvem três classes de mente: a mente sincera, a mente profunda e a mente fixa no voto de dedicar todos os méritos que tenha a renascer aí.

Quem desenvolva estes três tipos de mente renascerá com toda certeza naquela Terra Pura.

A também três classes de seres vivos que renasceram nesse reino que são: Quem se abstenha de matar, graças a possuir um coração compassivo e quem observe as demais proibições; quem leia e recite os sutras Vaipulya e Mahayana; e quem não se desvie das seis classes de pensamento. ( Buda, Dharma e Shanga, Disciplina, Caridade e Dita celestial).

A acumulação de todos estes méritos assim conquistados assegura seu renascimento aí dentro de uno a sete dias e a causa de seu voto e devoção intensa o Tathagata Amitabha e seus colaboradores os Bodhisatwas Avalokiteswara e Mahasthama, um número incalculáveis de Budas, centos de milhares de devotos, aparecerão para lhe dar a bem vinda. Avalokiteswara trará um assento de diamantes e junto com o Bodhisatwa Mahasthama ficaram frente a o praticante. Amitabha Buda enviará raios de luz para iluminar seu corpo enquanto que os Bodhisatwas lhe extenderão a suas mãos para recebê-lo. Depois por todos os Bodhisatwas será elogiado e reconfortado, e ao contempla-los o praticante sentirá uma grande alegria, subitamente se encontrará cavalgando no seu assento de diamantes que seguirá a aquele Buda. Num estalar dos dedos terá renascido no Reino da Dita.



Kagyú Dak Shang Choling - Jardim do Dharma [www.jardimdharma.org.br](http://www.jardimdharma.org.br)  
Rua José Maria Lisboa, 577 apto. 2 - Jardins -Tel (11) 3884-8943 São Paulo-SP  
Centro de retiros: Rua das Gabirobas, 361 -Bairro do Caputera - Cotia - SP

Uma vez renascido lá contemplará ao Buda e a todos os Bodhisatwas nas suas formas corporais absolutamente perfeitas. Enquanto ele contemple essas formas os bosques proclamarão o Dharma e após ele escuta-lo conseguirá a paciente resistência do não criado e num instante estará capacitado e em condições de servir a todos os Budas das dez direções. Depois de receber as previsões sobre sua futura conquista, retornará ao reino da Dita onde compreenderá imediatamente todos os Dharanis que o levarão à iluminação. Este é o estado elevado da Classe superior de Nascimento

### **O Estado Meio da Classe Superior de Renascimento.**

Este nascimento está ao alcance de quem sem estudar os sutras de Vaipulya, compreende muito bem o caminho da verdade, cuja mente permaneça inalteravelmente na Suprema Realidade, quem tenha uma fé profunda na lei de causalidade, quem não critique o Mahayana e quem dedique todos os seus méritos acumulados. Quando esteja a ponto de morrer, Amitabha Buda, e os Bodhisatwas Avalokiteswara e Mahastama virão num assento de ouro para elogia-lo falando: “Filho do Dharma, por ter treinado o Mahayana e ter compreendido a Realidade Suprema, venho agora a te receber” depois destas palavras os milhares de Bodhisatwas que vieram juntos ao Buda Amitabha lhe estenderão a mão para lhe dar as boas vindas, e ele se encontrará sentado na poltrona de ouro, juntará as palmas das mãos e entre cruzando seus dedos oferecerá elogios a todos os Budas. Num tempo igual a um pensamento, terá renascido naquele reino, sentado naquele assento num estanque de sete pedras preciosas.

Este assento é como um loto precioso que se abrirá ao dia seguinte. Seu corpo terá um matiz de ouro e debaixo de cada um de seus pés haverá um loto de sete joias. Logo os Budas e Bodhisatwas o iluminarão com raios de luz que lhe abrirão os olhos. Graças à sua prática anterior escutará vozes proclamando a mais profunda Realidade Suprema. Então descerá de seu assento, juntará as palmas de suas mãos, reverenciando ao Buda e elogiando ao Reverenciado do Mundo. Antes de sete dias adquirirá uma fé inquebrantável na Insuperável Iluminação Universal (Anutara-samyak-sambodhi) que o capacitará para voar pelos ares e irá a todas as partes nas dez direções a reverenciar e servir a todos os Budas dos quais aprenderá e praticará todo tipo de Dharanis e Samadhi. Ao final de um curto tempo conseguirá a paciente resistência do inquirido e lhe anunciarão suas conseqüências futuras.

Esta é o estágio maior da Classe superior de Nascimento.

### **O Estádio baixo da Classe Superior de Nascimento.**

O Estado baixo da Classe Superior de Nascimento poderá atingir aquele que acredite na lei da causalidade, se abstenha de criticar o Mahayana, decida procurar o Caminho Supremo e dedique todos os méritos acumulados assim à seu renascimento neste Reino.

