



Rituais e

Observâncias

Budistas

Rituais e Observâncias Budistas

Baseado em palestras dadas em Cittaviveka Monastério Budista por
Ajahns Sucitto e Candasiri.

Compiladas por Barry Durrant.

Traduzido para o Português por Icaro Mendes.



Introdução

A prática do budismo frequentemente é mais associada com os aspectos calmos, reflexivos e introspectivos da meditação formal, com pouco reconhecimento dos vários meios com que podemos cultivar qualidades como satisfação, alegria e ânimo no coração.

Os aspectos devocionais da nossa prática, olhados pelo ponto de vista da meditação formal, podem parecer sem objetivo ou até ridículos, mas a experiência nos ensina que a meditação por si mesma não é uma entrada garantida no sublime – ela pode ser uma cansativa batalha contra uma mente rebelde!

Este livreto, portanto, é sobre o reconhecimento e o cultivo desses meios através dos quais trazemos forças emotivas para nossas vidas diárias.

Precisamos fazer do Buddha, Dhamma e Sangha uma parte vital e integral de nossa visão de mundo, para inculcar um senso claro de reverência e orgulho em sermos discípulos do Abençoado e um senso de companheirismo com todos aqueles que têm trilhado e estão atualmente trilhando o Caminho da Paz e da Verdade.

Podemos nos sentir alegres e animados pelo senso de aspirar a pertencer a algo. Então buscamos criar uma ‘zona livre de crise’ – criar um santuário ou refúgio nosso a que possamos recorrer ou nos retirar, não somente na meditação formal, mas em todos os momentos de nossas vidas diárias.

Este livreto não está preocupado com a absorção ou introspecção silenciosa. Ele se refere mais àquelas formas externas de prática que podem nos ajudar a desalojar humores ou estados mentais negativos e substituir em seu lugar um espaço contemplativo de alegria e *saddhā*.

Apesar da palavra *saddhā* ser traduzida como ‘fé’, ela refere-se mais a um senso interior de ‘certeza’ – uma consciência instintiva, intuitiva de que ‘isto é certo’. Quando nossa *saddhā* está inabalavelmente enraizada no Buddha, Dhamma e Sangha, eles por sua vez evocam um senso de gosto e entusiasmo para continuar.

Uma vez que estejamos firmemente estabelecidos na Joia Tríplice¹, e uma vez que possamos recorrer a nosso santuário quando quer que haja necessidade, teremos uma base sólida para o cultivo de concentração e calma. Isso é porque a mente, sendo assim animada, ganha perspectiva no plano da existência mundana com todas suas preocupações, dúvidas e arrependimentos. Entretanto não é um refúgio que podemos simplesmente conjurar à nossa vontade; ele requer condições apropriadas

e nós devemos criá-las.

Podemos experienciar um senso de ânimo, um sentimento de confiança quando vemos uma imagem do Buddha, visitamos um monastério ou observamos um altar. Há um senso onipresente de que abaixo da agitação e luta superficial da vida, tudo está bem; há algo além da nossa visão limitada que merece ser explorado, que merece esforço intenso.

Prática devocional

Um dos propósitos deste livreto é nos encorajar a desenvolver nossa prática devocional, realizando ações simbólicas tais como oferecer velas, incenso e flores, entoar cânticos e prestar reverência, para nutrir e manter a mente meditativa. Tais práticas nos ajudam a criar e focar a mente que do contrário pode ser arrastada para as tradicionais manifestações do ego; nosso querer algo, nossa esperança de ‘chegar a algum lugar’, ou nossa ânsia de alcançar, adquirir e possuir algum objetivo pessoal. Em vez disso, nós deveríamos estar buscando a motivação exatamente oposta – desistir de ‘fazer’ toda e qualquer coisa; cessar o querer constante, e praticar humildade e renúncia.

Somente então a mente assenta na imensidão amável da *citta*, o coração.

Em ocasiões em que a recordação silenciosa não é forte o suficiente para nos trazer para esse espaço, precisamos recorrer a ações que facilitarão, ou catalisarão esse processo transformativo.

Uma resposta espontânea à necessidade de outro ser – seja por ajuda prática, bens materiais ou o confortante toque de uma mão carinhosa – não traz somente socorro e suporte para o beneficiado, mas faz também surgir alegria e satisfação no coração do doador.

Com o cultivo de uma crescente sensibilidade e percepção, situações inseparáveis do próprio tecido da vida oferecem oportunidades amplas para reconhecer e superar as traiçoeiras demandas do ‘eu’ e desenvolver em seu lugar uma irrestrita ternura e compaixão por todos os seres.

Ainda que a maioria de nós pudesse viver no nível prosaico da vida diária por um tempo, uma vez que começamos a meditar e cultivar a mente, sentimos mais a necessidade de animar e contentar o coração do que simplesmente viver conformado com os costumes estabelecidos.

Se pudermos encontrar símbolos e imagens que venham a ter significado especial para nós, que ganhem vida pela nossa relação ativa com eles, então a própria presença desses vai nos ajudar a reprimir percepções indesejáveis e inábeis, como preocupações, rancores ou medos que de outra maneira viriam a dominar nossos pensamentos.

Além disso, ao adotar e desenvolver rituais apropriados como uma parte

integral de nossa prática, chegamos a compreender o inestimável papel deles em fortalecer nossa decisão e motivação, oferecendo, à sua maneira, uma forma tangível pela qual podemos expressar nosso compromisso e devoção.

Recordação da joia tríplice

Um dos sistemas de meditação fundamentais ensinados no ocidente é a recordação do Buddha, Dhamma e Sangha. Este é um método recomendado pelo próprio Buddha, onde se traz à mente, se pensa a respeito e se considera as qualidades do Buddha, Dhamma e Sangha. Pensa-se sobre qualidades e as contemplamos como alguém que usa um mantra ou rosário, trazendo-os ao coração para animar o espírito e desalojar outros pensamentos e intenções bem menos nobres. Isto não é um artifício supersticioso, mas uma prática habilidosa para clarear o coração direcionando a mente em rumo a um tema auspicioso.

O Buddha indicou que todo o tempo em que a mente esteja ocupada desta maneira ela estará livre de pensamentos bem menos saudáveis, preocupações, medos e ansiedades.

Tais recordações, e a satisfação que elas evocam, funcionam em um nível diferente da usual realidade mundana; eles operam de acordo com um tipo diferente de percepção – uma ‘espiritualidade’. Ainda assim, é importante também reconhecer que é psicologicamente útil aderir ao hábito de ter um horário regular para uma prática formal (como visto nas *pūjas* matutinas e vespertinas nos monastérios), mas sem reduzir nossas devoções ao nível de dever rotineiro.

Idealmente dedicamos um aposento somente para a nossa prática, mas quando isso não é possível criamos um altar numa parte pacífica de nosso lar. Ao invés de buscar desculpas para evitar ou adiar a prática, a mente chega a aceitar um padrão estabelecido para o dia quando temos um lugar e tempo habitual para nossas devoções.

