

Sokushin Zebutsu: A Mente é, em si mesma, o próprio Buda

Rev. Tairyu Tsunoda
Professor Associado, Komazawa University

Sokushin zebutsu (a mente é, em si mesma, o próprio Buda), em complemento de *shikantaza*, é uma das frases mais importantes do Budismo Soto Zen. A compreensão (*joto* em Japonês) de *sokushin zebutsu* juntamente a *shikantaza*, define a doutrina Sotoshu. São ensinamentos fundamentais.

Estes dois termos estão realçados em *Sotoshu Shuken* (A Constituição Sotoshu). No Capítulo 1, afirma-se “Submetida ao Verdadeiro Dharma, singularmente transmitido pelos antepassados de Buda, a doutrina Sotoshu é para compreender o sentido de *shikantaza* (apenas sentar) e *sokushin zebutsu* (a mente é, em si mesma, o próprio Buda).”

Em “*Gakudo Yojinshu*” (“Points to Watch in Practicing the Way” – “Pontos a Observar ao Praticar o Caminho”), *joto* é explicado por Dogen Zenji da seguinte forma:

Joto (compreensão) é compreender diretamente o estado de Buda com este corpo-mente. Por outras palavras, não é mudar o anterior estado de corpo-mente para qualquer outro estado especial, mas apenas seguir a compreensão do outro (o professor de cada um). É chamado *jikige* (aqui mesmo) ou *joto*.

O ensino fundamental da Sotoshu é o de compreender o estado de Buda através de *shikantaza* e *sokushin zebutsu*, em cada momento. Por este motivo, *sokushin zebutsu*, bem como *shikantaza*, são termos importantes e ensinamentos básicos para os alunos Budistas da Soto Zen.

O significado de *sokushin zebutusu* na tradição Zen, em geral

Na habitual utilização em Chinês da frase, “*soku A ze B*” significa que “A é B” ou “A é exatamente B.” Por outro lado, dizer “*soku A soku B*,” é realçar a semelhança de A e B, mas não a identidade de A face a B.

Assim, a expressão “*sokushin zebutsu*” significa originalmente que a própria mente é, na verdade, Buda. Esta frase é extremamente importante, junto a outras famosas frases Zen Chinesas, tais como “Não confiar em palavras e letras”, “Os ensinamentos são transmitidos fora das Escrituras”, “Apontando diretamente à mente de cada um”, “Vendo a natureza própria de cada um e alcançar o estado de Buda” e “Transmissão de mente para mente”. Nestas expressões, é claro que a mente é fortemente realçada. O Caminho de Buda é, fundamentalmente, um caminho para questionar-se a si. O Budismo Zen reclama-o como fundamental para clarificar o próprio ou clarificar a mente própria de cada um e a natureza própria de cada um. Para além disso, não pode existir outro Buda ou Caminho de Buda.

Zeshin zebutsu, outra expressão similar a *sokushin zebutsu*, encontra-se em *The Sutra of Meditation on the Buddha of Immeasurable Life* (*O Sutra da Meditação do Buda da Vida Incomensurável*), traduzido por Kyoryo Yasha, da região ocidental da China, algures entre 424 d.C.

~ 452 d.C. A noção deste pensamento é que Buda é velho em Zen.

Mais do que qualquer outra coisa, *sokushin zebutsu* é famoso por um discurso de Baso Doitsu (709 ~ 788), que viveu durante a Dinastia Tang.

Sokushin zebutsu e shikantaza

Dogen Zenji fala acerca de *sokushin zebutsu* ou *sokushin sokubutsu* de Baso Doitsu num *jodo* (conversa) em *Eihei Koroku*.

Baso disse “*Sokushin zebutsu*.” Daibai estudou isso durante mais de trinta anos, vivendo no topo da sua montanha, escondendo-se nos sons do vale e nas cores da montanha. O ancestral Baso enviou finalmente um monge para visitá-lo e dizer a Baso “O Dharma do Buda de Baso é diferente nestes dias.”

Daibai respondeu: “É diferente como?”

O monge respondeu: “*Hishin hibutsu*” (sem mente, não há Buda).

Daibai respondeu: “Mesmo que ele diga ‘Sem mente, não há Buda’, eu limito-me a seguir *sokushin zebutsu*”.

O monge voltou e contou ao ancestral.

Baso disse: “Essa ameixa está madura”.

Dogen disse que “*Sokushin zebutsu* é mais sugestivo. Ano após ano, Daibai amadureceu no meio do verão” (*Eihei Koroku*, vol. 1, n.º 8)

Daibai Hojo (752~839) conheceu o Caminho de Buda através do ensinamento *sokushin zebutsu* de Baso e refugiou-se nas profundezas da montanha, durante mais de trinta anos. Praticou incondicionalmente o *sokushin zebutsu*. Não ficou nada perturbado quando um monge enviado por Baso disse que “O Dharma do Buda de Baso mudou recentemente de *sokushin zebutsu* para *hishin hibutsu*”. Disse: “Não quero saber do *hishin hibutsu*. Sigo apenas o *sokushin zebutsu*”. Ao ouvir esta afirmação, Baso admirou Daibi, dizendo que “Uma ameixa amadureceu”.

