

*Jisui Zendô*  
慈水禪堂  
*Sanga Soto Zen Budista*  
*Águas da Compaixão*

**Pontos a observar no Estudo do Caminho  
Gakudo Yojin-shu**

**de  
Eihei Dogen Zenji**

## Pontos a observar no Estudo do Caminho (Gakudo Yojin-shu)

### Introdução por Monja Coen

“Mestre Zen Dogen completou este tratado para seus discípulos em Kosho-Ji em 1234, sete anos após ter retornado da China.

Trata-se de uma explicação rigorosa sobre a prática, onde não apenas o Zazen, mas todas as ações devem ser realizadas.

Iniciando com uma exortação para despertar a mente-bodhi, Mestre Dogen vai adiante e discute a importância do treinamento com um verdadeiro mestre, além de tópicos como a relação entre treinamento e iluminação e o significado da prática de Zazen. Muito embora o conteúdo do Shobogenzo seja filosoficamente mais profundo, o Gakudo Yojin-shu é muito estimado como um guia de treinamento na Soto Zen por aqueles que estão realmente engajados na prática diária do Caminho. Entre os numerosos trabalhos de Mestre Dogen este, em particular, merece ser lido repetidamente, idealmente em conjunto com o aprofundamento da própria prática pessoal; pois embora relativamente curto, ele apresenta nada menos do que o mapa da iluminação.” (Professor Yuho Yokoi, da Universidade de Aichi, no Japão)

Durante os oito anos de prática intensiva no Mosteiro para Formação de Monjas de Aichi, tive o privilégio de poder estudar e ouvir os ensinamentos de Kanpo Mano Roshi, Venerável Mestre, que todas as quartas feiras passava a manhã conosco nos instruindo no Fukanzazengi e no Gakudo Yojinshu. A cada nova turma de monjas noviças, Mano Roshi reiniciava os estudos destes dois textos básicos de prática Zen Budista. Ele já passara dos oitenta anos, quando o conheci, mas quando falava do Darma não tinha idade. Cada ano, embora o texto fosse o mesmo, suas palestras eram diferentes. Quanto mais fui aprendendo japonês mais fui admirando a profundidade de sua sabedoria, sua terna compaixão, sua paciência nos instruindo e a humildade com que relatava fatos de sua vida de prática religiosa, nos inspirando a penetrar nos dez importantes aspectos da prática do Caminho., este grande legado de Mestre Eihei Dogen.

Pontos a Observar no Estudo do Caminho, Gakudo Yojin-shu, é um dos textos usados para aprofundar a compreensão dos iniciantes no Zen Budismo e para aqueles que se engajam no Curso de Preceitos e Procedimentos organizado e dirigido pela Monja Coen, na Comunidade Zen Budista. Foi uma das primeiras traduções feitas pelo Grupo de Estudos do Templo Busshinji, durante a época em que a Monja Coen orientava aquela comunidade. A tradução atual é uma revisão modificada e melhorada daquele texto original e se baseou em várias versões em Inglês organizadas por diferentes mestres:

Zen is Eternal Life, de Rôshi Jiyu Kennett,  
Moon in a Dewdrop, editado por Kazuaki Tanahashi  
Zen Master Dogen, An introduction with selected writings  
(Prof. Yuho Yokoi e Daisen Victoria)

## **Pontos a observar no Estudo do Caminho (Gakudo Yojin-shu)**

### **1. A necessidade de despertar para a Mente-Bodhi**

A Mente-Bodhi é conhecida por muitos nomes, porém todos se referem à mesma Mente Una. O Venerável Nagarjuna (1) disse, “A mente que vê através do fluxo do aparecer e desaparecer e reconhece a natureza transitória do mundo é também conhecida como Mente-Bodhi.” Por que então, a dependência temporária nesta mente é chamada de Mente-Bodhi? Quando a natureza transitória do mundo é reconhecida, não aparece nem a mente egoísta comum nem a mente que busca fama e proveito.

Ciente de que o tempo não espera por ninguém, pratique como se estivesse tentando apagar o fogo em seus cabelos. Reflita sobre a natureza transitória do corpo e da vida, se esforce exatamente como o Buda Xaquiamuni fez quando levantou seu pé (2).

Mesmo que ouça o chamado bajulador do deus Kimnara e do pássaro Kalavinka (3), não preste atenção, considere-os apenas como a brisa do anoitecer soprando em seus ouvidos. Mesmo que veja uma face tão bela como a de Mão-cha'ng ou Hsi-shih (4), pense nela apenas como o orvalho da manhã bloqueando sua visão.

Quando livre do apego ao som, cor e forma, naturalmente se tornará um com a verdadeira Mente-Bodhi. Desde os tempos antigos existiram aqueles que ouviram pouco sobre o verdadeiro budismo e outros tiveram pouca oportunidade de ouvir, ler e estudar os sutras. A maioria deles caiu na armadilha da fama e lucro, perdendo a essência do Caminho para sempre. Que pena! Que lamentável! Não ignorem isto.

Mesmo que você tenha lido os meios expedientes ou verdadeiros ensinamentos de grandes sutras (5) ou transmitido os ensinamentos esotéricos (6) e exotéricos, a menos que abandone fama e lucro, não se poderá dizer que tenha despertado a Mente-Bodhi.

Alguns dizem que a Mente-Bodhi é o mais alto e supremo estado de iluminação de Buda, livre da fama e do lucro. Outros dizem que é aquilo que abrange um bilhão de mundos (7) em um único momento de pensamento, ou que é o ensinamento no qual nenhuma delusão surge. Outros ainda, dizem que é a mente que entra diretamente no plano de Buda. Estas pessoas, ainda sem entender o que é a Mente-Bodhi, de maneira devassa a caluniam. Elas estão, na verdade, muito longe do Caminho.

