

Um Momento para Gerar Longevidade Gloriosa e Bem-Estar

Retornando a Zahor, Padmasambava tomou a princesa real Mandarava como sua consorte, e ambos foram até a caverna Maratika, onde, por três meses, praticaram a sadhana da longevidade. O Buda da Luz Ilimitada, Amitayus, apareceu, os empoderou, concedendo-lhes longevidade, e os abençoou como sendo inseparáveis dele. Ambos consumaram o segundo nível de um vidyadara, conhecido como "vidyadara com maestria sobre a vida". (Trecho de “Um Grande Tesouro de Bênçãos”)

Em certas ocasiões, manifestam-se inesperadamente momentos sublimes de interdependência e unidade no âmbito da sangha internacional. No próximo ano, nos dias 8 e 9 de fevereiro, praticantes do Chagdud Gonpa realizarão cerimônias simultâneas de longevidade na América do Norte, América do Sul, Suíça e Nepal. Nossa inspiração é Tromge Jigme Rinpoche, quem, desde o parinirvana de Chagdud Rinpoche, apoiou o Chagdud Gonpa em toda parte por meio de retiros de Dzogchen, iniciações do Vajrayana, cerimônias de drubchen, preciosas transmissões orais e instruções pessoais aos praticantes. Agora, para transpor obstáculos profetizados a sua saúde e à continuidade de suas atividades, Rinpoche conduzirá um grupo de peregrinos ao longo de dez dias de práticas de longevidade na caverna sagrada de Maratika.

Maratika é o local onde Guru Rinpoche e Mandarava consumaram seu poder sobre a longevidade. Ao tomar conhecimento desse evento auspicioso, os lamas dos principais centros do Brasil e dos Estados Unidos organizaram-se para que suas sanghas pudessem unir-se ao grupo do Nepal em meditação simultânea, conectando a prática em suas respectivas salas de meditação à prática na caverna. Logo tornou-se evidente que essa rede poderia incluir todos os Centros Chagdud e seus praticantes.

No Khadro Ling, a prática terá como foco a seção de longevidade de *A Essência do Sidi* durante as sessões do dia, e a prática da sadhana de Amitayus da linhagem Dudjom à noite. Essa última prática, que é muito concisa, mas extremamente poderosa, podemos equilibrar os elementos internos de nossa mente e corpo, e aliviar o sofrimento advindo de desequilíbrios externos dos elementos, tais como mudanças climáticas e catástrofes naturais. Todos desejamos bem-estar,

saúde e longevidade a nossos professores espirituais, nossos familiares e amigos, e a todos os seres em todos os reinos. No entanto, algumas vezes, a vasta escala de desequilíbrios e a prevalência de doenças nos deixam deprimidos e indefesos, paralisados. A prática de Amitayus dissipa tais obscurecimentos e nos possibilita manifestar benefício de incontáveis formas em diversas circunstâncias.

A sadhana de Amitayus pode ser praticada com autovisualização por aqueles que receberam a iniciação de Amitaba, Chenrezig ou Guru Rinpoche, ou com a visualização de Amitayus no espaço à frente. Por favor, unam-se a essa prática em grupo, e façam aspirações esplêndidas para seu benefício específico.

Chagdud Khadro

Outubro de 2019