Ocasões religiosas

Outro propósito deste livreto é ajudar recém-chegados a sentirem-se mais à vontade com as práticas formais envolvidas no relacionar-se com o altar e a Joia Tríplice em ocasiões religiosas tais como nascimentos, casamentos, bênçãos de casas e mortes.

Qualquer que seja a cultura é possível observar que tais ocasiões têm um significado específico. Há uma necessidade universal em dar a elas um lugar particular no coração, e é papel das cerimônias religiosas e rituais fazer exatamente isso.

Fazendo assim, nossa prática se torna mais viva e sintonizada com essas

situações particulares, imbuindo elas com um tipo especial de auspiciosidade; uma atenção maior à ocasião em todos os seus detalhes serve para transmitir mais profundamente a qualidade da mesma.

Ademais, tais cerimônias como tomar os Três Refúgios e Cinco Preceitos têm um papel valoroso em situações de grupo onde pode haver certo número de pessoas sem afinidade especial umas pelas outras, que ainda assim sentem-se unidas e juntas em uma iniciativa comum, percebendo, em suas devoções coletivas, um senso de companheirismo e comunidade maior e mais integrado.

Similarmente, quando pessoas de diferentes vivências se encontram no monastério para oferecer *dāna*, esta mesma atividade, que incorpora generosidade, inculca um senso de unicidade, um sentimento de afinidade, de pertencer a algo. Finalmente, à parte de tais observâncias para grandes reuniões, há cerimônias mais pessoais e íntimas, cada uma com seu significado particular, cada uma trazendo um senso de sagrado para a vida diária.²

Portanto há várias maneiras, incluindo uma gama de linguagens devocionais, pelas quais nós podemos apoiar e fortalecer nossa prática.

¹Para estes termos e outras palavras em Pāli ou Tailandês (prontamente identificadas em Itálico) ver o glossário ao fim do livro. ↩

²Estes são: a bênção de um casamento (após a cerimônia civil); os ritos de passagem para ajudar os enlutados bem como quem está morrendo ou já morreu; e cerimônias para comemorar aniversários. ↩

Imagens do Buddha

Imagens do Buddha vêm em uma variedade de posturas – em pé, sentado, andando e reclinado – para sugerir diferentes maneiras de refletir sobre a Iluminação. Aquelas em pé sugerem uma autoridade balanceada, as sentadas uma postura refletida, as andando um senso de engajamento, e as reclinadas um senso de realização. Uma imagem do Buddha também pode ser referida como uma *buddha rūpa*.

As posições das mãos nas imagens do Buddha, chamadas *mudrā*, são significativas. Fora de seu significado mais fundamental,

Mudrā tocando a terra

No *mudrā* tocando a terra (*bhūmiphassa mudrā*), a mão direita do Buddha está tocando o solo junto a seu joelho direito. Simboliza o momento de seu despertar, também é chamado de ‘O Repelir de Māra’.

Repelindo Māra é um nome apropriado para este gesto, ele implica um ‘recobrar dos sentidos’, ‘pôr os pés no chão’, ou mesmo ‘conhecer a realidade’, é equivalente a dissipar a ilusão.

Na cultura folclórica do budismo é dito que, no momento em que o Buddha mais estava sendo atacado pelas terríveis forças da ilusão, ele chamou a terra para ser testemunha das incontáveis vidas que ele havia gasto cultivando virtude – renunciando à sua vida e bem-estar inúmeras vezes pelo bem alheio. Agora ele desejava canalizar aquela grande bondade, então tocou a terra para lembrar o que ele realmente era – Iluminado, Desperto, sua mente não mais iludida pelas influências de Māra.

Este *mudrā* em particular é provavelmente o mais usado em imagens tailandesas do Buddha, e no Budismo Tibetano é associado com o Buddha do oeste, ‘O Imperturbável’ *Aksobhya*; aquele que reflete sem interferência ou destruição, como um espelho polido.

Abhaya Mudrā

No *Abhaya mudrā*, o Buddha é retratado com (usualmente) a mão direita erguida à sua frente (a mão direita é provavelmente a mais auspiciosa), a palma voltada para fora, os dedos apontando para cima. *Abhaya* significa ‘sem medo’ então este *mudrā* retrata destemor ou proteção.

Na Tailândia a postura indica ‘Dando uma Bênção’, e no Budismo Tibetano este *mudrā* é associado com o Buddha do Norte – *Amoghasiddhi*, representando ‘a constante aplicação da perseverança’ – dedicação, a

habilidade de seguir em frente e não ser detido de realizar o objetivo, um gesto de ‘você consegue’ – todas essas expressões de afirmação destemida.

Samādhi Mudrā

No menos comum, *Samādhi* ou *Dhyana mudrā*, o do Buddha do Oeste, as mãos são colocadas juntas no colo, significando a mente concentrada do Buddha usufruindo um estado de serenidade e deleite.

No Japão, a escola Terra Pura é associada a esse Buddha, o Buddha da boa sorte, bem-estar e bênçãos.

Dāna Mudrā

No *Dāna mudrā* a mão é mostrada tocando o solo, mas com a palma voltada para fora em um gesto de conceder bênção, o Buddha dando suas qualidades ao mundo. Este é o Buddha do Sul, o *mudrā* da caridade e generosidade, especialmente dando o presente do conhecimento. O *mudrā* é mais associado com imagens nepalesas e tibetanas, o Buddha dessa posição sendo conhecido como *Ratnasambhava*, o ‘Originado da Joia’.

Dhammacakka Mudrā

No *Dhammacakka Mudrā* o dedo médio de cada mão toca o polegar para formar um círculo fechado. O resto dos dedos radiando para fora como os raios de uma roda, um gesto oferecendo os ensinamentos. A mão direita é segurada mais alta que a esquerda.

O *Dhammacakka Mudrā* é especificamente associado aos ensinamentos do Buddha das Quatro Nobre Verdades e do Nobre Caminho Óctuplo: o estabelecimento do Dhamma.

Cuidando de imagens do Buddha

Por causa do simbolismo religioso e da gratidão pelos ensinamentos que evocam é importante que tais imagens do Buddha sejam manuseadas com respeito e devida reverência.

Elas não devem ser pegadas pela cabeça, colocadas no chão, pisadas ou usadas para qualquer uso inapropriado como peso para a porta, apoio de livros ou brinquedo. Quando surge necessidade de movê-las, isso, idealmente, deve ser precedido fazendo *añjali* primeiro e então as movendo segurando a base somente com as mãos.

De maneira similar, cópias das escrituras, livros religiosos e de cânticos deveriam ser respeitados não sendo colocados diretamente no chão ou, se não houver alternativa, protegendo-os com um pano adequado enquanto em uso. Se artigos de jornal ou revistas que contenham ensinamentos ou imagens do Buddha tiverem de ser jogados fora, então queimá-los ou reciclá-los é mais apropriado que jogá-los em uma lixeira.

Na tradição Tibetana, lenços brancos (*kata*) são comumente colocados ao redor do pescoço do *buddha rūpa* como um sinal de que se está fazendo uma oferenda. (Comida e água também são vistas como oferendas apropriadas para colocar em altares).

