

A CANÇÃO DO ZAZEN — CAMINHO DA MENTE DESPERTA

Natureza de Buda

Todo ser senciente, tal como é, já é essencialmente um buda. A imagem empregada é a da água e do gelo — são uma só coisa; sem a água, o gelo não pode existir. Do mesmo modo, sem os seres sencientes não podem existir budas. A natureza desperta não é algo a ser adquirido de fora, mas a própria substância daquilo que já somos. O erro fundamental é não saber que já somos budas e, por ignorar quão próxima está a verdade, buscá-la longe e fora de nós. É como alguém que está dentro da água e chora de sede, ou como o filho de um pai rico que vagueia desnorteado na miséria como um mendigo.

- A iluminação é reconhecimento, não aquisição
- A distância entre o buscador e o despertar é apenas a ignorância de si mesmo
- Água e gelo: a mesma substância em estados diferentes

Pesquisa Teosófica: No livro A Doutrina Secreta Vol. 3, Helena Blavatsky registra que o ensinamento do coração aponta diretamente para a natureza desperta e estabelece o ramo esotérico como a tradição do coração de Buda. A tradição teosófica sempre insistiu que a centelha divina é a substância mesma do homem, não um dom estrangeiro que se recebe de

fora.

Dica de Aprofundamento: A dica de aprofundamento é estudar, na Doutrina Secreta, os capítulos sobre a Mônada e o raio divino que habita todo ser, comparando-os com a doutrina budista da natureza de Buda.

A Prática do Zazen

Quanto à prática do zazen, não há palavras suficientes para enaltece-la. A observação dos preceitos, o arrependimento, a generosidade, a devoção, as boas ações e todas as outras formas de treinamento surgem através da prática do zazen. Aquele que realiza uma única sessão elimina incontáveis acúmulos de enganos e, ao perceber-se livre do mau caminho, encontra a terra pura aqui e agora. O zazen é descrito como a raiz de onde brotam todas as virtudes, e não como um exercício entre outros.

- O zazen é a fonte de todas as demais práticas
- Uma única sessão dissolve incontáveis enganos

acumulados

- A terra pura não está em outro lugar, mas no aqui e agora

Pesquisa Teosófica: No livro Conversas sobre a Senda do Ocultismo Vol. 1, Annie Besant e Charles Leadbeater ensinam que as pessoas às vezes falam sobre passar para samadhi, e algumas, que gostam do sânscrito rebuscado, falam em entrar em samadhi quando meditam. A tradição teosófica vê na meditação o instrumento pelo qual a consciência se recolhe

interiormente e se concentra, preparando o terreno para estados mais altos de união.

Dica de Aprofundamento: A dica de aprofundamento é comparar a disciplina do zazen descrita nos textos do budismo zen com as instruções de concentração interior apresentadas nas obras de Annie Besant e Charles Leadbeater sobre a vida espiritual.

A Ignorância Criada por Nós Mesmos

A razão pela qual vagamos através dos seis reinos é que estamos perdidos na escuridão da ignorância que nós mesmos criamos. De caminho escuro em caminho escuro, ficamos cada vez mais desorientados, e a pergunta que se levanta é quando seremos capazes de escapar do ciclo de nascimento e morte. A ignorância não é uma fatalidade imposta de fora, mas algo que a própria mente tece e perpetua a cada escolha equivocada.

- A ignorância é auto-criada, não imposta externamente
- Cada passo em falso aprofunda o desnorteameto
- Os seis reinos são o campo onde a ilusão se desenrola

Pesquisa Teosófica: No livro Os Mestres e a Senda, Charles Leadbeater escreve que não há treva exceto aquela que é criada pela ignorância e pela ilusão. A Sabedoria Perene vê a ignorância não como um destino, mas como uma sombra que se dissipa à medida que a luz da compreensão aumenta.

Dica de Aprofundamento: A dica de aprofundamento é refletir sobre a doutrina da ignorância na tradição vedantina, especialmente no Vivekachudamani, e compará-la com a

concepção de escuridão auto-criada apresentada na literatura teosófica.

O Ciclo de Nascimento e Morte

A canção pergunta quando seremos capazes de escapar do ciclo de nascimento e morte. Esse ciclo, movido pela ignorância, mantém a consciência girando por estados de existência sucessivos, sem que ela reconheça a sua própria natureza. A libertação do ciclo não é alcançada por fuga, mas pelo reconhecimento direto daquilo que nunca nasceu nem morreu.