Reflita sobre sua mente comum, como está egoisticamente apegada, à fama e ao lucro. Está possuída pela essência e aparência dos três mil mundos, em um único momento de pensamento? Este pensamento único experimenta o portal do dharma do não nascido? Terá ela experimentado o ensinamento que não desperta uma única delusão? Não! Nessa mente apegada não há nada a não ser delusão de fama e de lucro, nada digno de ser chamado de Mente-Bodhi.

Muito embora desde os tempos antigos tenham existido Budas Ancestrais que usaram métodos seculares para realizar a iluminação, nenhum deles esteve apegado à fama e ao lucro, nem mesmo ao Dharma, quanto menos ao mundo comum.

A Mente-Bodhi é, como foi mencionado anteriormente, aquela que reconhece a natureza transitória do mundo – uma das quatro percepções (8). É completamente diferente daquela apontada pelas pessoas confusas.

A mente do não surgimento e a mente do aparecimento de um bilhão de mundos são práticas muito boas após se ter despertado a Mente-Bodhi. “Antes” e “após”, no entanto, não devem ser confundidos. Apenas esqueça de si e tranquilamente pratique o Caminho. Esta é verdadeiramente a Mente-Bodhi.

Os sessenta e dois pontos de vista estão baseados no eu (9), portanto, quando visões egoístas aparecem, apenas faça zazen tranquilamente, observando. Qual é a base de nosso corpo, suas poses internas e externas? Você recebeu seu corpo, cabelo e pele de seu pai e de sua mãe. Entretanto, as duas gotas de seus pais, vermelha e branca (10), são vazias do início ao fim, portanto, não há nenhum eu aqui. Mente, consciência discriminativa, conhecimento e pensamento dualístico amarram a vida. O que, em última instância, são inalar e exalar? Não são o eu. Não existe nenhum

eu para se apegar. A pessoa deludida, entretanto, está apegada a si mesma e a iluminada está desapegada. Ainda assim vocês procuram medir o eu que é não eu e se apegam ao surgir que é não surgir negligenciando a prática do Caminho. Por falhar em cortar suas amarras com o mundo fogem do verdadeiro ensinamento e correm atrás do falso. Vocês se atreve a dizer que não estão agindo erroneamente?

## **2. A necessidade de treinar ao encontrar o Verdadeiro Darma**

Uma frase oferecida por um conselheiro leal pode alterar o curso de uma nação. Quando Budas-Ancestrais oferecem, mesmo que seja uma única palavra, não deveria haver ninguém que não se convertesse. Entretanto, apenas reis sábios ouvem os conselhos de seus conselheiros, e apenas praticantes excepcionais ouvem as palavras de Buda.

É impossível cortar as fontes de transmigração sem abandonar a mente deludida. Da mesma forma, quando um rei não presta atenção aos conselhos de seus consultores leais, não mais prevalecerá uma política virtuosa, e ele será incapaz de governar bem o país.

## **3. A necessidade de penetrar o Caminho através da prática constante**

Pessoas comuns acreditam que os estudos trazem as riquezas. Buda Xaquiamuni ensina que na prática há iluminação. Nunca ouvi falar de ninguém que tenha se tornado membro de lideranças milionárias sem estudar, ou alcançado a iluminação sem praticar.

Embora seja verdade que existam diferentes métodos de treinamento, aqueles baseados na fé ou na compreensão do Dharma, na iluminação súbita ou gradual (11), ainda assim, a iluminação depende de um treinamento. Embora a profundidade e a velocidade de compreensão das pessoas seja diferente, o tesouro é obtido através do estudo acumulado. Nenhuma dessas coisas depende dos soberanos serem superiores ou não, ou da sorte ser boa ou ruim.

Se o tesouro pudesse ser obtido sem estudo, quem iria transmitir o método pelo qual antigos monarcas, tanto em épocas de ordem ou desordem, governaram com sucesso o país? Caso a iluminação pudesse ser sem treinamento, quem poderia compreender os ensinamentos do Tathagata (12), distinguindo, como ele fez, a diferença entre delusão e iluminação? Embora pratique no mundo da delusão, ainda assim é o mundo da iluminação. Então, pela primeira vez, você perceberá que a jangada do discurso é apenas um sonho passado e será capaz de cortar para sempre a visão antiga de conceitos pessoais que amarrava você as palavras das escrituras.

Buda não impõe esta visão a você. Ela aparece naturalmente a partir de sua prática no Caminho, a prática convida a iluminação. Seu tesouro natural não vem do exterior. Uma vez que a iluminação é uma com a prática, a ação iluminada não deixa traços. Portanto, quando olhar novamente a prática com olhos iluminados, você descobrirá que não há ilusões para serem vistas, apenas uma grande nuvem branca de dez milhões de ri<sup>1</sup> cobrindo todo o céu.

Quando a iluminação está em harmonia com a prática, você não pode desmerecer nem mesmo uma simples partícula de poeira. Se agir dessa maneira você se afastará da iluminação tanto quanto o céu está afastado da terra. Se retornar ao seu Eu verdadeiro (3), poderá transcender até mesmo a condição de Buda.

(escrito em 9 de março, segundo ano de Tempuku 1234)

## **4. A necessidade da prática não egoísta do Caminho ou “Não pratique os ensinamentos de Buda com a idéia de ganho”**

Na prática do Caminho é necessário aceitar os ensinamentos verdadeiros de nossos antecessores, colocando de lado nossas idéias preconceituosas. O Caminho não pode ser realizado com idéias ou sem idéias. Apenas quando a mente da prática constante coincide com o Caminho,

---

1 Um “ri” corresponde aproximadamente a uma milha

corpo e mente conhecem a paz. Quando o corpo e a mente não estão em paz, espinhos crescem no caminho da iluminação.