Altaires

Altaires podem ser grandes, elaborados e formais, ou mais simples e básicos; eles podem ser encontrados tanto em casas privadas quanto monastérios.

É comum ter uma imagem do Buddha como a peça central de um altar, e essa pode ser um modelo físico, uma pintura, ou uma representação simbólica do Buddha – tal como um modelo da árvore bodhi ou suas pegadas.

Tradicionalmente, contudo, há enfeites adicionais tais como velas, incenso e flores. É comum ter a imagem do Buddha no ponto mais alto do altar, com as velas, incensos, porta-incensos, e flores colocados abaixo em ambos os lados.

Esses são itens para serem regularmente ‘oferecidos’ ao altar (como explicado mais a frente), cada oferenda particular tendo um valor simbólico, representando *sīla*, *samādhi* e *pañña* (moralidade, concentração e sabedoria).

Sīla, ou moralidade, é simbolizada pelas flores porque elas têm a fragrância e beleza reminiscentes de alguém vivendo uma vida boa e virtuosa.

Incenso simboliza *samādhi*, ou concentração – a compostura imensurável da mente. Bem como a fumaça de um incenso pode ir a toda parte, da mesma forma a compostura da mente se estende por toda consciência.

Velas representam *pañña* ou clara visão – entendimento, a luz da sabedoria.

Itens adicionais podem ser a imagem de um professor ou artigos de significado pessoal como pedras e cristais, pedaços de coral ou objetos naturais semelhantes.

Imagens de professores devem ser colocadas em um nível mais baixo que o Buddha.

Um altar serve como ponto de foco para a mente, um lembrete e representação das qualidades que tanto respeitamos e reverenciamos. Só o ato de sentar-se na presença de uma imagem do Buddha ou em frente a um altar pode trazer muita paz. Este efeito é aprimorado pessoalmente pelas atividades de oferenda e cuidado de um altar.

Oferecendo para um altar

Quando realizando oferenda para um altar os mesmos princípios básicos

se aplicam por todo o ato. Apesar de flores e velas serem leves, quando oferecendo qualquer uma dessas, é comum segurá-las em ambas as mãos enquanto estiver colocando-as no altar. É outra maneira de demonstrar respeito dando atenção completa ao ato.

O incenso, é aceso de uma vela e segurado entre as duas mãos juntas, palma à palma, é levantado até a testa, a cabeça levemente curvada para encontrar ambas as mãos; o incenso é então colocado no porta-incenso, e um gesto final de *añjali* para o altar completa a oferenda. Pode-se então prostrar-se três vezes, como é explicado mais adiante.

Para apagar velas acesas é considerado mais gracioso usar um abafador de vela ou abaná-las com um movimento rápido da mão para baixo em vez de assoprá-las.

Sempre se deve lembrar que fazer uma oferenda para um altar, ao Buddha, ou para um respeitado professor, é fazer algo especial, e todo o procedimento deveria refletir o respeito e reverência da pessoa.

Cuidando de um altar

À parte de manter o altar arrumado e limpo, se a mente está chateada e inquieta, pode ser muito tranquilizante desmontar o altar e limpar cada artefato presente com plena atenção – um ato de devoção, plena atenção e concentração que traz a mente novamente à paz e equanimidade maior.

Estupas

Estupas, mesmo de diferentes culturas, têm uma arquitetura distinta compreendendo uma ampla base, como se estivessem se apoiando na mãe terra, e um alto pináculo apontando para o céu, muito como alguém que aspira em direção a objetivos e visões elevados.

Elas normalmente abrigam algumas relíquias religiosas e servem de ponto de foco para as reflexões, devoções, respeito e reverência de um indivíduo.

Arrumando imagens do Buddha ao criar uma estupa

Ao criar uma estupa as várias imagens do Buddha são montadas e arranjadas de acordo com os pontos cardinais da bússola.

- O *Dhammacakka mudrā* ocupa o centro
- O *Abhaya mudrā* ocupa o norte
- O *Bhūmiphassa mudrā* ocupa o leste
- O *Samādhi* ou *Dhyana mudrā* ocupa o oeste
- O *Dāna mudrā* ocupa o sul

Circundando uma estupa

Quando alguém se aproxima de um estupa ele a saúda com uma prostração e *añjali* (veja abaixo) antes de circundá-la três vezes – a primeira vez recordando o Buddha, a segunda recordando o Dhamma, e a terceira vez, a Sangha.

O ato de circundar é uma maneira muito antiga de expressar respeito. Tradicionalmente o lado direito tem sido sempre considerado como o lado mais afortunado (o lado esquerdo o menos afortunado), e nas escrituras os que visitavam o Buddha iriam sempre mostrar seu respeito mantendo seu lado direito em direção a ele enquanto eles tomavam seus lugares para uma palestra do Dhamma ou solicitavam seu conselho e orientação.

Sempre se circunda uma estupa no sentido horário, mantendo o lado direito em direção à estupa.

À medida que se circunda a estupa pode-se cantar e carregar oferendas como velas, incenso e flores, e esses podem ser oferecidos em qualquer um dos quatro altares (voltado ao norte, leste, sul e oeste), que formam uma parte integral da estupa.

Circundar traz junto movimento corporal, cântico e carregar oferendas, e as contemplações que acompanham em uma expressão combinada de

nosso respeito e reverência.

Relacionando-se com imagens devocionais

Mostrar respeito e reverência está se tornando cada vez mais incomum em nossa assim chamada sociedade igualitária. Uma razão para isso pode ser a dificuldade experienciada por algumas pessoas em distinguir entre o que seria uma expressão de respeito e o que seria uma bajulação pessoal ou reverência exagerada por alguém ou algo. Algumas pessoas sentem que abaixarem-se diante de uma imagem ou uma pessoa é denegrir ou menosprezar a si mesmo.

Entretanto, em oferecer respeito a outra pessoa, também indicamos essa atitude por nós mesmos, então nosso uso de linguagem corporal é uma maneira que podemos reconhecer e retratar um senso de sagrado através de movimento corporal e postura. Por exemplo, a cabeça, a parte mais alta de nosso corpo, pode simbolizar o intelecto, enquanto a região do coração é tomada como o lugar para devoção, calor e confiança. As mãos representam oferenda e doação, súplica, sentimentos e intenções, enquanto os pés, tanto literalmente quanto simbolicamente, expressam nosso contato com o chão ou 'realidade'.

Por tradição, nós não apontamos nossos pés tanto a pessoas ou altares, mas os mantemos escondidos atrás de nós. A parte superior do corpo – as mãos, cabeça e peito, são amplamente usados para denotar respeito; através de prostração, inclinando a cabeça para frente e abaixo e fazendo *añjali*.

Fazendo Añjali

Ao fazer este gesto de respeito, as mãos – palma com palma com os dedos estendidos – são trazidas juntas em frente ao peito e então levantadas à testa enquanto a cabeça é levemente trazida à frente. É como se alguém estivesse simbolicamente fazendo o gesto para apontar as mãos em direção à cabeça – a parte mais alta do corpo, lar da faculdade da sabedoria.

Similarmente quando cantando as mãos são trazidas juntas da mesma maneira, segurando elas próximas à região do coração, indicando ou expressando o centro de emoções do coração através das mãos.

