



Centro Shiwa Lha de
Estudo do Budismo Tibetano

Sutra do coração da perfeição da sabedoria

Título extraído de: Orações budistas essenciais, vol. 1
Originalmente publicado por: Edições Mahayana

Fundação para a Preservação da Tradição Mahayana (FPMT)
Shiwa Lha, Centro de Estudo do Budismo Tibetano,
Rio de Janeiro, RJ
www.shiwalha.org.br/

Todos os direitos reservados. A reprodução de qualquer parte deste livreto por meios eletrônicos ou mecânicos, inclusive fotocópia, gravação ou qualquer sistema ou tecnologia de gravação e recuperação de informações já conhecidas ou desenvolvidas no futuro, sem permissão prévia por escrito do editor, é proibida. Há direitos autorais.



Sutra do coração da perfeição da sabedoria

Pag Pa kön chog sum la chag tsäl lo

Eu me prosterno às Três Joias Arya.

Di kä Dag gi tö Pa Dü chig na / chom Dän Dä gyäl Pöi khab ja gö Pung Pöi ri la / ge
long gi ge Dün chen Po Dang / jang chub sem Päi ge Dün chen Po Dang tab chig tu shug
te.

***Assim eu ouvi em certa ocasião: o Bhagavan encontrava-se
em Rajagriha, na montanha chamada Pico dos Abutres,
acompanhado de uma grande assembleia de monges e
bodhisattvas.***

Dei tse chom Dän Dä sab mo nang wa she ja wäi chö kyi nam Drang kyi ting nge Dsin la
ñom Par shug so / Yang Dei tse jang chub sem Pa sem Pa chen Po Pag Pa chän rä sig
wang chug / she rab kyi Pa röl tu chin Pa sab möi chö Pa ñi la nam Par ta shing / Pung
Po nga Po De Dag la yang rang shin gyi tong Par nam Par ta o

***Naquela ocasião, o Bhagavan estava absorto na
concentração sobre as categorias de fenômenos chamada
“percepção do profundo”. Ao mesmo tempo, o arya
Avalokiteshvara, o bodhisattva mahasattva, contemplava a
prática da profunda perfeição da sabedoria e apreendia
também a vacuidade que é inerente aos cinco agregados.***

De nä sang gyä kyi tü tse Dang Dän Pa sha ri bü jang chub sem Pa sem Pa chen Po Pag
Pa chän rä sig wang chug la Di kä che mä so

/ rig kyi bu / gang la la she rab kyi Pa rol tu chin Pa sab möi chö Pa chä Par Dö Pa De ji
tar lab Par ja / De kä che mä Pa Dang / jang chub sem Pa sem Pa chen Po Pag Pa chän
rä sig wang chug gi tse Dang Dän Pa sha ra Dva ti bu la Di kä che mä so

***Então, pelo poder do Buda, o venerável Shariputra
perguntou ao arya Avalokiteshvara, o bodhisattva
mahasattva:***

***— Como deve treinar-se um filho de boa linhagem que
deseja praticar a profunda perfeição da sabedoria? Assim ele
disse, e o arya Avalokiteshvara, o bodhisattva mahasattva,
respondeu ao venerável Shariputra com estas palavras:***

Sha ri bu / rig kyi bu am rig kyi bu mo gang la la she rab kyi Pa röl tu chin Pa sab möi
chö Pa chä Par Dö Pa De / Di tar nam Par ta war ja te / Pung Po nga Po De Dag kyang
/ rang shin gyi tong Par nam Par yang Dag Par je su ta o / Sug tong Pa o / tong Pa ñi
sug so / sug lä tong Pa ñi shän ma yin / tong Pa ñi lä kyang sug shän ma yin no

***— Shariputra, qualquer filho ou filha de nobre linhagem
que queira praticar a profunda perfeição da sabedoria deve
contemplá-la assim: considerando repetida e corretamente
estes cinco agregados como também vazios de existência
inerente.***

***A forma é vacuidade. A vacuidade é forma. A vacuidade
nada mais é do que a forma, a forma nada mais é do que a
vacuidade.***

De shin Du tsor wa Dang / Du she Dang / Du je Dang / nam Par she Pa nam tong Pa o
/ Sha ri bu / De tar chö tam chä tong Pa ñi De / tsän ñi me Pa / ma kye Pa / ma gag
Pa / Dri ma me Pa / Dri ma Dang Dräl wa me Pa / Dri wa me Pa / gang wa me Pa o /
Sha ri bu / De ta wä na tong Pa ñi la sug me / tsor wa me / Du she me / Du je nam
me / nam Par she Pa me / mig me / na wa me / na me / che me / lü me
/ yi me / sug me / Dra me / Dri me ro me / reg ja me / chö me Do /
mig gi kham me Pa nä yi kyi kham me / yi kyi nam Par she Päi kham kyi bar Du
yang me Do / ma rig Pa me / ma rig Pa sä Pa me Pa nä /



Centro Shiwa Lha de
Estudo do Budismo Tibetano

De shin Du Dug ngäl wa Dang / kün jung wa Dang / gog Pa Dang lam me / ga shi me
/ ga shi sä Päi bar Du yang me Do / ye she me / tob Pa me / ma tob Pa yang me Do

Do mesmo modo, a sensação, a discriminação, os fatores de composição e a consciência são vazios. Shariputra, igualmente, todos os fenômenos são vazios e não têm características que os diferenciem; não são produzidos nem cessam; não são impuros nem livres de impurezas, não diminuem nem aumentam.