Quando esteja a ponto de morrer, aparecerá Amitabha Buda, junto aos Bodhisatwas Avalokiteswara e Mahastama e seguidos de outros Bodhisatwas, aparecerá com um loto de ouro, e mediante seus poderes de transformação fará que venham mais quinhentos Bodhisatwas para dar as boas vindas ao praticante e o elogiarem falando: “Filho do Dharma, como vives na pureza e estas decidido a encontrar a realidade Última nos viemos agora a te receber” Depois de contempla-los, ele se encontrará sentado num loto de ouro, que se fechará e seguirá ao Honorável do Mundo. Então nascerá num estanque de sete gemas, e depois de um dia e uma noite o loto se abrirá. Sete dias depois contemplará a Buda e ainda que ele não veja claramente os sinais físicos e os sinais excelentes passados vinte e um dias ele poderá contempla-los. Então ouvirá vozes proclamando o sutil Dharma e poderá caminhar pelas dez direções para oferecer dons aos Budas que lhe ensinaram o Dharma muito profundo. Depois de pouco tempo acordará à Porta da Compreensão Correta das cem divisões dos Fenômenos e realizará o estado da Alegria de ter vencidos a todas as obstruções. Este é o estado baixo da Classe Superior de Nascimento.

As anteriores são visualizações da Classe superior de nascimento e são chamadas conjuntamente a decimo quarta contemplação.

### **15) A Classe Media de Nascimento no Reino da Dita.**

Buda continuou falando a Ananda e Vaidehi assim: “O Estado Elevado da Classe media de nascimento no Reino da Dita o atinge aquele que recebe e observa os cinco preceitos, guarda os oito mandamentos, pratica as oito regras da moralidade, não comete os cinco atos rebeldes, está livre de outras faltas e dedica todos os méritos derivados destas boas raízes a conseguir seu nascimento no Reino Ocidental da Dita. Quando esteja a ponto de morrer, Amitabha Buda com seus discípulos, lhe enviará raios de luz para iluminar o lugar onde viva o devoto, ensinando-lhe a doutrina sobre o sofrimento, a irrealidade, a não permanência e a ausência de ego, e elogiando a aquele que abandona o lar para se libertar das misérias. Depois de olhar isto o praticante se preencherá de gozo e se encontrará sentado num loto. Juntará as mãos para reverenciar ao Buda, e ainda antes de levantar a cabeça, terá nascido no Reino da Dita, onde o Loto se abrirá. Enquanto o loto se abre, ele ouvirá vozes elogiando as quatro nobres Verdades, e logrará a condição de Arhat, aperfeiçoando assim as três visões interiores que são: 1) Compreender a condição mortal de uno mesmo e outros em vidas anteriores, 2) nas vidas futuras e; 3) nos sofrimentos mortais presentes para por fim a todas as paixões.

Também ele conseguirá os seis poderes sobrenaturais, que são: 1) Visão divina, 2) ouvido Divino, 3) conhecimentos de todas as mentes de todos os seres vivos, 4) conhecimento de todas as formas de existência anteriores de uno



Kagyú Dak Shang Choling - Jardim do Dharma [www.jardimdharma.org.br](http://www.jardimdharma.org.br)  
Rua José Maria Lisboa, 577 apto. 2 - Jardins -Tel (11) 3884-8943 São Paulo-SP  
Centro de retiros: Rua das Gabirobas, 361 -Bairro do Caputera - Cotia - SP

mesmo e dos outros; 5) poder de aparecer a vontade em qualquer lugar e gozar de uma liberdade absoluta e 6) visão interna do fim da corrente de nascimento e morte.

Também conseguirá as oito formas de liberação que são: 1) ficar livre da forma, quando uno mesmo está apegado a ela, mediante o exame de dita forma e a compreensão de sua sujeira, 2) meditar sobre a pureza, 3) ficar livre da pureza e conseguir um estado livre do desejo, 4) ficar livre pela compreensão da imaterialidade ilimitada, 5) ficar livre pela compreensão do conhecimento ilimitado, 6) ficar livre pela compreensão da nada, 7) ficar livre para chegar ao estado onde não há mais pensamento nem não pensamento, 8) ficar livre para chegar ao estado em que o dois agregados, sentimento e idéia ficam eliminados por completo. Este é o estado elevado da Classe Média de Nascimento.