Aparte de fazer *añjali* nessas situações, ele é usado para se apresentar no espaço ciente de outra pessoa. Muito frequentemente membros da Sangha usam esse gesto quando se dirigindo ou chamando a atenção uns dos

outros – para indicar uma intenção ou desejo de falar. É quase como dizer ‘com licença’ ou ‘posso?’.

É também outra forma de saudar usada no lugar de apertar as mãos; um gesto para expressar saudações, uma licença para sair, um pedido para falar. É comumente usado como um gesto preliminar entre membros da Sangha antes de, digamos, aproximar-se e oferecer ajuda a alguém, isto é, carregar sua tigela, bagagem pesada, ou oferecer ajuda de qualquer maneira.

Prostrando-se

Outra maneira de expressar respeito é a prostração, e entre as tradições budistas há diversas maneiras de prostrar-se.

Tibetanos fazem uma prostração de corpo inteiro; os japoneses curvam-se pela cintura; na Tailândia e no sudoeste da Ásia se vê a prostração de joelhos, e no Sri Lanka pessoas oferecendo respeito podem agachar-se e abaixar a cabeça.

Nessa linhagem particular nós usamos a maneira tailandesa de prostrar-se, a prostração de ‘cinco pontos’, assim chamada porque cinco áreas do corpo tocam o chão simultaneamente.

Na prostração de cinco pontos é assumida uma posição de joelhos, as mãos são posicionadas em *añjali* em frente ao peito e então levantadas em direção à testa enquanto a cabeça é inclinada um pouco à frente para encontrá-las. O corpo é então curvado a partir da cintura de maneira que cada antebraço possa ser colocado em todo seu comprimento no chão, com a cabeça tocando o chão entre as mãos; portanto cabeça, antebraços e palmas das mãos completam os cinco pontos de contato.

Esse gesto é então repetido três vezes – uma para o Buddha, uma para o Dhamma e a uma para a Sangha – e após a última repetição a cabeça é levemente inclinada à frente para completar o movimento todo.

Os movimentos físicos envolvidos podem apresentar dificuldades para aqueles fisicamente desabilitados, que podem precisar modificar a forma (tal como prostrar-se da cintura enquanto em pé) em consideração das limitações físicas.

Entretanto, em essência o gesto deve transmitir um senso de compostura calma porque, a não ser que seja feito com plena atenção, compostura e sinceridade, o que poderia ser a mais elegante expressão de respeito e reverência se torna uma contorção superficial e desajeitada.

A profundidade de significado que esse gesto transmite é tal que se a situação não o permite ser feito com plena atenção é melhor que seja evitado inteiramente. Além disso, quando prostrando, é importante fazer

o gesto propositadamente em direção à pessoa ou altar pelo qual você deseja manifestar apreço.

Este gesto completo pode ser incorporado em um pequeno, mas importante gesto de devoção, feito em direção a um altar ou um *buddha rupa* no início e fim de cada dia, fazendo do gesto a primeiríssima coisa a fazer ao acordar e a última a fazer ao ir para a cama. Isso compõe a mente para dormir e estabelece a mente para começar outro dia.

Na Tailândia o gesto de prostrar-se não é feito somente para monges e monjas, mas também para pessoas respeitadas. Além disso, em uma cultura onde é uma prática comum as pessoas envolverem-se socialmente enquanto sentadas no chão, é um gesto para suavizar a imagem corporal ao inclinar-se ligeiramente quando entrando em uma ocasião social já iniciada, passando perto ou entre pessoas conversando. Isso ajuda a minimizar a intrusão da presença de alguém e polidamente indicar a sensibilidade com outros seres quando andando através de um grupo.

Uma atitude similar é adotada com as imagens do Buddha, em que se evita ficar perto da imagem assumindo uma postura arrogante, relacionando-se com elas com a devida reverência e respeito.

Oferendas para a Sangha

Ambos homens e mulheres podem fazer oferendas (normalmente comida) para monges ou monjas colocando os itens diretamente nas suas tigelas de esmola. Como uma alternativa, eles podem receber uma oferenda diretamente em suas mãos. Entretanto, é uma prática comum evitar receber qualquer coisa diretamente das mãos de alguém do sexo oposto. Isso é uma consideração pela prática de celibato estrito como delineado nas regras de treinamento de monges e monjas.

Um monge receberá tais coisas de uma mulher em um 'pano de receber' ou diretamente em sua tigela.

Qualquer oferenda de um homem para uma monja deve ser oferecida 'por corpo, fala e arranjo'. O doador deve fazer suas intenções bem claras dizendo algo como 'isto é para você, irmã' antes de colocar a oferenda próxima da monja ou diretamente em sua tigela de esmolas.

Uma vez que uma oferenda tenha sido recebida por um monge ou monja, o leigo não deve tocá-la de novo; caso contrário a oferenda deve ser feita novamente. Mesmo em uma casa privada, uma vez que alguma comida, bebida ou qualquer artigo tenha sido oferecido e recebido, ele não deve ser tocado então. Este é o motivo pelo qual em qualquer dia de festival tradicional quando comida está sendo oferecida para um número considerável de membros da Sangha, diversos monges podem ser necessários para discretamente garantir que uma vez que a comida tenha sido oferecida então ninguém vá tocá-la ou mover os pratos, independente de quão boa a intenção possa ter sido.

Recebendo ou manuseando dinheiro

Nesta tradição, não é permitido a monges e monjas manusearem dinheiro de qualquer forma, ainda que o uso de cartões de telefone, vales-viagem e passagens de ônibus sejam permitidos. Aos noviços (*anagārika*), entretanto, é permitido usar dinheiro em favor de monjas e monges, então se alguém realmente dá dinheiro em um festival como o *Kathina* eles podem deixá-lo onde noviços ou 'oficiais' leigos possam prontamente guardá-lo e cuidá-lo para a Sangha.

Visitantes ou convidados que queiram doar dinheiro ou um cheque para o monastério podem deixá-lo na caixa de doação, de onde será cuidado por um noviço ou leigo.

Monges e monjas em sua ronda de esmolas em cidades próximas são frequentemente abordados por pessoas do público que oferecem colocar

dinheiro em suas tigelas de esmola; isso deve ser polidamente recusado e uma explicação dada para que ninguém seja ofendido.

Tradição, forma e relacionamentos

Em qualquer cultura há regras, costumes, tradições e tabus não declarados, que evoluíram como meios de trazer harmonia nessa sociedade. Esses irão facilitar relacionamentos em famílias, na ordem social, na manutenção da lei e ordem e em ações comerciais e trocas. Tradições trazem um entendimento, um terreno comum, ou um consentimento com a norma que naturalmente mantém cooperação e evita conflitos.

Entretanto, não é incomum pessoas se tornarem fascinadas por rituais e protocolos. Eles seguem os ditames do *establishment* local mais como uma rotina do que como uma expressão de ardor pessoal ou respeito por aquela linguagem ou formato específico. É muito melhor relaxar e expressar-se de modo informal, ainda que de maneira clara e consciente, que vacilar desajeitadamente ao tentar se conformar a padrões não familiares de conduta.