Pesquisa Teosófica: No livro Vivekachudamani, Śaṅkara ensina que pelo contato com a ignorância, aquele que é o Ser Supremo se encontra ligado ao não-Ser e daí procede o ciclo de nascimento e morte. No livro A Sabedoria Antiga, Annie Besant registra que o ser humano é visto percorrer o ciclo de nascimento e morte nos três mundos, cada mundo lhe rendendo a sua colheita e oferecendo-lhe oportunidades de progresso.

Dica de Aprofundamento: A dica de aprofundamento é estudar no livro A Sabedoria Antiga de Annie Besant o percurso da consciência pelos três mundos e as colheitas que cada um oferece.

O Samadhi — O Espaço Sem Fim

Quão vasto e amplo é o espaço sem fim do samadhi, onde todas as sabedorias resplandecem como a lua cheia. Neste momento,

o que mais precisamos buscar? Com a mente em paz, mesmo neste mundo de ilusões percebemos que este mundo, tal como ele é, já é a terra pura do lótus. O samadhi é apresentado como a plenitude em que todas as sabedorias brilham juntas, e não como uma fuga do mundo.

- O samadhi é descrito como espaço vasto e ilimitado
- Nele todas as sabedorias resplandecem
- A partir dele nada mais precisa ser buscado

Pesquisa Teosófica: No livro Escritos Diversos, Annie Besant registra que yoga é samadhi, e explica que é o poder de se retirar de tudo o que você conhece como corpo e de se concentrar interiormente. No livro Raja Yoga, Swami Vivekananda ensina que pela restrição mesmo dessa impressão que obstrui todas as outras impressões, estando todas restringidas, surge o samadhi sem semente.

Dica de Aprofundamento: A dica de aprofundamento é comparar o samadhi sem semente descrito por Swami Vivekananda no Raja Yoga com a descrição do espaço sem fim do samadhi cantada na tradição zen.

Mesmo neste mundo de ilusões, percebemos que este mundo, tal como ele é, já é a terra pura do lótus. E este corpo, mesmo com todas as suas ilusões, nada mais é que o próprio Buda. A doutrina não separa o sagrado do cotidiano — o mundo fenomênico, quando visto com a mente em paz, revela-se como a própria terra pura. Não há necessidade de partir para outro lugar para encontrar o que já está presente.

- O mundo ilusório, visto com mente em paz, é a terra pura
- O corpo com suas ilusões é o próprio Buda
- Nada precisa ser buscado fora do presente

Pesquisa Teosófica: No livro Os Primeiros Ensinos dos Mestres 1881-1883, C. Jinarajadasa registra que nenhuma tristeza ou dor existe para aqueles que ali nascem no Rupa Loka de Devachan, pois esta é a terra pura. No livro As Cartas dos Mahatmas, o mesmo ensinamento aparece, afirmando que a terra pura é o estado de Rupa Loka do Deva-Chan, onde a tristeza e a dor não alcançam quem ali chega.

Dica de Aprofundamento: A dica de aprofundamento é estudar nos Primeiros Ensinos dos Mestres a relação entre a terra pura e o estado de Devachan, comparando-a com a visão zen de que a terra pura já se manifesta aqui e agora.

Ir e Vir Sem Sair de Casa

Na verdade absoluta, não há forma permanente. Agora a nossa forma é a não forma. Mesmo em nosso ir e vir, nós nunca saímos de casa, permanecemos livres e sossegados. Agora o nosso pensamento é o não pensamento. Essa passagem aponta para um estado em que a atividade do mundo não subtrai a quietude interior — o movimento e o repouso deixam de ser opostos, e a consciência repousa firme mesmo em meio à agitação.

- Na verdade absoluta não há forma permanente
- A forma manifesta é a não forma

- O ir e vir do mundo ocorre sem que se saia de casa

Pesquisa Teosófica: No livro *A Vida Espiritual Vol. II*, Annie Besant ensina que à medida que sua evolução prossegue, o ser humano gradualmente descobre que esses centros físicos, astrais e mentais são seus instrumentos, e não ele mesmo; ele os vê como partes do não-Eu que ele temporariamente atraiu para união consigo mesmo. No livro *Alguns Problemas da Vida*, Annie Besant repete o mesmo ensinamento, escrevendo que o homem se afasta deles, reconhecendo-os e usando-os como as ferramentas que são.

Dica de Aprofundamento: A dica de aprofundamento é refletir sobre a distinção entre o Eu e o não Eu apresentada por Annie Besant em *A Vida Espiritual Vol. II*, relacionando-a com a noção zen de que o ir e vir nunca retira o praticante de sua própria casa interior.

