

# PRECE DE TARA - LOUVOR ABREVIADO

*Lama Zopa Rinpoche*

**OM** chom den dema lha mo drol ma la chag tsel lo  
Chag tsel drol ma **TARE** pel mo  
**TUTTARA** yi jig kun sel ma  
**TURE** don nam tham che ter ma  
**SOHA** yi ker che la rab tu



**OM** eu me prosterno à deusa destruidora de inimigos,  
À senhora libertadora, Tara,  
Homenagem a **TARE**, salvadora, heroína,  
Que afasta todos os medos com **TUTTARE**,  
E concede todos os benefícios com **TURE**,  
À ela, com o som **SOHA**, eu me curvo.



Para que possam compreender o significado desta oração, poderíamos nos espelhar no seguinte:

**OM** contém os três sons: AH, O e UM, e significa as qualidades imensuráveis dos santos corpos, palavras e mentes dos seres iluminados. Segundo o tantra, os caminhos contidos no mantra **OM TARE TUTTARE TURE SOHA** leva ao estado onisciente da mente. Ao realizar estes caminhos em nossas mentes, purificamos nossos corpos, palavras e mentes impuros, transformando-os no santo corpo, palavra e mente vajra de Arya Tara. **OM** significa a meta e **TARE TUTTARE TURE** o caminho.

**TARE** (em tibetano: Drolma): A Mulher Libertadora. Normalmente Tara tem a conotação de nos libertar dos sofrimentos dos três reinos inferiores, os sofrimentos do samsara em geral e da prisão do nirvana, o estado de paz extasiante. Se obtivermos a libertação do samsara, mas simplesmente alcançarmos o estado de um Arhat e cairmos no estado de paz extasiante só para benefício próprio, vai demorar um tempo inacreditavelmente longo para escaparmos daquele estado e realizarmos o grande trabalho pelo bem dos seres sencientes. Comparada à motivação de alcançar o estado onisciente da mente para realizar grandes trabalhos em benefícios dos outros seres sencientes, a idéia de alcançar o nirvana só para si é extremamente limitada e equivocada porque representa a preocupação só pela nossa própria paz. Assim, Tara não nos liberta só da prisão do samsara, mas também nos liberta do estado de paz extasiante, levando-nos ao estado da mente onisciente. Este é o significado usual para o primeiro **TARA**: representa tudo que devemos nos libertar, o caminho da liberação - o método completo - e a meta até onde Tara nos leva, o estado da mente onisciente.

Mas, o significado de **TARE** aqui é explicado como sendo a libertação do samsara, indicando a primeira das Quatro Nobres Verdades, a Verdade do Sofrimento.

**TUTTURE** : eliminação dos medos. "Medos" é a tradução da palavra tibetana usada aqui - o principal medo eliminado é o das delusões (atitudes e emoções perturbadoras);

- o sofrimento do apego, que é como uma grande enchente;
- o sofrimento do ódio, que é como o fogo;
- o sofrimento da ignorância, que é como um elefante;
- o sofrimento da inveja, que é como uma cobra;
- o sofrimento do orgulho, que é como um leão;
- o sofrimento da avareza, que é como uma corrente;
- o sofrimento das visões errôneas, que é como um ladrão;
- o sofrimento da dúvida, que é como um espírito.

Assim, um exemplo é dado para cada delusão. Se tomarmos refúgio em Tara, recitando seu mantra e praticando o seu método, ela nos libertará não só dos sofrimentos internos das delusões mas também dos perigos externos como enchentes, incêndios e ladrões.

Então, TUTTARE significa que Tara nos liberta da verdadeira causa do sofrimento - karma e a mente indomada de onde surge o karma. Ao recitar isto, nossos medos são eliminados, o que mostra que Tara nos guia pelo verdadeiro caminho dos três veículos, segundo o nosso nível mental e o Dharma absoluto - o verdadeiro remédio para a causa do sofrimento.

**TURE**: Ela Que Concede Todo Sucesso. Aqui, sucesso se refere às metas daqueles nos três níveis - menor, intermediário e maior - de capacidade: os corpos de felizes transmigrantes, do estado de Arhat ou nirvana, e do estado da mente onisciente. Além disto, todo sucesso também se refere ao sucesso de todas as metas desta vida - negócios, outras atividades mundanas, encontrar as condições perfeitas para a prática do Dharma e alcançar as nossas metas de Dharma.

**SOHA**. Cada palavra do mantra - de OM até SOHA - desempenha as funções explicadas acima; cada uma trás benefícios incríveis. Assim, com a sílaba SOHA e tudo mais, rendemos homenagens:

SOHA: "Que as bênçãos de Tara, que estão contidas no mantra OM TARE TUTTURE se enraízem em nossos corações." Se quisermos colher frutos em nosso jardim, é lá que devemos plantar as raízes da árvore. De forma similar, se quisermos alcançar o estado da mente onisciente, devemos plantar a raiz do caminho completo, que está contido no mantra OM TARE TUTTURE TURE SOHA, em nossos corações.

Ao rezar a Tara e recitar o seu mantra recebemos as suas bênçãos; como SOHA indica, pelas bênçãos de Tara entrando em nossos corações, somos capazes de gerar o caminho inteiro até o estado da mente onisciente. Ao gerar o caminho -método e sabedoria- em nossas mentes, nossos corpo, palavra e mente são purificados e transformados no santo corpo, palavra e mente vajra de Tara.

## **A Visualização**

Ao recitar esta prece, visualize que raios de luzes com néctar escorrendo pelos raios - semelhantes a gotas de chuva escorrendo por um fio- se emanam do ponto onde os dedos polegar esquerdo e anular de Tara se tocam. Estes raios chegam até você e todos os outros seres sencientes. À sua frente, visualize as pessoas de quem você não gosta ou que não gostam de você. Os raios e néctares fluem constantemente, purificando os impedimentos para a prática do Dharma e os dois obscurecimentos, seus e de todos os seres sencientes.

Lembre-se também de todos aqueles, com problemas específicos, e por quem você está rezando a Tara.

Os raios e néctares fluem até todos os seres sencientes: naraks (seres nos infernos), pretas (fantasmas famintos), animais, humanos, asuras, devas, seres do estado intermediário, arhats e bodhisattvas. No meio de qualquer sofrimento que eles estejam experimentando – você pode visualizar, por exemplo, humanos em guerra, ou cheios de raiva, orgulho e inveja – raios e néctares entram em seus corpos e mentes, pacificando-os inteiramente de todas as suas verdadeiras causas de sofrimentos. Todos os seres sencientes se tornam totalmente liberados. Recite a prece com esta meditação.

Você pode também visualizar a pessoa por quem esteja rezando, você próprio, e todos os demais seres sencientes sob a mão esquerda de Tara, que está no mudra de conceder refúgio, totalmente cobertos e protegidos por ela.

Pense repetidas vezes, com profunda convicção, que Tara aceitou o seu pedido e atendeu às suas preces. Você pode recitar um rosário da prece com a meditação de purificação, e outro quando você e todos os seres se tornam unos com Tara. Com cada prece, uma Tara idêntica se emana da Tara principal que você está visualizando e se dissolve em você e em todos os outros seres. Você se torna uno com o santo corpo, palavra e mente de Tara.