Este episódio protagonizado por Daibai e Baso também aparece em *Eihei Koroku*, vol. 4, n.º 319. Curiosamente, este *jodo* começa com a afirmação “O verdadeiro Dharma corretamente transmitido por Budas e antepassados é apenas *shikantaza*”. Dogen apresentou esta afirmação como instruções do seu antigo mestre Nyojo à assembleia. Aqui, a história é contada para realçar a importância de zazen (*shikantaza*). Dogen Zenji fala de Daibai como uma pessoa que “come frutos secos e vestia folhas de lótus, dedicando toda a vida à prática de zazen, dia e noite”. A história é originalmente encontrada no capítulo “Daibai Hojo” em *Record of the Transmission of the Lamp (Registo da Transmissão da Lâmpada)*, Publicado na Era *Jingde (Keitoku Dentoroku, Taisho Tripitaka 51, p. 254 e seguintes)*. Esta fonte não menciona que Daibai praticava zazen nas montanhas. Provavelmente, “passar toda a vida praticando zazen” é a convicção religiosa pessoal de Dogen. “Eu sigo apenas *sokushin sokubutsu*” não significa mais do que *shikantaza*. Por este motivo, não é sem motivo que esta frase é associada a *shikantaza* no *Sotoshu Shuken* (Constituição Soto Shu).

É compreensível que Dogen Zenji escreva, no início de *Shobogenzo “Sokushin Zebutsu,”* “O que os

Budas e os ancestrais conservaram sem exceção é *sokushin zebutsu*.” A importância dessa frase descrevendo a compreensão é perfeitamente adequada para substituir *sokushin zebutsu* por *zazen*.

Dogen Zenji diz que “Sokushin zebutsu são Budas de aspiração, prática, despertar e nirvana”.

Em *Shobogenzo “Sokushin Zebutsu,”* Dogen Zenji escreve “Ao escutarem a frase “*sokushin zebutsu*”, as pessoas ignorantes acreditam que os pensamentos e a consciência de seres sensíveis, embora ainda não tenham desencadeado a aspiração para despertar, já são Budas. Pensam desta forma pois ainda não conheceram um verdadeiro professor”.

Quando as pessoas ignorantes ouvem a frase bem conhecida de Baso, pensam erradamente que a mente vulgar do pensamento e da consciência, a mente antes de desencadear *bodhicitta* (aspiração para despertar), já é incondicionalmente Buda. Dogen lembra que é porque nunca conheceram um verdadeiro professor.

Então o que é *sokushin zebutsu*? Dogen escreve que “*Sokushin zebutsu são Budas de aspiração, prática, despertar e nirvana. Aqueles que nunca compreenderam a aspiração, prática, despertar e nirvana não são sokushin zebutsu.*”

Habitualmente, “aspiração, prática, despertar e nirvana” são consideradas como sendo as quatro etapas da formação Budista. “Aspiração” é uma abreviatura de “aspiração por Bodhi (despertar)”. Significa estimular a mente que busca o Caminho de Buda. Depois da aspiração, passamos para a etapa da prática. “Prática” é uma abreviatura de “formação de longo prazo com diligência”. Como resultado da prática, alcançamos o despertar. “Despertar” significa concluir o Caminho. Com isto, entramos em nirvana. “Nirvana” significa a erradicação de todas as máculas. É o estado de alcançar o despertar total. Existem dois tipos de nirvana: nirvana com remanescentes e nirvana sem resíduos. Nirvana com remanescente é o nirvana de uma pessoa que despertou e que erradicou todas as máculas mas que ainda vive com um corpo. Nirvana sem resíduos é o nirvana de uma pessoa que despertou e que morreu, erradicando, assim, o corpo e todas as máculas. Devido à ideia de nirvana sem resíduos, a morte de Buda é, por vezes, chamada de nirvana.

Portanto, o entendimento geral de aspiração, prática, despertar e nirvana é de que são quatro as etapas sequenciais. A aspiração parece em primeiro lugar. Depois da aspiração, começa a prática. Como resultado da prática, cumpre-se o despertar. Em seguida, a pessoa desperta entra no estado de nirvana com remanescentes. Quando o corpo morre, a pessoa desperta entra finalmente em nirvana sem resíduos.

No entanto, Dogen Zenji escreve em *Shobogenzo “Gyoji: Parte Um”*: “Entre a aspiração, a prática, o despertar e nirvana, não existe um momento de pausa.” Não deve existir qualquer intervalo ou pausa entre as quatro etapas. Deve ser aspiração_prática_despertar_nirvana. Quando a aspiração está presente, já existe prática. A prática é, em si própria, o despertar (identidade da prática e compreensão). Esta prática-despertar é nirvana. Assim, “a aspiração, a prática, o despertar e nirvana” não são etapas sequenciais. Todas juntas são uma só. Os Budas praticam esta singularidade de “aspiração, prática, despertar e nirvana”. É exatamente do que trata o *sokushin zebutsu*.

O Buda Shakyamuni é *sokushin zebutsu*

No final de *Shobogenzo "Sokushin Zebutsu"*, Dogen Zenji realça que “Os Budas aqui referidos não são outros além do Buda Shakayamuni. O Buda Shakyamuni é *sokushin zebutsu*. Quando todos os Budas do passado, presente e futuro são Budas, inevitavelmente tornam-se Buda Shakyamuni.”

Aqui ensina-se que o *sokushin zebutsu* é o Buda Shakyamuni. Todos os Budas que cumprem a aspiração, prática, despertar e nirvana são, eles próprios, Buda Shakyamuni. Dogen Zenji declara que o Buda Shakyamuni é *sokushin zebutsu*.

Portanto, para Dogen Zenji, *sokushin zebutsu* muda drasticamente o seu significado de “A mente é, em si mesma, o próprio Buda” para “Buda chamado *sokushin zebutsu*” ou “Buda da aspiração, prática, despertar e nirvana”. Este Buda não está muito afastado de nós. Nós próprios devíamos ser Buda chamado *sokushin zebutsu*.

Originalmente escrito em Japonês pelo Rev. Tairyu Tsunoda

Traduzido para Inglês pelo Rev. Issho Fujita

Assistido pelo Rev. Tonen O'Connor e Rev. Zuiko Redding