Como harmonizar a prática pura com o Caminho? Para assim o fazer, a mente não pode estar apegada nem rejeitando nada, necessita estar completamente livre do apego a fama e ao lucro. Ninguém se submete ao treinamento budista por causa dos outros. A mente dos praticantes budistas, como a da maioria das pessoas de nossa época, todavia, está longe da compreensão do Caminho. Elas fazem aquilo que os outros elogiam mesmo sabendo que é falso. Por outro lado, elas não praticam aquilo que os outros desdenham mesmo que saibam que este é o verdadeiro Caminho. Que lamentável!

Refleta tranqüilamente se suas palavras e ações estão unidas com o Budismo ou não. Se fizer isto, você irá perceber o quanto elas são vergonhosas. Os olhos penetrantes dos Budas-Ancestrais estão constantemente iluminando o universo inteiro.

Desde que os praticantes budistas não fazem nada para si mesmos, como eles poderiam fazer algo pela fama ou pelo lucro? Vocês devem praticar apenas pelo próprio Budismo. Os vários Budas não demonstram sua profunda compaixão por todos os seres, nem por seu próprio bem, nem para impressionar os outros. Esta é a tradição Budista.

Observe como até os animais e insetos nutrem sua prole, tolerando vários sofrimentos durante o processo. Os pais não pretendem ganhar nada com suas ações, mesmo após sua descendência ter alcançado a maturidade. No entanto, embora sejam somente pequenas criaturas, têm profunda compaixão por sua prole. Isto também é assim com relação à compaixão dos vários Budas por todos os seres. O precioso ensinamento desses vários Budas, todavia, não está limitado somente à sua compaixão; ao contrário, eles aparecem em incontáveis modos por todo o universo. Esta é a essência do Budismo.

Nós já somos as crianças de Buda; por esta razão, devemos seguir seus passos. Praticantes, não pratiquem o Darma de Buda para seu próprio interesse. Não pratiquem o Darma de Buda por fama ou lucro. Não pratiquem o Darma de Buda para obter recompensa meritosa ou poderes miraculosos. Simplesmente, pratiquem Budismo por causa do Budismo; este é o verdadeiro Caminho.

## **5. A necessidade de procurar um verdadeiro Mestre**

Um antigo Buda-Ancestral disse certa vez: “Se no princípio a Mente-Bodhi não for verdadeira toda e qualquer prática resultará em nada.” Quão verdadeiro! A qualidade da prática também depende da verdade ou falsidade do mestre.

O praticante budista pode ser comparado a um bom pedaço de madeira, e o verdadeiro mestre a um bom carpinteiro. Até mesmo a madeira de melhor qualidade não mostrará sua extraordinária beleza se não for trabalhada por um bom artesão. Um pedaço de madeira empenada, em mãos habilidosas, imediatamente mostra esplendidos resultados. A veracidade do mestre está em direta relação com a verdadeira ou falsa iluminação de seus discípulos. Isto deve ser bem compreendido.

Em nosso país, no entanto, não tem havido verdadeiros mestres desde tempos antigos. Como reconhecemos? Através de suas palavras. Da mesma forma que podemos saber da natureza da nascente se apanharmos uma conchinha de água fluindo no rio.

Por séculos neste país mestres têm compilado livros, ensinado discípulos, e guiado seres humanos e celestiais. Entretanto, suas palavras eram verdes, imaturas, pois ainda não haviam atingido o nível profundo do treinamento. Como poderiam ter alcançado a iluminação? Apenas transmitiam palavras, recitando nomes e sons. Dia e noite eles contavam o tesouro alheio, sem ter nada de seu.

Mestres anteriores são responsáveis por este estado de coisas. Alguns deles ensinavam que a iluminação deveria ser procurada fora da mente, outros que o renascimento em outras terras era o objetivo. Esta é a fonte da confusão e da delusão.

Um bom remédio, se não for usado de acordo com as instruções adequadas, pode piorar a doença ou mesmo se tornar um veneno. Em nosso país, há muito tempo, não tem havido mestres

### **Jisui Zendo – Sanga Águas da Compaixão**

R. Elizário Goulart da Silva 93 – CEP 91040-430 – Porto Alegre, RS – tel: (51) 3085-7476

<http://aguasdacompaixao.wordpress.com> / <http://youtube.com/user/aguasdacompaixao/>

e-mail: [aguasdacompaixao@gmail.com](mailto:aguasdacompaixao@gmail.com)

capazes de controlar o efeito venenoso dos remédios. Por esta razão tem sido tão difícil eliminar os sofrimentos da vida e a doença. Como, então nos libertar do sofrimento da velhice e da morte?

A culpa desta situação é inteiramente dos mestres, não dos discípulos. Por que? Porque eles guiam seus discípulos ao longo dos galhos das árvores, sem penetrar até as raízes. Sem compreender completamente o Caminho, absorvidos em suas próprias idéias e pensamentos, arrastam outros para o mundo da delusão. Que pena! Como os discípulos podem saber a diferença entre o certo e o errado?

Infelizmente, o verdadeiro Dharma de Buda ainda não se espalhou por este pequeno país, e mestres verdadeiros ainda terão que surgir. Se você deseja praticar o insuperável Caminho de Buda, terá que viajar longas distâncias até a China da Dinastia Sung, e encontrando um mestre refletir no verdadeiro Caminho. Ir além dos pensamentos, distanciando-se da mente deludida. Se você é incapaz de encontrar um verdadeiro mestre, é melhor não estudar Budismo.