Não Pensamento, Voz do Dharma

Agora o nosso pensamento é o não pensamento. Cantando ou dançando, somos a voz do dharma. O não pensamento não significa ausência de vida mental, mas a cessação do apego ao fluxo dos pensamentos, de modo que a ação ordinária, como cantar ou dançar, se torna expressão do ensinamento. Toda atividade, quando não há apego, torna-se proclamação do dharma.

Pesquisa Teosófica: No livro *O Tao Teh Ching*, Richard Wilhelm apresenta o termo Ch'ung, traduzido como vazio, suave, sem

forma, o que preenche todo espaço. No livro A Doutrina Secreta Vol. 1, Helena Blavatsky escreve que o Espaço não é nem um vazio sem limites nem uma plenitude condicionada, mas uma e outra coisa. A tradição vê no vazio não a mera ausência, mas a plenitude que sustenta toda forma.

Dica de Aprofundamento: A dica de aprofundamento é estudar o conceito de vazio no Tao Teh Ching de Richard Wilhelm e compará-lo com a descrição do Espaço em A Doutrina Secreta Vol. 1.

A Essência Original e a Sabedoria da Lua Cheia

Aquele que se volta para dentro e que vai até o fim deste treinamento reconhece diretamente a sua essência original. Seus enganos e preocupações desaparecem, afastando-se das ilusões da linguagem e de suas astúcias. Assim, entre o dualismo de causa e efeito, abre-se o portal da unidade, e o caminho reto se torna claro — não dois, nem três, mas o único caminho diante de nós. A sabedoria resplandece como a lua cheia no espaço sem fim do samadhi.

- Voltar-se para dentro e ir até o fim revela a essência original
- Os enganos se dissolvem com o afastamento das ilusões da linguagem
- Entre o dualismo causa-efeito abre-se o portal da unidade

Pesquisa Teosófica: No livro Esboço da Ciência Oculta, Rudolf

Steiner ensina que o ego é da mesma natureza e essência que Deus, ilustrando que a gota e o oceano são da mesma essência ou substância. No livro *A Doutrina Secreta Vol. 2*, Helena Blavatsky refere-se aos verdadeiros espelhos da Sabedoria Eterna, aqueles que refletem a luz primordial e que guiam o buscador de volta à sua fonte. No livro *I Ching*, Richard Wilhelm registra que isso sugere o movimento em harmonia com o céu, a verdadeira essência original do homem.

Dica de Aprofundamento: A dica de aprofundamento é estudar no *Esboço da Ciência Oculta* de Rudolf Steiner a relação entre a gota e o oceano como imagem da identidade de essência, comparando-a com a doutrina da essência original contemplada pelo praticante que se volta para dentro.

Gratidão e Fé Como Portas da Felicidade

Se pelo menos uma vez alguém ouvir este dharma com admiração, fé e alegria, certamente obterá uma felicidade sem limites. O coração cheio de gratidão é apresentado como condição para que o ensinamento frutifique. A fé não é crença cega, mas abertura que permite ao ensinamento agir na mente e transformá-la. Também se afirma que aquele que realiza uma única sessão de zazen elimina incontáveis acúmulos de enganos e, livre do mau caminho, encontra a terra pura aqui e agora.

- Ouvir o dharma com fé e alegria abre a felicidade sem limites

- A gratidão é solo onde o ensinamento frutifica

- Uma única sessão sincera já transforma profundamente o praticante

Pesquisa Teosófica: No livro Alguns Problemas da Vida, Annie Besant escreve que do prazer vem a iluminação, mostrando que as experiências da vida, tanto agradáveis quanto dolorosas, são degraus de aprendizado. No livro Escritos Diversos, Annie Besant pergunta qual a utilidade então do prazer, se a dor é uma coisa tão esplêndida, indicando que tanto a alegria quanto o sofrimento servem à evolução da alma.

Dica de Aprofundamento: A dica de aprofundamento é refletir, nos Escritos Diversos de Annie Besant, sobre o papel do prazer e da dor na evolução espiritual, relacionando-o com a ideia de que ouvir o dharma com alegria conduz a uma felicidade sem limites.

Gerado por GET HERMES • 2026-10-07 • Corvo Seco

Bibliografia utilizada: A Doutrina Secreta Vol. 3; Conversas sobre a Senda do Ocultismo Vol. 1; Os Mestres e a Senda; Vivekachudamani; A Sabedoria Antiga