Portanto, Shariputra, na vacuidade não há forma, nem sensação, nem discriminação, nem fatores de composição, nem consciência.

Não há olho, ouvido, nariz, língua, corpo ou mente.

Não existe forma visível, nem som, nem cheiro, nem paladar, nem objeto tátil, nem fenômeno.

Não há o elemento do olho, também não há o elemento da mente nem o elemento da consciência mental.

Não há ignorância, nem extinção da ignorância etc., como também não há envelhecimento nem morte, nem extinção do envelhecimento ou da morte.

De qualquer modo, não existe o sofrimento, nem a sua origem, nem a sua cessação, nem o caminho, nem a sabedoria suprema, nem a realização, nem o fracasso.

Sha ri bu De ta wä na / jang chub sem Pa nam tob Pa me Päi chir she rab kyi Pa röl tu
chin Pa la ten ching nä te / sem la Drib Pa me Päi trag Pa me De / chin chi log lä shin tu
Dä nä / ña ngän lä Dä Päi tar chin to / Dü sum Du nam Par shug Päi sang gyä tam chä
kyang she rab kyi Pa röl tu chin Pa la ten nä / la na me Pa yang Dag Par Dsog Päi jang
chub tu ngön Par Dsög Par sang gyä so

Assim, Shariputra, como não existe realização, os bodhisattvas confiam na perfeição da sabedoria, a mente sem obscurecimento ou medo, na qual permanecem e transcendem todas as visões errôneas para finalmente

alcançar o Nirvana. Também, todos os buddhas dos três tempos, de modo manifesto e completo, despertam para a suprema e insuperável iluminação, baseando-se na perfeição da sabedoria.

De ta wä na / she rab kyi Pa röl tu chin Päi ngag / rig Pa chen Pöi ngag / la na me
Päi ngag / mi ñam Pa Dang ñam Päi ngag / Dug ngäl tam chä rab tu shi war je Päi
ngag / mi Dsün Pā na Den Par she Par ja te / she rab kyi Pa röl tu chin Päi ngag mā Pa

Por isso, o mantra da perfeição da sabedoria, o mantra do grande conhecimento, o mantra igual ao inigualável, o mantra que pacifica por completo todo o sofrimento, como não é falso, deve ser reconhecido como verdadeiro. O mantra da perfeição da sabedoria é proclamado:

TADYATHA [OM] GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI
SVAHA

Sha ri bu / jang chub sem Pa sem Pa chen Pö De tar she rab kyi Pa röl tu chin Pa sab
mo la lab Par ja o

Assim, Shariputra, um bodhisattva mahasattva deve dedicar-se à perfeição da sabedoria.

De nä chom Dän Dä ting nge Dsin De lä sheng te jang chub sem Pa sem Pa chen Po Pag
Pa chän rä sig wang chug la leg so she ja wa jin nä / leg so leg so rig kyi bu De De shin
no / rig kyi bu De De shin te / ji tar khyö kyi tän Pa De shin Du / she rab kyi Pa röl tu
chin Pa sab mo la chä Par ja te / De shin sheg Pa nam kyang je su yi rang ngo

Nesse momento, o Bhagavan emergiu da concentração e louvou o aya Avalokiteshvara, o bodhisattva mahasattva, com estas palavras:

—Muito bem, filho da linhagem, é assim mesmo. É assim como você revelou. A profunda perfeição da sabedoria deve ser praticada como você indicou, e os tathagatas também se regozijarão.



Centro Shiwa Lha de Estudo do Budismo Tibetano

Chom Dän Dä kyi De kā che ka tsäl nä / tse Dang Dän Pa sha ra Dva ti bu Dang /
jang chub sem Pa sem Pa chen Po Pag Pa chän rä sig

wang chug Dang tam / chä Dang Dän Päi khor De Dag Dang / la Dang / mi Dang / la
ma yin Dang / Dri sar chä Päi jig ten yi rang te chom Dän Dä kyi sung Pa la ngön Par tö
Do chom Dän Dä kyi sung Pa la ngön Par tö Do

Depois que o Bhagavan assim o disse, o venerável Shariputra, o arya Avalokiteshvara, o bodhisattva mahasattva e toda a assembleia de discípulos, juntamente com os seres mundanos, deuses, humanos, semideuses e espíritos encheram-se de júbilo e louvaram as palavras do Bhagavan.