Nosso comportamento é somente uma expressão de condicionamento social e cultura nacional, então não é aconselhável se esperar que os maneirismos de uma cultura sejam adotados e perfeitamente usados por outra. Ademais, normas sociais estão elas próprias mudando o tempo todo, alguns aspectos sendo gradualmente perdidos enquanto novos padrões emergem com o tempo. Como pode ser visto na Inglaterra e em toda parte, as convenções monásticas se adaptam às respectivas culturas.

Papel dos samanas

O papel de um *samana* (monge ou monja) não é o de um sacerdote; eles não podem realizar um casamento. Similarmente, nenhum monge ou monja pode agir como intermediário para dois parceiros, introduzindo casais ou despertando interesse em um partido por outro. Entretanto, eles podem oferecer um papel de suporte na forma de cerimônia e bênção. Eles também podem oferecer bênçãos para os mortos, ou ajudar a consagrar ritos de passagem significantes; isso é delineado na próxima seção.

Monges e monjas não podem exercer medicina; não é o papel deles assumir responsabilidade nesse contexto particular. Qualquer erro, independente de quanto cuidado foi tomado, seria associado inevitavelmente com culpa, e se eles fossem bons curandeiros as pessoas começariam a vir ao monastério para curar-se mais que pelo Dhamma. Segue-se também que não se deve esperar que monges e monjas predigam o horóscopo ou pratiquem medicina herborista.

Ritos de passagem

É tradicional marcar eventos domésticos significativos tais como aniversários, casamentos, bênçãos de casas e mortes com uma cerimônia adequada envolvendo *samanas*. Esta seção se refere a cerimônias mais pessoais ou em menor escala em oposição aos maiores festivais públicos mencionados mais à frente.

Esses rituais e cerimônias oferecem uma continuidade, um senso de conexão de tempo para nós. Eles ligam os aspectos inevitáveis de viver em uma significativa continuidade através do Dhamma; as bênçãos de casamentos e o nascimento de crianças, e as reflexões sobre impermanência na morte de avós, tudo tomando lugar sob a proteção da Joia tríplice. Eles oferecem um senso crescente de ser parte de algo e ser amparado em um momento em que poderíamos sentir isolamento.

Nascimentos, casamentos e bênçãos de casas

Em uma cerimônia de nascimento, casamento ou casa nova, todos os presentes esforçam-se em criar uma atmosfera adequada à natureza da ocasião seja de felicidade e prosperidade ou reflexão silenciosa. Um número de *samanas* é convidado – na Tailândia, números ímpares são convidados para nascimentos e casamentos, enquanto números pares são convidados para cerimônias em torno da morte. Nove é considerado especialmente propício para ocasiões felizes.

Um altar é montado, oferendas são feitas ao altar, e tipicamente, a Sangha é convidada para uma refeição. Normalmente, os participantes da cerimônia pedem os Três Refúgios e os Cinco Preceitos.

Esses indicam seu comprometimento com os padrões de conduta pelos quais eles podem organizar suas vidas, também como uma maneira auspiciosa de começar uma nova vida, uma parceria em um casamento ou iniciando um novo lar.

Tendo tomado os refúgios, um cântico dos *parittas* pela Sangha é frequentemente e apropriadamente requerido.

Os *parittas*, ou *suttas paritta*, são versos auspiciosos falados pelo Buddha em um número de diferentes ocasiões. Como uma afirmação da Verdade, eles são altamente estimados por despertar estados mentais saudáveis. Portanto, eles podem proporcionar aos seus ouvintes proteção contra pensamentos inábeis, negativos. Certamente ‘um recital de *paritta* produz um senso de bem-estar mental naqueles que os ouvem com inteligência e com toda confiança nas palavras do Buddha’ (Ven. Piyadassi Thera, ‘The

Book of Protection’)

Há uma fórmula especial em Pāli para pedir uma recitação dos *suttas paritta*, chamado Vipattipatihaya. Isso pode ser aprendido de antemão ou lido na hora da cerimônia. Alternativamente, o pedido pode ser feito em português.

Como uma parte integral da recitação do *paritta*, e para fazer a afirmação mais tangível, um fio de algodão branco pode ser conectado do *buddharūpa* para o porta-incenso, para cada um dos membros da Sangha (que o seguram enquanto cantam), e então de volta à imagem do Buddha. Ao fim da cerimônia o fio é cortado em comprimentos que podem tanto ser mantidos bem guardados, ou atados ao redor do pescoço ou pulsos dos participantes reunidos.

Até mesmo um bebê pode ter o fio suavemente amarrado ao redor do pulso. Em uma cerimônia de casamento os monges podem amarrar o fio ao redor do pulso carmicamente ativo do noivo – normalmente a mão direita. O noivo então amarra um pedaço ao redor do pulso da noiva. (Se uma monja estiver oficializando então ela deve amarrar o fio ao redor do pulso da noiva primeiro.)

Casamentos como tais não são conduzidos por monges ou monjas, que não possuem capacidade oficial para agir como sacerdotes, mas as pessoas podem ter uma cerimônia civil primeiro e então ter o casamento abençoado alguma hora depois. Isso inclusive se faz em países budistas como a Tailândia.

É concebível que um leigo budista possa ser oficialmente reconhecido para o propósito de solenizar um casamento em uma cerimônia civil similar à autoridade garantida a um escrivão de nascimentos e mortes. Uma cerimônia preliminar seria então seguida por uma bênção conduzida por membros da Sangha.

Um elemento adicional à bênção de uma casa ou casamento é a aspersão de água benta nos participantes ou pela casa. Ela oferece uma leveza e um senso tangível de infundir ou distribuir bênçãos quando se distribui a água.

Alguns monges têm apreensão quanto a este aspecto da cerimônia porque, a natureza humana sendo o que é, a água benta pode ser vista como possuindo qualidades altamente desejáveis e propriedades que podem então fazer surgir pensamentos não saudáveis de roubar, ou até mesmo violência e agressão. Então isto deve ser usado como um ritual reflexivo não um ato de mágica.

Cerimônias funerárias

Uma cerimônia funerária inclui um altar, oferendas ao altar e cânticos por *samanas*.

O cântico centra-se nos ensinamentos do Abhidhamma que detalha o processo básico e infraestrutura que sustenta toda consciência humana. Esta refinada análise oferece a oportunidade de refletir sobre a natureza de nosso corpo físico e nossa mente e consciência, mostrando como nosso ser não é nada senão um conglomerado de energias físicas e mentais, forças e relações, mais que uma forma estática, imutável. Isso nos ajuda a desenvolver um senso de desapego e objetividade, uma consciência crescente do surgir e desaparecer de todos os fenômenos.

Tipicamente, a cerimônia fúnebre tem lugar em uma funerária. De antemão, a família e amigos trazem os componentes de um pequeno altar e o arranjam com cuidado. Usualmente eles incluem um *buddha-rūpa*, velas e incenso. Além disso, cada pessoa pode trazer uma flor para ser colocada no caixão durante a cerimônia.