Só é verdadeiro o mestre que penetra o Dharma Correto e recebe o selo de aprovação de um mestre genuíno. Não importa se é jovem ou não; experiente ou não. Para um mestre correto nem os estudos formais dos textos nem a compreensão intelectual são prioridade. Com capacidade além de qualquer limitação sua mente-coração livremente penetra os nós do bambu. Não fica apegado a idéias pessoais nem estagnado em sentimentos emocionais. Sabedoria e prática em perfeita harmonia. Essas são as características de um verdadeiro mestre.

## **6. O que você deve saber para a prática do Zen**

O estudo do Caminho através da prática de zazen é de vital importância. Não deve ser negligenciado. Na China há excelentes exemplos de antigos mestres Zen que deceparam seus braços ou dedos (13). Há muito tempo o Buda Xaquiamuni renunciou tanto ao seu lar quanto ao seu reino, outra preciosa evidência da prática do Caminho. Nos dias de hoje há quem afirme que os indivíduos necessitam apenas das práticas que podem ser realizadas facilmente. Essas são palavras muito equivocadas e, muito distantes do Caminho. Se você se dedica a uma coisa, exclusivamente, considerando isso uma forma de treinamento, qualquer coisa, até o ato de se deitar, pode ficar entediante. Se uma coisa fica entediante, tudo o mais fica tedioso. Você deve saber que aqueles que gostam das coisas fáceis, são, por isso mesmo, indignos da prática do Caminho.

Nosso grande mestre Xaquiamuni, só conseguiu alcançar o ensinamento que prevalece no mundo atual após se submeter a severo treinamento por incontáveis eons. Considerando-se quão dedicado foi o fundador do Budismo, podem os seus descendentes querer fazer menos do que ele? Aqueles que buscam o Caminho não devem procurar por uma prática fácil. Procedendo assim, vocês jamais serão capazes de alcançar o mundo verdadeiro da iluminação ou de encontrar a sala do tesouro. Até mesmo o mais talentoso dos antigos ancestrais afirmou que o Caminho é difícil de praticar. Você deveria se dar conta do quanto o Budismo é imenso e profundo. Se o Caminho fosse, originalmente, tão fácil de praticar e entender, esses primeiros e talentosos ancestrais não teria chamado a atenção, exaustivamente, para suas dificuldades. As pessoas de hoje, quando comparadas aos antigos ancestrais, não chegam nem a um único fio de cabelo em relação a um rebanho de nove vacas! Isto quer dizer que, mesmo se essas pessoas modernas, que não possuem nem habilidade nem sabedoria, se esforçassem ao extremo, a sua prática, imaginada como difícil, ainda assim seria incomparável aquela dos primeiros ancestrais.

Qual é o ensinamento tão facilmente entendido e praticado que as pessoas de hoje, ingenuamente, tanto apreciam? Não é nem um ensinamento secular nem Budista. É inferior até mesmo às práticas de Pãpiyas (demônios), do Rei Demônio, as práticas fora do Caminho e as dos dois veículos (14). Pode-se dizer que é a grande delusão dos homens e mulheres comuns. Embora eles imaginem ter escapado do mundo delusório, ficaram, ao contrário, meramente sujeitos à transmigração sem fim.

Quebrar os ossos e esmagar a medula para alcançar o Budismo são consideradas práticas difíceis. No entanto, é muito mais difícil, controlar a mente. Prolongadas austeridades e prática pura são difíceis, mas controlar as ações físicas individuais é o mais difícil de tudo.

---

**Jisui Zendo – Sanga Águas da Compaixão**

R. Elizário Goulart da Silva 93 – CEP 91040-430 – Porto Alegre, RS – tel: (51) 3085-7476

<http://aguasdacompaixao.wordpress.com/> / <http://youtube.com/user/aguasdacompaixao/>

e-mail: [aguasdacompaixao@gmail.com](mailto:aguasdacompaixao@gmail.com)

Se o esmagamento de ossos valesse alguma coisa, os muitos que enfrentaram esse treinamento no passado deviam ter alcançado a iluminação; mas de fato apenas alguns poucos conseguiram. Se as práticas de austeridade tivessem algum valor, os muitos que assim procederam desde os tempos antigos teriam se tornado iluminados, mas neste caso também, poucos o conseguiram. Tudo isso ocorre devido a grande dificuldade de harmonizar corpo e mente. No Budismo, a mente brilhante e a compreensão escolástica não são essenciais. Também não o são, a mente discriminatória, a vontade, a consciência, pensamento e percepção introspectiva. Para entrar no Caminho de Buda é preciso simplesmente harmonizar corpo e mente.

O velho Buda Xaquiamuni disse: “Kannon Bodhisatva gira o fluxo da percepção para o interior profundo da mente, abandonando o conhecimento e o reconhecimento” Aqui está o significado do que foi dito acima. As duas qualidades: de movimento e de não movimento não apareceram de forma nenhuma; esta é a verdadeira harmonia.

Se fosse possível penetrar o Caminho baseado em possuir uma mente brilhante e grande conhecimento, o culto Shên-Hsiu (15), teria sido, com certeza, capaz de fazê-lo. Se a origem modesta fosse obstáculo para penetrar o Caminho, como Hui-Neng (16), se tornou um dos ancestrais chineses? Estes exemplos mostram, claramente, que o processo de transmissão do caminho não depende nem de uma mente brilhante nem de amplos conhecimentos. Ao buscar o Dharma reflitam sobre si mesmos e treinem diligentemente.

Nem juventude nem idade avançada constituem obstáculos para entrar no Caminho. Chão-Chou (17) tinha mais de sessenta anos quando começou a praticar e ainda assim se tornou proeminente ancestral. A filha de Cheng (18), por outro lado, tinha apenas treze anos, mas já tinha alcançado uma profunda compreensão do Caminho, tanto que se tornou uma das mais preciosas aprendizes do seu mosteiro.