### **Estado médio da Classe média de Nascimento.**

O estado médio da classe média de nascimento pode atingi-lo quem, dia e noite observa de forma impecável os oito mandamentos, as dez proibições e a seria completa das normas disciplinares, não se esqueça de manter uma postura digna quando esteja em pé, sentado, deitado ou andando dedique todos os méritos de esta acertada conduta à consecução do nascimento no Reino Da Dita. Purificado assim pela fragrância de sua disciplina, quando esteja a ponto de morrer, contemplará a Amitabha Buda rodeado de seus discípulos, quem despedirá um raio de luz áurea e vira a ficar diante do praticante com um loto de sete jóias. O praticante escutará uma voz no ar que lhe falará em forma de elogio: "Homem virtuoso, você seguiu os ensinamentos de todos os Budas dos três tempos agora venho te receber", a partir desse momento ele se encontrará sentado no loto. Logo o loto se fechará e renascerá no reino da dita no precioso estanque. Após sete dias o loto abrirá e ele abrirá os olhos, juntará as mãos e elogiará ao Tathagata. Então lhe falarão do Dharma, sentirá gozo e atingirá o estado de Sravaka, ou aquele que entra na corrente da vida santa, e depois de um tempo curto conseguirá a condição de Arhat. Este é o estado médio da Classe média de nascimento.

### **O Estado baixo da Classe média de Nascimento:**

O estado baixo da classe média do nascimento a conseguirá uma pessoa virtuosa que cumpram todos os deveres filiais e pratiquem a compaixão terrenal. Quando esteja a ponto de morrer, encontrará um mestre iluminado que lhe falará das ditosas condições do Reino de Amitabha, e terá notícias dos quarenta e oito votos do Bhiksu Dharmakara, depois de ouvir isto a pessoa morrerá, e no breve tempo que um homem vigoroso demora em dobrar e esticar seu braço, terá renascido no Reino Ocidental da Dita, onde, sete dias mais tarde, encontrará aos dois Bodhisatwas Avalokiteswara e Mahastama, que lhe explicarão o Dharma. O praticante se encherá de gozo e atingirá o estado de "aquele que entra na corrente da vida santa", depois de um pequeno tempo ele chegará a condição de Arhat.

As anteriores são visualizações da Classe Média de Nascimento, e se as chama conjuntamente a Decimo quinta Contemplação.

### **16) A Classe Inferior de Nascimento no Reino da Dita.**

O estado superior da Classe inferior de Nascimento pode consegui-lo aquele que não critica os Suttas Vaipulya, ainda que tenha criado outros karmas maus. Apesar de sua estupidez e suas muitíssimas ações más, não se envergonha de sua conduta, porém, antes de morrer se encontra um mestre iluminado que lhe explica os títulos dos sutras das doze divisões do cânone Mahayana. Por este fato de escutar os nomes dos sutras, os maus karmas de tempos sem limite ficarão apagados. O mestre lhe ensinará, a juntar as palmas das mãos com os seus dedos juntos e chamar "Namo Amitabha Buda!!!", ao gritar de este modo o nome de Buda, apagará os maus efeitos dos pecados samsáricos cometidos desde tempos sem limites. Depois do qual Amitabha lhe enviará uma forma Nirmanakaya que virá com os Bodhisatwas Avalokiteswara e Mahastama, ficando na sua frente lhe falarão: "Homem virtuoso, ao pronunciar o nome de Buda, as apagado todos os teus pecados, e agora nos chegamos para te dar as boas vindas". Depois de ouvir estas palavras, o praticante observará que a luz do Nirmanakaya Buda preencherá sua habitação. Se sentirá cheio de alegria e morrerá. Então se encontrará montado num loto precioso e seguirá aquele Buda para nascer num estanque precioso. Ao finalizar quarenta e nove dias o loto se abrirá e ele contemplará o compassivo Avalokiteswara e ao poderoso Mahastama, os quais lhe enviarão raios de luz para o iluminar. Os dois Bodhisatwas lhe explicarão o muito profundo ensinamento das doze divisões do cânone Mahayana. Enquanto o tenha ouvido, ele acreditará, e dirigirá sua mente na procura do Tao Supremo. Transcorrido um tempo relativamente curto, acordará diante a Porta da correta interpretação das cem divisões dos fenômenos e entrará no primeiro estado do desenvolvimento do Bodhisatwa. Este é o estado superior da Classe inferior de nascimento."