O seguinte é um programa típico para a cerimônia quando *samanas* estão presentes. Se há somente leigos, eles ajustam o programa como necessário.

1. Um monge ou monja acende as velas e incenso.
2. O monge ou monja sênior dá uma breve palestra sobre o significado de um funeral budista.
3. Os parentes e amigos passam pelo caixão enviando *mettā* para a pessoa falecida e dedicando as bênçãos e méritos de sua prática para a pessoa como uma maneira de dizer adeus. Se eles trouxeram flores, cada pessoa deixa uma no caixão.
4. Os monges e monjas conduzem o carro fúnebre para crematório.
5. Antes da cremação, o monge sênior ou monja dá uma breve palestra sobre a significado da morte de acordo com o Dhamma.
6. Os monges e monjas realizam os cânticos funerários (chamados de *Mātikā*) enquanto colocam suas mãos no caixão.
7. O mecanismo de transportar o caixão para o fogo é ativado.

Note que algumas famílias gostam de adicionar uma cerimônia de *Pamsukūla*. Neste caso, no item seis, mantos são oferecidos aos *samanas* após o cântico *Mātikā*. A família coloca os mantos sobre o caixão e os monges e monjas os tocam à medida que cantam o cântico *Pamsukūla*: recordações da impermanência.

Cerimônias memoriais após o funeral

Embora fiquemos todos muito conscientes da morte de um amado ser amigo, o *insight* da impermanência decai com o tempo. Por esta razão o

centésimo dia após a morte é também comemorado, ainda que cerimônias com cânticos, transferência de mérito e oferenda de comida e requisitos para a Sangha (*dāna*) seja frequentemente arranjada qualquer número de anos após a morte. Tais cerimônias comemorativas suavizam o processo de luto, possibilitam-nos lembrar nossa gratidão e respeito para aqueles que faleceram e afia nossa consciência na natureza transitória da vida.

Seguem-se maneiras pelas quais podemos lembrar o passamento de um amigo.

Tome alguma forma de ação positiva em memória da pessoa que morreu, tal como dedicar os méritos de um retiro ou um dia de meditação, plantando uma árvore em um monastério, um templo budista, ou uma estupa, fazendo serviço em uma organização local, patrocinando um retiro, iniciando um fundo para o benefício de sem-teto, oferecendo *dāna* para a Sangha, etc.

Peça à Sangha para recitar os cânticos funerários tradicionais dedicando-os à pessoa que faleceu. Tais cânticos normalmente ocorrem durante a *pūja* vespertina do mesmo dia em que o pedido foi feito.

Tempos auspiciosos para pedir cânticos ou lembrar a pessoa que se foi incluem o dia da morte e os três primeiros dias após ele (ou o dia do funeral/cremação), 50 dias após a morte, 100 dias após a morte, um ano mais tarde e anualmente a partir daí.

Vir ao monastério com família e amigos para apoiar alguma forma de cerimônia de recordação. O centésimo dia após a morte é uma boa hora para tal ocasião. Ela pode incluir qualquer dos seguintes:

- Realizar oferendas de comida ou outros requisitos para a Sangha.
- Plantar uma árvore em memória do falecido.
- Pedir à Sangha para cantar algum dos cânticos funerários tradicionais enquanto se planta a árvore.
- Pedir à Sangha para oferecer algumas reflexões do Dhamma apropriadas para a ocasião.
- Trazer as cinzas ao monastério e espalhá-las na área ao redor da estupa.
- Colocar algumas das cinzas no local da árvore, se alguma é plantada em memória da pessoa, e espalhando as cinzas restantes.

Leituras para cerimônias funerárias e memórias

Os seguintes são textos apropriados para serem lidos ou cantados no funeral e nas cerimônias memoriais:

- Seções dos cânticos *Pamsukūla*

- A história de Kisāgotamī e a Semente de Mostarda (Therigatha: 43)
- Uma Única Noite Excelente (Bhaddekaratta sutta MN 131)
- Versos de Partilha e Aspiração¹

¹ Este cântico pode ser encontrado no 'Amaravati Chanting Guide', disponível em amaravati.org 

Festivais públicos

Festivais públicos são normalmente celebrados em um monastério, alguns são realizados anualmente, enquanto outros são realizados com mais frequência.

Três principais festivais

Dentro da tradição Theravāda existem três festivais principais. Cada um é celebrado uma vez ao ano em um dia que depende da lua.¹

Māghā Pūjā, celebrado na lua cheia de fevereiro, para comemorar a vez em que 1250 arahants simultaneamente chegaram para ver o Buddha. Nesta assembleia o Buddha conferiu o título de 'Discípulos Chefe' aos veneráveis Sariputta e Moggallana. O dia então comemora a Sangha, um ato de harmonia, uma reunião; foi também o dia em que o Buddha delineou o Ovāda Pātimokkha, a base das regras de treinamento.

Wesak (Vesākha Pūjā), celebrado no dia de lua cheia de maio para comemorar o nascimento, iluminação e *paranibbāna* do Buddha.

Asālha Pūjā, celebrado no dia de lua cheia de julho, para comemorar o dia em que o Buddha deu seu primeiro sermão, o Dhammacakkapavātana Sutta (O Girar da Roda da Lei). O sermão estabeleceu as Quatro Nobre Verdades. Ele deu seus ensinamentos aos cinco ascetas que o haviam deserdado quando ele escolheu o Caminho do Meio como o caminho para a Iluminação, em lugar de continuar com as práticas infrutíferas de ascetismo extremo.

No dia seguinte ao Asālha Pūjā o Retiro das Chuvas (*vassa*) começa; o dia *pavāranā* é o fim do Retiro das Chuvas no dia de lua cheia de outubro.

O *vassa* e o dia de *pavāranā* são de maior importância para a Sangha do que para os leigos.

Festival Kathina

O festival Kathina é uma cerimônia que acontece depois do *vassa*, e centraliza-se na doação de tecido e outros requisitos para a Sangha por apoiadores leigos. Precisa ser um tipo especial de tecido e a cerimônia somente pode ocorrer se há cinco ou mais bhikkhus presentes que passaram o último Retiro das Chuvas juntos. Em torno dessa cerimônia um festival evoluiu onde oferendas de todos os tipos de requisitos são feitos, palestras do Dhamma são dadas e as pessoas têm a chance de juntarem-se e conversarem informalmente. As pessoas na Tailândia têm uma predileção especial em fazer oferendas, e como um Kathina cada

ano parece ser insuficiente para sua generosidade, eles não raro organizam de improviso Tót Pah Bah (que significa ‘oferecer roupa de floresta’).

A história segue que o Buddha permitiu aos monges procurarem por panos com os quais eles poderiam fazer para si um manto substituto ou reparar o antigo. Esses trapos (designados *pamsukūla*, ‘trapos recusados’) podem até serem pegos de cadáveres ou de qualquer lugar onde os panos sejam vistos caídos.


Gradualmente o costume evoluiu de maneira que leigos, conhecendo as necessidades dos *samanas*, propositadamente colocariam material pendurado em uma árvore de maneira que os *samanas* iriam ‘encontrar’. O costume evoluiu de maneira que não somente pedaços de pano ou trapos eram deixados para os monges, mas mantos prontos inteiros também!