A grandeza do Dharma de Buda se revela de acordo com o esforço e a prática realizados.

Aqueles que se dedicarem apenas ao estudo dos sutras, assim como aqueles versados em estudos seculares, deveriam visitar um mosteiro Zen. Há muitos exemplos dos que assim o fizeram. Hui-ssü (19) do monte Nan-Yueh era um homem de muitos talentos e ainda assim se submeteu ao treinamento de Bodidarma. Hsüam-chüeh (20) do monte Yung-chia era o mais fino dos homens e, assim mesmo treinou com Ta-chien (Hui-nêng). O esclarecimento do Dharma e a realização do Caminho dependem da força adquirida com o treinamento sob a orientação de mestres Zen.

Ao visitar um mestre Zen em busca de instruções, ouça seus ensinamentos sem tentar adequá-los ao seu ponto de vista, caso contrário você não poderá entender o que ele está dizendo. Purifique seu corpo, mente, olhos e ouvidos e simplesmente ouça seu ensinamento, refutando qualquer outro pensamento. Unifique corpo e mente e receba o ensinamento do mestre como se a água estivesse sendo transferida de um vaso para outro. Se puder alcançar tal estado de corpo e mente, a verdade que o mestre ensina será a sua verdade.

Atualmente, há algumas pessoas tolas que se dedicam a decorar palavras e frases dos sutras e outras que se apegam àquilo que ouviram anteriormente. Agindo assim, tentam comparar o que aparentemente sabem com os ensinamentos de um mestre. Não fazem mais do que manter seus próprios pontos de vista e as palavras de pessoas antigas, ignorando assim as palavras do mestre. Há ainda outros, que atribuindo maior importância ao seu próprio pensar auto-centrado, abrem os sutras e memorizam uma ou duas palavras imaginando que isso seja o Dharma de Buda. Mais tarde, ao receber o ensinamento do Dharma de um mestre Zen iluminado, eles o consideram verdadeiro se coincidir com seus próprios pontos de vista, caso contrário os consideram falsos. Não sabendo como abandonar o ponto de vista equivocado, não podem retornar ao verdadeiro Caminho. São dignos de pena, pois ficam sujeitos à eterna delusão. Que lamentável!

Os praticantes devem entender que Buda está além do pensar, do analisar, do discriminar, da imaginação, da percepção e da compreensão intelectual. Se não fosse assim, como é que, mesmo tendo sido dotado dessas várias faculdades desde o nascimento, você ainda não entendeu o Caminho?

Presunção, discriminação, imaginação, intelecto, compreensão humana e assim por diante não tem nada a ver com o Budismo quando estudando o Zen. Muitos assim como crianças, brincam

### **Jisui Zendo – Sanga Águas da Compaixão**

R. Elizário Goulart da Silva 93 – CEP 91040-430 – Porto Alegre, RS – tel: (51) 3085-7476

<http://aguasdacompaixao.wordpress.com> / <http://youtube.com/user/aguasdacompaixao/>

e-mail: [aguasdacompaixao@gmail.com](mailto:aguasdacompaixao@gmail.com)

com estas coisas desde o nascimento, acordem para o Budismo agora. Acima de tudo evite presunção e discriminação: reflita sobre isto.

O caminho de penetrar o portal é conhecido apenas pelos mestres que obtiveram este Dharma. Não pode ser alcançado pelos que apenas estudam textos.

(Este texto foi escrito num dia claro e brilhante do terceiro mês do segundo ano de Tempuku \*)

\* Para alguns estudiosos 5 de abril de 1234, para outros 15o. dia do equinócio de primavera de 1234

## **7. A necessidade do treinamento Zen na prática do Dharma de Buda**

O Dharma de Buda é insuperável entre os vários caminhos. É por essa razão que muitas pessoas o seguem. Durante a vida do Tathagata havia apenas um ensinamento e um mestre. O Grande Mestre Xaquiamuni, sozinho, conduziu todos os seres com sua Suprema Sabedoria. A partir da transmissão do Olho Tesouro da Lei Verdadeira (Shobogenzo) ao Venerável Mahakasyapa (Makakasho), vinte e oito gerações na Índia, seis gerações na China e sucessivos ancestrais das Cinco Escolas do Zen (22) diretamente continuaram essa transmissão ininterrupta. Desde a era P'u-t'ung ( Jap. Ryokai, 520-526), no estado chinês de Liang, todos que se destacaram como pessoas de valor, tanto monges como nobres, sempre respeitaram e homenagearam o Dharma de Buda.

A verdadeira excelência (do verdadeiro Dharma) só pode ser amada por aqueles capazes de amar a excelência (do verdadeiro Dharma).

Não se deve amar os dragões como o fazia Yeh-kung (Jap. Sekko) (23). Em algumas áreas ao leste da China, uma rede estrutural de Budismo escolástico estendeu-se sobre os mares e as montanhas. Entretanto, apesar de se espalhar sobre as montanhas, não contém o coração das nuvens. Embora estendido sobre os mares seca o coração das ondas. Os tolos se identificam com esse tipo de ensinamento. Ficam tão fascinados como quem brincasse com um olho de peixe acreditando ter nas mãos uma pérola, ou cuidasse de uma pedra comum do monte Yan como se fosse uma jóia preciosa. Muitas pessoas se arruinaram, caindo na armadilha de demônios . Que lamentável!

Em localidades remotas, como essa, os ventos dos ensinamentos falsos sopram livremente sendo difícil divulgar o Verdadeiro Dharma.

