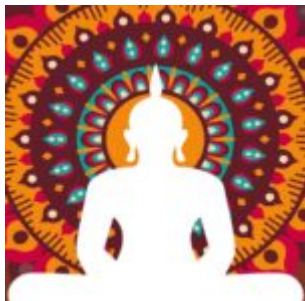


TRANQUILIZE-SE COM OS MANTRAS BUDISTAS

escrito por Triada



Saiba como o budismo abraça a tradição dos mantras, sons poderosos que acalmam a mente, ao mesmo tempo em que evocam energias positivas das mais poderosas divindades

Texto • *Thiago Perin*

Fonte: Triada.com.br

Apesar de estarmos mais acostumados a associar o conceito de mantra à religião hinduísta, o budismo também incorpora esses sons sagrados em sua doutrina. E nele, por outro lado, não existe crença em tal poder inerente aos mantras. A menos que sejam entoados por um bodhisattva (um ser de sabedoria muito elevada), eles são apenas sons que evocam energias sagradas de Buda ou de outras divindades – quase como a Ave Maria do catolicismo.

Em geral, os mantras budistas são frases curtas, compostas por mestres espirituais da religião, com o objetivo de abrir a mente e permitir que a iluminação tome conta dos pensamentos. Cada vertente (como o budismo chinês, o tibetano e o zen-budismo) pode ter características individuais no que se refere à utilização dos mantras, mas a prática está presente em todas elas. No vajrayana, por exemplo, a repetição das frases sagradas é tão importante que esse estilo é também chamado de “mantrayana”, palavra que pode ser traduzida como “veículo do mantra”.

Dentro do budismo tibetano, um dos mantras mais conhecidos é o Om Mani Padme Hum (pronuncia-se “Om Mani Peh-meh Hoon”), associado ao conceito de busca pela compaixão irrestrita e conhecido como “Seis Sílabas” ou “Grande Mantra”. É um bom exemplo do caráter poético e contemplativo dos sons entoados pelos budistas: nele, “Om” representa o absoluto; “Mani” é a “jóia da compaixão”; “Padme” significa flor-de-lótus, a planta de beleza única que nasce no lodo; e “Hum” representa a mente iluminada. A tradução aproximada desse mantra pode ser “a jóia no coração do lótus” ou “a iluminação está em tudo”.