

# Os Estágios da Prática no Caminho da Grande Perfeição

6 de Janeiro de 2024

B. Alan Wallace

## Vídeos traduzidos:

Parte 1 - <https://youtu.be/KPeVdLHy974?si=P8AraDyeig-N60Ds>

Parte 2 - [https://youtu.be/c8\\_L4cQbqHU?si=ckeTlzgYYJ\\_RbJEv](https://youtu.be/c8_L4cQbqHU?si=ckeTlzgYYJ_RbJEv)

### *I. Cultivate conative intelligence by arousing a spirit of emergence and bodhicitta*

*The liturgy for taking the bodhisattva vows to be recited three times as taught by His Holiness on Dec. 29, 2022:*

*"I take refuge in the Three Jewels.  
I disclose each and every misdeed.  
I rejoice in the virtues of living beings.  
I bear in mind the enlightenment of the Buddha.  
In the Buddha, Dharma, and Supreme Community  
I take refuge until enlightenment.  
In order to perfectly achieve my own and others' welfare,  
I shall generate bodhicitta.  
Having generated supreme bodhicitta,  
I will invite all sentient beings as my guests  
And engage in the supreme, exquisite conduct of the bodhisattvas.  
May I achieve Buddhahood for the benefit of sentient beings."  
For as long as space remains,  
For as long as living beings remain,  
So long may I remain  
To dispel the suffering of the world."*

### **I. Cultivar a inteligência conativa fazendo surgir o espírito do emergir e a bodhicitta**

"Eu tomo refúgio nas Três Joias.  
Eu declaro toda e qualquer ação errônea.  
Regozijo-me com as virtudes dos seres vivos.  
Mantenho em mente a iluminação do Buddha.  
No Buddha, no Dharma e na Comunidade Suprema  
Tomo refúgio até a iluminação.  
A fim de alcançar com perfeição meu próprio bem-estar e o dos outros,  
devo gerar bodhicitta.  
Tendo gerado a bodhicitta suprema,  
Chamarei todos os seres sencientes como meus convidados  
E me engajarei na conduta suprema e primorosa dos bodhisattvas.  
Possa eu alcançar o estado de Buda para o benefício dos seres sencientes".  
Enquanto o espaço permanecer,  
Enquanto os seres vivos permanecerem,  
Que eu possa também permanecer  
Para dissipar o sofrimento do mundo.

## *II. Cultivate ethical intelligence by adopting the bodhisattva way of life, guarded by the bodhisattva vows*

- *Following the bodhisattva way of life:*
  - *Cultivating the six transcendences, on the basis of guarding the bodhisattva precepts; dedicating one's merits for future rebirths as a human being with leisure and opportunities for practicing Dharma*
  - *Cultivating the four causes for rebirth in Sukhāvātī*
    - *The first cause: Keep in mind the outer aspect of Sukhāvātī.*
    - *The second cause: Gather the accumulations of merit and knowledge and purifying obscurations with the Seven-Branch Devotion.*
    - *The third cause: Cultivate bodhicitta.*
    - *The fourth cause: Dedicate your merit by praying to be born in Sukhāvātī.*

## II. Cultivar a inteligência ética adotando o estilo de vida do bodhisattva, protegido pelos votos de bodhisattva

- Seguir o modo de vida do bodhisattva:
  - Cultivar as seis transcendências, com base na observância dos preceitos do bodhisattva; dedicar seus méritos para futuros renascimentos como um ser humano com tempo livre e oportunidades para a prática do Dharma
  - Cultivar as quatro causas do renascimento em Sukhāvātī
    - A primeira causa: Manter em mente o aspecto externo de Sukhāvātī.
    - A segunda causa: Reunir as acumulações de mérito e conhecimento e purificar os obscurecimentos com a Prece de Devoção de Sete Ramos.
    - A terceira causa: Cultivar a bodhicitta.
    - A quarta causa: Dedicar seu mérito rezando para nascer em Sukhāvātī.