Então as pessoas viram a oportunidade de oferecer uma refeição e requisitos também para os monges, e desta maneira o Tót Pah Bah evoluiu.

Observâncias de uposatha

Uposatha é um termo antigo implicando em algo como ‘sabbath’. O dia de *uposatha* cai aproximadamente na lua cheia e nova de cada mês, e são dias que a Sangha recita suas próprias regras de treinamento, e frequentemente tem uma vigília de meditação.

Nos dias de lua (indicados em todos os calendários budistas), as práticas de juntar-se a outros praticantes no monastério para tomar os Três Refúgios e Cinco ou Oito Preceitos e a de meditar com membros da Sangha podem ser ambos uma inspiração para si e apoio e encorajamento para outros. Mesmo se alguém está impossibilitado de sair de casa ainda é animador conduzir sua própria *pūja* e tomar os Refúgios e Preceitos antes de começar a meditação.

¹ Esses dias podem variar entre os diferentes países Theravāda, dadas as diferentes interpretações do calendário lunar. Também a precisão usada pelo autor para situar os dias de festival em meses específicos do calendário gregoriano (ocidental) não deve ser usada à risca, há anos em que a transcrição do calendário lunar pode indicar outro mês, como foi o caso de 2015, em que o Wesak, por exemplo, foi observado em 1º de junho pela Forest Sangha. (N.T.) 

Glossário

Abhaya Mudrā: o gesto das mãos do Buddha com os dedos apontando para cima e a palma voltada para fora na altura do peito, significando proteção. Visto em imagens do Buddha sentado e andando.

Abhidhamma: a análise do Dhamma em termos de estrutura e relação dos Dhammas.

Ajahn: (Tailandês) professor; no ocidente, um *bikkhu* ou *siladharā* que tenha alcançado dez *vassas* / anos.

Aksobhya: no Budismo Vajrayāna o Buddha simbólico da direção leste.

Amarāvati: o reino do imortal.

Amida/Amitāba: no Vajrayāna e Mahāyāna, o Buddha do oeste.

Amoghasiddhi: (Vajrayāna) o Buddha da direção norte, mão mantida em Abhaya Mudrā.

Anagārika/Anagārikā: pessoa (homem/mulher) que está treinando para juntar-se à Sangha monástica e mantém os oito preceitos.

Añjali: o gesto, de palmas pressionadas juntas e dedos apontando para cima, de saudação respeitosa na cultura asiática e budista.

Arahant: um “digno” ou “puro”; uma pessoa cuja mente está livre de contaminações e, portanto, não está destinada a futuros nascimentos. Um título para o Buddha e o nível mais alto de seus discípulos.

Asālha Pūjā: o festival, geralmente na lua cheia de julho, que comemora a primeira transmissão do Dhamma pelo Buddha.

Bhikkhu: monge budista.

Bhūmiphassa Mudrā: o gesto da mão com os dedos apontando para baixo para tocar a terra e com a palma voltada para trás, significa despertar. Visto em imagens do Buddha sentado. Às vezes como Aksobhya Mudrā.

Árvore Bodhi: a árvore sob a qual Gotama atingiu O Despertar e tornou-se o Buddha.

Buddha: ‘Perfeita Iluminação’, Estado Búdico Universal, é o estado atingido por um Buddha Universal (*sammā-sambodhi*), O Desperto; isto é, um pelo qual a Lei Libertadora (Dhamma), que tenha sido perdida para o mundo, tenha novamente sido descoberta, realizada e claramente proclamada para o mundo.

Citta: 'estado da mente', um senso subjetivo de como alguém é a qualquer momento.

Dāna: dar, oferecer (comida, requisitos, etc.).

Dhamma: os Ensinamentos e Caminho do Buddha; a Verdade, a Lei, etc.

Dhammacakka Mudrā: gesto das mãos onde os indicadores de cada mão tocam a ponta dos respectivos polegares, enquanto as mãos estão arranjadas como se ao redor de um círculo. Isto significa o Buddha dando os ensinamentos das Quatro Nobre Verdades.

Dhammachakkapavattana Sutta: o primeiro sermão, configurando os ensinamentos da Quatro Nobre Verdades.

Dhyāna Mudrā: o gesto da mão com os dedos apontando para baixo para tocar a terra e a palma voltada para frente, significando Concessão ou Generosidade. Visto em imagens do Buddha sentado.

Kathina: a cerimônia anual de doação de mantos, oferecida às vezes durante o mês que segue o Retiro das Chuvas, normalmente entre outubro-novembro.

Kata: lenço de seda branco oferecido como presente cerimonial na tradição Tibetana.

Kisāgotamī: a mulher que pediu ao Buddha para curar seu filho morto, simbolizada na parábola da Semente de Mostarda.

Māgha Pūjā: o festival, geralmente na lua cheia de fevereiro, que comemora a reunião de 1250 arahants na morada do Buddha, para quem o primeiro delineamento do treinamento budista foi dado. Portanto é realizado para comemorar a Sangha.

Mahā-Moggallāna: o segundo discípulo-chefe do Buddha, renomado por seus poderes psíquicos.

Mahāyāna: uma das três maiores tradições budistas. É baseada particularmente em altruísmo, compaixão e 'vazio' como essenciais para Despertar Completo.

Māra: a personificação do mal e da tentação.

Mātikā: sumário, lista, código.

Mettā: 'Amizade-amorosa', é uma das Moradas Divinas (*brahma-vihāra*)

Mudrā: gesto da mão em uma imagem do Buddha que carrega um significado especial.

Ordenação: tecnicamente incorreto, este termo cristão é usado para significar o 'Seguir em Frente' ou procedimentos de Aceitação que

permitted a candidate to enter the Sangha.

Ovāda Pātīmokkha: o primeiro delineamento do treinamento budista, dado pelo Buddha para uma assembleia de 1250 arahants na lua cheia de Māgha, que é geralmente fevereiro no calendário solar.

Pāli: a antiga língua indiana do cânone da escola Theravāda, aparentado com o sânscrito. A coleção de textos preservados pela escola Theravāda e, por extensão, a língua em que esses textos foram compostos.

Parinibbāna: o falecimento final em Nibbāna do Buddha (ou de um arahant) na morte de seu corpo.

Paritta: proteção (termo para certos suttas e versos recitados para esse propósito).

Pamsukūla: pano descartado que um *samana* pode pegar para fazer um manto; o padrão que implica a frugalidade das necessidades.

Pavāranā: Convite; (i) por um doador para suprir requisitos para um bhikkhu ou monja em particular; (ii) uma cerimônia para a comunidade monástica realizada ao fim do retiro das chuvas.

Preceitos (cinco): 1. Abster-se de matar seres vivos, 2. Abster-se de tomar o que não é dado, 3. Abster-se de conduta sexual inapropriada 4. Abster-se de fala grosseira e falsa 5. Abster-se de tomar drogas e bebidas intoxicantes.

Pūja: prática devocional. Realizadas em casa ou em templos, nos dias comuns ou de observância. Pode incluir diferentes práticas, principalmente cânticos, oferendas e prostrações. (N.T.)