Assim termina o Sutra da Perfeição da Sabedoria.

Eliminação extensa de obstáculos

(De acordo com o *Sutra do Coração*)

Eu e todos os seres ao meu redor buscamos refúgio no Buddha, buscamos refúgio no Dharma, buscamos refúgio na Sangha.

Prostramo-nos diante da Grande Mãe Prajnaparamita — a sabedoria que foi além — cercada de todos os seus filhos e assembleias de buddhas e bodhisattvas das dez direções.

Por termos nos prostrado a todos vocês, que estas palavras de verdade se tornem realidade.

No passado, Indra, rei dos devas, refletiu sobre o profundo significado da sabedoria que foi além e recitou diariamente estas profundas palavras, graças às quais os maras, os seres malignos, foram expulsos.

Do mesmo modo, também eu reflito sobre o profundo significado da Grande Mãe Prajnaparamita e recito diariamente estas profundas palavras.

Doenças, possessões de espíritos, más condições, lideranças negativas; o que acontece devido ao carma do passado e às condições imediatas:

Que tudo isso seja extinto! (*Bater palma uma vez*)

Que tudo isso desapareça! (*Bater palma uma vez*)

Que tudo seja apaziguado! (*Bater mais uma palma*)



Oração à dakini Rosto de Leão

Ga la chö Päi nä chog Dam Pa na

Eu me prosterno com os três chacras diante da assembleia de dakinis

Ngön she Dsü trül nga wäi tu tab chän

que permanece no ioga sagrado de usar o espaço.

Drub Pa Po la ma yel bu shin sig

Por seus poderes de clarividência e emanção mágica,

Nä sum ka Dröi tso la chag tsäl lo

Cuidem dos praticantes como uma mãe a seu filho.

AH KA SA MA RA / TSA SHA DA RA / SA MA RA YA PHAT (x21)

TADYATHA OM GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA

Pag Pa kön chog sum gyi käi Den Päi tob kyi chir

Pelos ensinamentos das Três Joias supremas que possuem o poder da verdade,

log Par gyur chig (1 palmada) me Par gyur chig (1 palmada) shi war gyur chig (1

palmada) Dra geg Par chä mi tün Päi chog ngän Pa tam chä SHINTIM KURU

YE SVAHA

que os obstáculos internos e externos sejam transformados

(Bater palma uma vez)

Que se dissipem (Bater palma uma vez),

Que se apaziguem (Bater palma uma vez).

SHINTIM KURU YE SVAHA

Geg rig tong trag gyä chu shi wa Dang

Que todas as forças negativas opostas ao dharma sejam completamente pacificadas;

mi tün nö Päi kyion Dang Dräl wa Dang

que a imensidão dos oitenta mil obstáculos seja aplacada;

tün Par Drub ching Pün sum tsog gyur Pãi

que estejamos livres dos problemas,

que possamos desfrutar de condições favoráveis à prática,

tra shi De kyang Deng Dir De lig shog

e que haja felicidade e auspício perfeitos aqui e agora.



Cuidado com os livros do dharma

No budismo, considera-se que os livros do dharma, porque contêm os ensinamentos de Buddha, têm o poder de proteger contra o renascimento nos reinos inferiores e de mostrar o caminho para a liberação. Portanto, devem ser tratados com respeito. Mantenha-os fora do chão e de lugares nos quais as pessoas se sentam ou caminham. Nunca passe por cima de livros e orações do dharma. Os livros e orações devem estar cobertos ou protegidos quando transportados e devem ser armazenados em local alto e limpo, separados de outros materiais mundanos. Nenhum outro objeto deve ser colocado sobre livros e materiais do dharma. Considera-se que é uma forma inadequada e um carma negativo molhar os dedos para virar as páginas. Se for necessário descartar materiais escritos do dharma, estes devem ser queimados em vez de jogados fora. Enquanto os textos de dharma são queimados, fomos ensinados a primeiro recitar uma oração ou um mantra, como OM AH HUM. Em seguida, é visualiza-se que os textos dos livros sendo queimados são absorvidos no AH e que o AH é absorvido em si mesmo, transmitindo sua sabedoria ao nosso contínuo mental. Em seguida, enquanto recitamos OM AH HUM é permitido queimar os livros.

Em particular, Lama Zopa Rinpoche recomenda não queimar fotos ou imagens de seres, divindades ou qualquer outro objeto sagrado, mas colocá-los com respeito em uma estupa, em uma árvore ou outro lugar limpo e elevado. Se possível, em uma estrutura pequena, como uma casinha de passarinho que é lacrada posteriormente. Dessa forma, a imagem sagrada não terminará no chão.