Embora a China já tenha obtido refúgio no Verdadeiro Ensinamento de Buda, por que, então, ele não se difundiu em nossa terra ou na Coréia?

Na Coréia, pelo menos o nome do Verdadeiro Dharma pode ser ouvido. Em nosso país, até isso é impossível. Por que? A razão é que muitos dos professores do passado que viajavam á China aderiram à trama dos ensinamentos escolásticos que, embora tenha transmitido muitos textos Budistas, esqueceu-se da essência do Dharma de Buda. Qual o mérito disto? No final resulta em nada. E tudo porque eles não conhecem a essência do estudo do Caminho. Que lamentável! Desperdiçaram suas vidas num árduo trabalho infrutífero.

Ao entrar, pela primeira vez, o portal do Dharma e iniciar o estudo do Caminho, ouça, simplesmente, os ensinamentos de um mestre Zen e treine de acordo com as instruções recebidas. Há algo que você perceberá no devido tempo. Está escrito no Sutra: o Dharma gira o eu e o eu gira o Dharma. Quando o eu gira o Dharma, o eu fica forte e o Dharma, fraco. Quando o Dharma gira o eu o Dharma é forte e o eu, fraco. Esses dois aspectos do Dharma de Buda existem desde o princípio. Mas eles só têm sido conhecido por aqueles que receberam a transmissão autêntica. Sem um bom mestre é impossível, até mesmo, ouvir os nomes desses dois aspectos.

Quem desconhece esta entrada não pode nunca estudar o verdadeiro Dharma. Como poderiam diferenciar o certo do errado?

Aqueles que praticam o verdadeiro Zen se tornam o Caminho e naturalmente transmitem o significado desses opostos. É por isso que não há erros na transmissão. Outras escolas não fazem assim. É impossível compreender o verdadeiro Caminho sem praticar o Zen.

## **8. A conduta do monge Zen**

Desde o tempo do Buda, vinte e oito ancestrais da Índia, e os seis da China(24) transmitiram diretamente o verdadeiro Dharma, não acrescentando nada, nem mesmo um fio de

---

**Jisui Zendo – Sanga Águas da Compaixão**

R. Elizário Goulart da Silva 93 – CEP 91040-430 – Porto Alegre, RS – tel: (51) 3085-7476

<http://aguasdacompaixao.wordpress.com> / <http://youtube.com/user/aguasdacompaixao/>

e-mail: [aguasdacompaixao@gmail.com](mailto:aguasdacompaixao@gmail.com)



cabelo, nem permitindo que uma simples partícula de pó penetrasse o Darma. Com a transmissão da okesa para Daikan Eno (Hui-neng), o Budismo se espalhou pelo mundo e o tesouro do Verdadeiro Darma do Tathagata(25) atualmente floresce na China. É impossível perceber o que é o Darma Verdadeiro através da imaginação ou de pensamentos. Aqueles que penetram o Caminho abandonam as idéias sobre o mesmo e não se importam mais com a fama, pois transcendem a mente comum.

Daikan Eno (Hui-neng) perdeu sua face quanto treinava no Monte Obai (Huang-mei). Eka (Hui-ko) (26) mostrou a seriedade de suas intenções cortando fora o próprio braço em frente à caverna de Bodidarma, atingindo a medula e transformando a mente deludida em mente iluminada. Mais tarde, prostrou-se em frente a Bodidarma com profundo respeito.. Dessa forma ele alcançou a liberdade absoluta, vivenciando o não-corpo-não-mente, desapegado, ilimitado, em contínuo movimento.

Um monge perguntou à Joshu (Chão-chou) (27)), “ O cachorro tem natureza Buda?” (28) Joshu respondeu: “Mu” (29). Como que “Mu” pode ser medido se não há nada para pegar, apenas para abandonar? Sugiro que tente ir em frente! Faça a si mesmo essas perguntas: O que são corpo e mente? O que vem a ser conduta Zen? O que são nascimento e morte? O que é Budismo? Quais são as ocupações do mundo? E, o que são, essencialmente, montanhas, rios, terra, seres humanos, animais e casas?

Se continuarem estas perguntas, o movimento e a quietude, não aparecerão claramente. Entretanto, isto não significa inflexibilidade. Infelizmente, poucas pessoas o percebem e a maioria sofre delusões. Praticantes Zen, podem percebê-lo tendo treinado por algum tempo. Portanto, é minha sincera esperança que vocês não parem de treinar mesmo após terem se tornado completamente iluminados.

## **9. A necessidade de praticar de acordo com o Caminho**

Os praticantes Budistas deveriam primeiramente, determinar se sua prática está ou não direcionada para o Caminho. Xaquiamuni, que foi capaz de harmonizar e controlar seu corpo, fala e mente, sentou em zazen sob a arvore bodhi. Subitamente, ao ver a estrela da manhã, se tornou iluminado, realizando o Caminho Supremo, que está muito além daquele dos Sravakas e Pratyekabuddhas. A iluminação que Buda alcançou, através de seu próprio esforço, tem sido transmitida de Buda para Buda sem interrupção até os dias de hoje. Como então, aqueles que alcançaram a iluminação não se tornaram Budas? Andar em direção ao Caminho significa conhecer seu aspecto e sua grande extensão. O Caminho se encontra sob o pé de cada pessoa. Quando você se torna o Caminho você descobre que ele está exatamente onde você está, realizando assim a perfeita iluminação. Entretanto, caso sinta orgulho de sua iluminação, mesmo que ela seja muito profunda, ela não será nada mais que uma iluminação parcial. Estes são os elementos essenciais de estar direcionado para o Caminho.