### **O estado Médio da Classe inferior de Nascimento.**

Então Buda Falou: "Aquele que a pesar de ter faltado tanto aos oito mandamentos como à coleção completa de normas de disciplina, de ter usurpado estupidamente propriedades monásticas e roubado as posses pessoais dos monges, sem sentir vergonha da sua má conduta que o mancha, encontre quando esteja a ponto de morrer e cair no inferno, e quando ele veja claramente as labaredas de fogo, ele encontre um mestre douto que sentindo piedade dele, lhe ensine os dez poderes que infundem temor de Amitabha Buda e o poder Transcendental da luz de Buda, e elogie o ensinamento da disciplina, meditação, sabedoria, liberação e conhecimento da liberação. O efeito de que o escute deste modo apaga todos os efeitos karmicos de tempos sem limites e o fogo horrível do inferno se apagará e transformará numa brisa



Kagyú Dak Shang Choling - Jardim do Dharma [www.jardimdharma.org.br](http://www.jardimdharma.org.br)  
Rua José Maria Lisboa, 577 apto. 2 - Jardins - Tel (11) 3884-8943 São Paulo-SP  
Centro de retiros: Rua das Gabirobas, 361 -Bairro do Caputera - Cotia - SP

fresca que trará um loto celestial, aparecendo imediatamente um Nirmanakaya de Buda com os Bodhisatwas de transformação que virão a recebe-lo. No instante de um pensamento terá nascido num loto dentro do estanque das setes gemas. Depois de transcorridos um tempo médio, o loto se abrirá e os Bodhisatwas Avalokiteswara e Mahastama irão lhe confortar com sua voz profunda e ensina-lhe os mui profundos sutras do Mahayana. Depois de escutar o Dharma, poderá fixar a sua mente na procura do Dharma Supremo. Este é o estado médio da Classe inferior de Nascimento.

### **O Estádio baixo da Classe inferior de Nascimento.**

Então o Buda falou assim a Ananda e Vaidhehi: “Este estado o atinge aquele que, a pesar de seu mau Karma e depois de ter cometido os cinco atos rebeldes e faltar aos dez mandamentos, o efeito retributivo que o faria cair nos reinos miseráveis onde experimentaria sofrimentos intermináveis durante muito tempo, quando esteja a ponto de morrer, encontra um mestre douto que o confortará, lhe explicará o Dharma profundo e lhe ensinará a pensar em Buda. Como o homem sofre tanto que é incapaz de pensar em Buda o mestre lhe dirá; “Se não podes pensar em Amitabha Buda debes pronunciar seu nome”. Então concentrando-se em repetir dez vezes, com voz forte; “Namo Amitabha Budhaya” cada uma dessas vezes cancelará o efeito dos pecados karmicos cometidos em tempos imemoriais, e quando esteja a ponto de morrer, verá aparecer diante de si um loto de ouro similar ao sol poente. No relâmpago de um pensamento, haverá nascido no Reino da Dita e permanecerá dormido no loto durante doze longos períodos de tempo. Ao final deste longo período o loto se abrirá e ele poderá perceber as figuras dos Bodhisatwas Avalokiteswara e Mahastama, os quais, com suas vozes misericordiosas lhe explicarão a realidade fundamental de todos os fenômenos e lhe ensinarão a eliminar todos os seus pecados. Depois de ouvir isto experimentará gozo e será capaz de adquirir a mente Bodhi. Este é o estado baixo da Classe Inferior de Nascimento.

As anteditas são as visualizações da Causa Inferior de Nascimento, e as chamam conjuntamente a decimo sexta Contemplação”.

Depois que Buda teve pronunciado estas palavras, Vaidehi e quinhentas donzelas de honra contemplaram o Reino da Dita com Amitabha e os dois Bodhisatwas. Todas se encheram de alegria e elogiaram o notável fato de presenciarem por primeira vez este Reino. Então Ananda levantou-se de sua poltrona e falou: “Como deveria se chamar este Sutra? Como deveríamos receber e observar o essencial de seu Dharma?”.

O Buda contestou: “E Sutra de contemplação de Amitayus Buda e Avalokiteswara e Mahastama Bodhisatwas no Reino da Dita - Também chamado Sutra da Erradicação dos obstáculos Karmicos para nascer na presença de todos os Budas.

Quem realize o Samadhi contemplará, na sua vida atual, um homem ou uma mulher virtuosa, com solo ouvir seus nomes, poderão erradicar pecados karmicos de milhares de idades. Quanto mais não será para aquele que lembre e pronuncie seus nomes?. Deverias saber que quem pronuncie o nome de esse Buda é uma autentica flor de loto dentre os homens e os dois Bodhisatwas serão seu melhores amigos. Se sentará numa Bodhi Mandala e nascerá numa família de Budas. O Buda falou então a Ananda; “Deverias guardar minhas palavras, e guarda-las é ter na mente o nome de Amitayus Buda” Então o Venerável do mundo ande pelo ar para regressar à montanha Grdhrakuta. Logo Ananda ampliou grandemente este Sutra e um número incontáveis de dragões celestiais e demônios se inteiraram disso sentiram muita felicidade fizeram reverência ao Buda e se retiraram.