Ratnasambhava: o Buddha simbólico da direção sul, sentado com a mão direita em Dhyāna Mudrā.

Sangha: Comunidade. Nos textos do vinaya normalmente refere-se à comunidade monástica, tanto de um lugar específico ou como um todo. Deve haver uma comunidade local de ao menos quatro *bhikkhus* antes que conte como uma Sangha. É também, é claro, a terceira das Três Jóias e dos Três Refúgios quando se refere à *ariya-sangha*. No nível convencional este termo denota as comunidades de monges e monjas budistas; no nível ideal, denota aqueles seguidores do Buddha, leigos ou ordenados, que alcançaram algum dos estágios no caminho da Iluminação.

Saddhā: fé ou confiança, uma das cinco faculdades espirituais (*indriya*).

Samādhi Mudrā: o gesto das mãos em que ambas descansam no colo, que significa meditação. Visto em imagens do Buddha sentado, e nas tradições Mahāyāna e Vajrayāna associado com o Buddha do oeste,

Amida / Amitābha.

Samana: monástico (termo para monges e monjas ordenados).

Sāmanera: noviço que mantém os 10 preceitos, e, portanto, não manuseia dinheiro; veja Ordenação.

Sāriputta: o primeiro discípulo chefe do Buddha, renomado por sua sabedoria.

Sīla: ‘Moralidade’, ‘Virtude’, é um modo de mente e volição manifestado em fala e ação corporal. É a fundação de toda a prática budista, e com isso o primeiro de três tipos de treinamento que formam a divisão trinarria no Caminho Óctuplo, isto é: moralidade, concentração e sabedoria.

Sīladharā: ‘Uma que sustém virtude’, um termo para monjas budistas na tradição ocidental.

Sutta: discurso do Buddha.

Therigāthā: versos pronunciados por monjas arahants.

Theravāda: ‘Ensinaamentos dos Anciãos’, é o nome da mais antiga forma dos ensinamentos do Buddha com textos na língua Pāli. A ‘Escola do Sul’ do Sri Lanka e sudoeste asiático.

Tót Pah Bah: cerimônia de recebimento de doações.

Uposatha: para *bhikkhus* e *sīladharās* esta é o Dia de Observância quinzenal quando as regras monásticas são recitadas. Observância Semanal para Upāsaka-Upāsikā.

Vassa: os três meses anuais do ‘Retiro das Chuvas’, correspondentes às monções na Índia, aproximadamente julho-outubro, tempo durante o qual é esperado dos *samanas* que residam em um local fixo. Senioridade na Sangha é medida pelo número de *vassas* que se tenha na Ordem.

Vajrayāna: uma tradição budista que faz uso extensivo de símbolos e mantras para transmitir ensinamentos. Fundado predominantemente na esfera da cultura Tibetana.

Vesākha Pūjā: o festival, geralmente na lua cheia de maio, que comemora o Despertar do Buddha debaixo da árvore Bodhi em Bodhi-Gaya. Portanto é realizado para comemorar o Buddha.

Wesak: outra palavra para Vesākha Pūjā.

Sobre os autores

AJAHN SUCITTO tornou-se um monge Budista Theravāda na Tailândia em 1976. Após retornar à Inglaterra em 1978 ele treinou como discípulo de Ajahn Sumedho por 14 anos antes de receber o pedido de supervisionar o ensino e treinamento da comunidade no monastério de Cittaviveka em West Sussex. Atualmente, Ajahn Sucitto renunciou às suas funções de abade e dedica-se exclusivamente a sua prática pessoal e a dar ensinamentos sobre o Dhamma.

AJAHN CANDASIRI nasceu na Escócia. Tendo conhecido Ajahn Sumedho em 1977, ela foi uma das quatro primeiras mulheres a serem ordenadas no monastério de Chithurst. Ela tomou os Oito Preceitos como anagārikā em 1979 e a ordenação de Siladharā em 1983. Atualmente ela vive no monastério de Amaravati em Hertfordshire como a monja sênior. Ela também ensina em retiros de meditação no Reino Unido e outros países.

Copyright

Rituais e Observâncias Budistas

Amaravati Publications
Amaravati Buddhist Monastery
Great Gaddesden, Hertfordshire, HP1 3BZ
United Kingdom,

www.amaravati.org

Amaravati Publications é parte do 'The English Sangha Trust', uma instituição de caridade registada no Reino Unido com o número 231310

Publicado pela primeira vez por Amaravati Publications 2015

Edição electrónica de 2015

Edição Digital 1.0

ePub ISBN 978-1-78432-051-5

Copyright © Amaravati Publications 2015

Este livro é oferecido como uma oferta de Dhamma. A sua impressão tornou-se possível devido à fé, empenho e generosidade de indivíduos que desejam partilhar a sabedoria deste conteúdo com todos aqueles que estiverem interessados. Este acto de oferecer gratuitamente é em parte o que torna esta uma 'publicação de Dhamma', um livro baseado em valores espirituais. É favor não vender este livro, sob qualquer formato, ou usá-lo para fins comerciais.

Se deseja contribuir para que publicações como esta continuem a estar disponíveis, pode dar a sua contribuição, quer ela seja pequena ou grande, através do contacto com um dos nossos mosteiros (ver lista em www.forestsangha.org) ou visitando www.amaravati.org ou www.forestsanghapublications.org



Este trabalho encontra-se licenciado sob a 'Licença de Creative Commons - Não Comercial - Sem Derivados 2.0 UK: Inglaterra e País de Gales'
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/uk/>

Sumário:

Tem o direito de reproduzir, apresentar ou representar este trabalho segundo as seguintes condições:

- Atribuição: tem de apresentar o crédito ao autor original.
- Não Comercial: não pode usar este trabalho para fins comerciais.
- Não fazer trabalhos derivados: não pode alterar, transformar ou adicionar nada a este trabalho.

Com o entendimento de que:

- Renúncia: qualquer das condições acima pode ser renunciada se obter permissão do detentor do copyright.
- Domínio Público: quando este trabalho, ou qualquer dos seus elementos, se encontrarem no domínio público, nos termos da lei aplicável, esse estatuto não é de nenhuma forma afectado pela licença.
- Outros Direitos: de forma alguma são os direitos seguintes afectados pela licença:
 - Os seus direitos de “uso legítimo” (fair dealing) concedidos por lei, ou outras excepções e limitações aplicáveis ao direito de autor e aos direitos conexos;
 - Os direitos morais do autor;
 - Direitos de que outras pessoas possam ser titulares, quer sobre o trabalho em si quer sobre a forma como este é usado, tais como os direitos de publicidade ou o direito à privacidade.
- Aviso: em todas as reutilizações ou distribuições, tem de deixar claro quais são os termos da licença deste trabalho.

O English Sangha Trust Ltd agindo como Amaravati Publications, reclama o direito moral de ser identificado como o autor deste livro.

O English Sangha Trust Ltd requer que seja atribuída a autoria deste trabalho a Amaravati Publications sempre que este for reproduzido, distribuído, apresentado ou representado.