Atualmente os praticantes desejam fortemente ver milagres, mesmo que não compreendam como o Caminho funciona. Quem entre eles não está cometendo erros? São como crianças que abandonando tanto o pai como a fortuna do pai e da mãe, fogem de casa. Apesar de terem um pai rico e serem filhos únicos, podendo algum dia herdar tudo, tornam-se mendigos, buscando fortuna em lugares distantes. Este é verdadeiramente o caso.

Estudar o Caminho é se tornar um com o Caminho, esquecer até mesmo qualquer traço de iluminação. Aquele que praticar o Caminho deve, em primeiro lugar, acreditar nele. Aqueles que crêem no Caminho devem acreditar que eles têm estado no Caminho desde o princípio, não sujeitos a nenhuma delusão, pensamentos ilusórios, idéias confusas, nem a aumento, decréscimo ou compreensão enganosas. Engendrando crenças como esta, esclareça o Caminho e conseqüentemente o pratique, está é a essência de estudar o Caminho.

O segundo método do treinamento Budista é eliminar a função da consciência discriminativa e afastar-se do caminho da compreensão intelectual. Este é o modo como os noviços devem ser guiados. A partir de então, eles serão capazes de abandonar corpo e mente, libertando-se das idéias dualísticas de delusão e iluminação.

### **Jisui Zendo – Sanga Águas da Compaixão**

R. Elizário Goulart da Silva 93 – CEP 91040-430 – Porto Alegre, RS – tel: (51) 3085-7476

<http://aguasdacompaixao.wordpress.com> / <http://youtube.com/user/aguasdacompaixao/>

e-mail: [aguasdacompaixao@gmail.com](mailto:aguasdacompaixao@gmail.com)

Em geral existem apenas uns poucos que acreditam estar no Caminho. Se você apenas acreditar que está verdadeiramente no Caminho, será naturalmente capaz de compreender como ele funciona, como também o verdadeiro significado de delusão e iluminação. Faça uma tentativa de eliminar a função da consciência discriminativa; e então, subitamente, você terá quase realizado o Caminho.

## 10. A realização Direta do Caminho

Existem duas maneiras de perceber o verdadeiro corpo-mente : uma é treinar com um mestre correto e seguir seus ensinamentos, a outra é fazer zazen diligentemente. Ao ouvir os ensinamentos a mente consciente é ativada, ao praticar apenas o puro zazen prática-iluminação se unem. Se negligenciar um dos dois não atingirá a essência do Caminho de Buda.

Todos tem corpo-mente, porém as atividades e aparências variam: liderando ou seguindo, com coragem ou com medo. Perceber Buda imediatamente com este corpo-mente é a realização direta do Caminho.

Não há necessidade de mudar este corpo-mente, pois a realização direta do Caminho simplesmente significa se tornar iluminado seguindo o treinamento de um verdadeiro mestre Zen.

Seguir um mestre é não estar atado a antigos pontos de vista nem criar novos, É apenas perceber o Caminho.

### NOTAS:

( 1) *Nascido em uma família de Brahman (ver “O Mérito de Se Torna Monge” ) nota 9: no sul da Índia no segundo ou terceiro século AD, tornou-se um dos principais filósofos do Budismo Mahayana, sendo considerado como o Décimo Quarto Ancestral na linhagem da transmissão do Darma. Ele defendia a teoria de que todos os fenômenos são relativos, não tendo uma existência independente.*

( 2) *No Budismo Mahayana se acredita que o fundador histórico do Budismo, Buda Xaquiamuni, atravessou inúmeras transmigrações antes de finalmente realizar a iluminação. Também se acredita que antes do Buda histórico tiveram milhares de pessoas que já tinham atingido o “Estado de Buda”, sendo um deles o Buda Pusya. Quando o Buda Xaquiamuni em uma de suas vidas anteriores encontrou este Buda, é dito que para mostrar seu respeito para Pusya, Xaquiamuni permaneceu com um pé levantado por sete dias e noites cantando um sutra.*

( 3) *Kimnara é um deus indiano da música. O kalavinka é um pássaro mítico indiano com uma bela voz.*

( 4) *Estas duas mulheres são consideradas entre as mais belas cortesãs da antiga China.*

( 5) *“Ensinamentos verdadeiros” refere-se propriamente aqueles do Saddharma-pundarika. Avatamsaka, e do Mahaparanirvana Sutra e “livros” incluem todos os outros ensinamentos.*

( 6) *Os ensinamentos esotéricos são encontrados nas escolas Shingon japonesa e Tendai, e refere-se a doutrinas e rituais com grande influências do hinduísmo, que se desenvolveram na Índia durante os séculos sete e oito. Estes ensinamentos, tendo propriedades mágicas, apenas podem ser revelados àqueles que foram devidamente iniciados. Os ensinamentos exotéricos se referem a todos os outros ensinamentos.*

( 7) *Pensava-se que todo o universo, em sua integridade, fosse constituído de um bilhão de mundos.*

( 8) *Em inglês insights. De acordo com o Novo Dicionário Aurélio: Compreensão repentina, em geral intuitiva, de suas próprias atitudes e comportamentos, de um problema, de uma situação.*

*Os outros três insights são: (1) que o corpo é impuro; (2) que a percepção conduz ao sofrimento; e (3) que a mente é impermanente.*

( 9) *Em inglês: “self”..*

(10) *A gota vermelha representa o óvulo da mãe e a branca o esperma do pai.*

(11) *A posição de que a iluminação vinha gradualmente como resultado de leituras de sutras e práticas acumuladas eram mantidas pela Escola Zen do Norte da China. Esta escola terminou e apenas a Escola Zen do Sul, que pregava a realização da iluminação súbita, permaneceu.*

