

# Descobrimo o Budismo

## Visão Geral dos Estágios do Caminho para a Iluminação com os módulos do DB

### Instruções Preliminares

- A natureza da mente e o seu potencial para a iluminação (MÓDULO 1)
- A forma de meditar sobre os estágios do caminho (MÓDULO 2)

## OS ESTÁGIOS DO CAMINHO PARA A ILUMINAÇÃO (MÓDULO 3)

### Os Fundamentos do Caminho

- Confiança em um professor espiritual qualificado (MÓDULO 4)
- Reconhecendo e apreciando o oportuno e afortunado Nascimento humano

### 1. O ESCOPO PEQUENO: Os Estágios do Caminho de uma Pessoa de Capacidade Pequena

- Relembrando a morte e a impermanência (MÓDULO 5)
- Contemplando os vários sofrimentos dos estados desafortunados
- Tomando refúgio nas Três Joias (MÓDULO 7)
- Gerando confiança na lei de causa e efeito (MODULO 6)

**MOTIVAÇÃO:** Alcançar estados afortunados e evitar estados desafortunados

[Estabelecendo uma Prática Diária - MÓDULO 8]

### 2. O ESCOPO INTERMEDIÁRIO: Os Estágios do Caminho de uma Pessoa de Capacidade Mediana

- Contemplando os vários sofrimentos dos estados afortunados
- Refletindo sobre o processo da existência cíclica (*samsara*) (MÓDULO 9)
  - Através do exame de suas origens nas delusões
  - Através do entendimento dos doze [elos] da originação dependente

**MOTIVAÇÃO:** Alcançar a liberação individual do sofrimento (*nirvana*)

### 3. O ESCOPO MAIOR: Os Estágios do Caminho de uma Pessoa de Grande Capacidade

- Gerando a mente da iluminação, *bodhichitta* (MÓDULOS 10 & 11)
  - Através do método sétuplo da causa e efeito
  - Através do método da equalização e da troca do eu pelos outros
- Realizando as ações do *bodhisattva*
  - Praticando as seis perfeições
    - A perfeição da generosidade
    - A perfeição da disciplina ética
    - A perfeição da paciência
    - A perfeição da perseverança entusiasmada
    - A perfeição da concentração
    - A perfeição da sabedoria (MÓDULO 12)

# Descobrimo o Budismo

- ii. Realizando os quatro meios de reunir discípuos
- c. Iniciando o caminho do *tantra* (MÓDULO 13)

**MOTIVAÇÃO:** Alcançar a iluminação completa e plena para o bem-estar de todos os seres sencientes (Budeidade)