(12) *Este é outro nome para Buda Xaquiamuni. Significa uma pessoa que alcançou o ir e vir do Tathagata, o que é, a realidade absoluta que transcende a multiplicidade de formas do mundo dos fenômenos.*

(13) *Cortar o braço se refere a Hui-Ko (481-593), o segundo ancestral Zen na China, que cortou seu braço na presença de Bodidarma no templo de Shao-Lin para mostrar o quanto era sincero seu desejo de treinar com aquele mestre. Cortar o dedo refere-se a um dos discípulos de Chu-chi que demonstrou o sentido do budismo para outras pessoas, apenas imitando o hábito de seu mestre de levantar o dedo. Um dia Chu-chi descobriu o que seu discípulo estava fazendo e cortou o dedo do discípulo para fazê-lo perceber a verdadeira natureza do budismo.*

---

### Jisui Zendo – Sanga Águas da Compaixão

R. Elizário Goulart da Silva 93 – CEP 91040-430 – Porto Alegre, RS – tel: (51) 3085-7476

<http://aguasdacompaixao.wordpress.com/> / <http://youtube.com/user/aguasdacompaixao/>

e-mail: [aguasdacompaixao@gmail.com](mailto:aguasdacompaixao@gmail.com)

(14) *Ensinamentos dos Sravakas e Pratyebuddhas. Sravakas eram pessoas que esforçavam-se para se tornar Arhat, isto é, aquele que alcançou a iluminação por si mesmo, mas não se preocupa em salvar os outros. Pratyekabuddhas são pessoas que alcançaram a iluminação através de estudos independente, sem a orientação de um mestre. Eles também não se preocupavam em salvar os outros.*

(15) *Viveu entre 606-712. O fundador da Escola Zen do Norte da China, foi líder dos discípulos de Hung-jen, (Konin em japonês) o Quinto Pratriarca. Sua compreensão do Caminho era altamente intelectual, o que o impedia de realizar a iluminação total.*

(16) *Viveu entre 637-712. Foi o sucessor de Hung-jen (Konin em japonês). Realizou a iluminação quando triturava arroz enquanto treinava no Monte Huang-mei.*

(17) *Viveu entre 778-897, foi sucessor de Nan-ch'uan, sendo famoso pelo koan "Chão-chou wu, relatado na página 10.*

(18) *Não se sabe mais nada a seu respeito.*

(19) *Viveu entre 514 ou 515 até 577. É considerado como o Segundo Ancestral da Escola Chinesa Tendai. Após ter treinado com o mestre Hui-weng, em 570 foi para o Monte Nan-yueh, onde mais tarde morreu. É famoso por ter escrito um número importante de livros sobre o budismo.*

(20) *Viveu entre 665-713, é famoso por ter escrito a "Canção da Iluminação" (Cheng-tao-ko).*

(21) *Superficialmente, a advertência imediatamente precedente de evitar "pensamento, discriminação e assim por diante, parece ser contraditada aqui. Entretanto, essas duas afirmações não estão realmente em conflito: para "pensamento, e assim por diante" que é para ser usada em última instância, está baseada como deve ser na prática real, não é o pensamento conceitual, e assim por diante, do anterior. Este é um dos pontos chaves da Soto Zen.*

(22) *As vinte e oito gerações na Índia se iniciam com o chefe dos discípulos de Xaquiamuni Buda, Mahakasyapa (Makakasho em japonês) e vai até Bodidarma.*

*As seis gerações na China se referem cronologicamente a Bodidarma, Hui-ko, Seng-tsan, Tao-hsin, Hung-jen e Hui-neng em japonês Bodaidaruma, Eka, Sosan, Doshin, Konin e Eno).*

*Os Ancestrais das Cinco Escolas Zen são Yun-men, Wei-yen, Tsào-tung, Lin-chi e Fa-yen (Escola Unmon, Escola Igen, Escola Soto, Escola Rinzai, e Escola Hogen).*

(23) *O legendário Yeh-kung gostava muito de esculturas e pinturas de dragões, algumas que ele mesmo fazia. Certa feita um dragão de verdade apareceu em sua sala e ele desmaiou de medo.*

(24) *As vinte e oito gerações na Índia começam com o chefe dos discípulos da Buda. Mahakasyapa (Makakasho em japonês) e vão até Bodidarma. As seis gerações na China são, em ordem cronológica, Bodidarma, Taiso Eka (Hui-ko), Kanchi Sôsan, Daii Dôshin, Daiman Kônin e Daikan Enô Seng-ts'na, Tão-hsin, Hung-jen e Hui-neng (em japonês: Bodaidaruma, Taiso Eka, Sosan, Doshin, Konin e Eno).*

(25) *Tathagata – um dos epítetos de Buda, literalmente "aquele que vem e vai do assim como é."*

(26) *Eka – 487 a 593 – Segundo Ancestral da China. Sucessor de Bodhidharma, o qual encontrou aos 40 anos de idade. Seis anos mais tarde recebeu a transmissão do Darma.*

(27) *Joshu Jushin – 778 a 897 – Discípulo de Nansen, tornou-se monge quando ainda era criança e é considerado um dos grandes mestres Zen, Um de seus casos mais famosos é o koan "Mu".*

(28) *Natureza Buda – O potencial para realizar iluminação, inato em todas as coisas. Literalmente, natureza iluminada.*

(29) *Mu – Literalmente uma negativa, em japonês. Corresponde ao "Wu" chinês.*

Capítulo 2 da Parte 2 do Livro *Zen Máster Dogen: An Introduction with Selected Writings* by Yoho Yokoi with Daizen Victoria  
Equipe responsável pela tradução:  
Bento, Flávio (Kakuho), Rita Moreira e Maria Helena  
Supervisão: Coen Sensei