



Nyingma Trust

Nossa missão: Manter e proteger a saúde e a segurança da nossa comunidade de praticantes do Dharma, em respeito e apoio ao seu compromisso com a visão de Tarthang Rinpoche e da linhagem Nyingma.

2425 Hillside Ave, Berkeley CA 94704

www.nyingmatrust.org

510-809-1550

NÚMERO 1, PRIMAVERA



Stupa da iluminação de Odiyan

“A prece nutre profundamente o coração e a mente; ela desperta a aspiração de beleza e verdade e abre um caminho interior – meios pelos quais o conhecimento se manifesta em nossa vida.”

- TARTHANG TULKU



Membros da comunidade Nyingma orando

CAMINHADAS DO NYINGMA TRUST: PATROCINE UMA ORAÇÃO

As Caminhadas do Nyingma Trust são realizadas na Celebração da Iluminação do Buddha, 27 de maio de 2010, e no Losar, o Ano Novo tibetano, 5 março de 2011.

Na manhã de uma Caminhada do Trust, a comunidade de Odiyan faz uma cerimônia tradicional completa na Stupa da Iluminação. A energia nesses dias parece ter maior clareza e propósito, e permite que a pureza e a calma deste local de retiro alimentem a prática espiritual. A tradição tibetana afirma que no Dia da Iluminação a energia é intensificada 10 milhões de vezes.

Após o término da cerimônia tradicional, começamos a Caminhada do Trust. Todos circundam a stupa no sentido horário levando nas mãos as solicitações dos doadores, acolhendo no ar as reverberações do sino da stupa e do sopro de trompas e conchas. Os praticantes oram para que os desejos dos patrocinadores sejam positivamente atendidos.

O Significado e Poder da Stupa

A Stupa da Iluminação é uma das oito formas de stupas descritas por Nagarjuna para representar acontecimentos importantes da vida do Buddha e da Sangha, seus discípulos diretos. Todas as stupas retratam o Buddha sentado em meditação e são um símbolo da mente iluminada.

O Buddha demonstrou a forma da stupa ao dobrar seu manto quatro vezes para formar a base, pondo sobre ele sua tigela de esmolas virada para baixo indicando a cúpula, e seu cajado sobre ela para mostrar o topo. Com relíquias do Buddha guardadas no seu interior, o campo de iluminação da stupa se amplia, transformando a terra em um solo de realização.

Por que Caminhar?

No budismo, em especial na tradição Nyingma do Tibete, circumambular uma stupa sagrada é uma ação meritória que evoca poderosas qualidades curativas.

Muitas tradições budistas acreditam que stupas irradiam oceanos de bênçãos e energia positiva. A Stupa de Odiyan tem um poder criado pela arte sagrada, textos, rodas de oração e relíquias da linhagem iluminada. Essas bênçãos são evocadas por meio de pedidos de orações.

Acreditamos que a Stupa tem o poder de responder orações e curar todo tipo de negatividade. Patrocinar uma oração na stupa por ocasião do Dia da Iluminação é uma oportunidade preciosa para que todos participem do profundo poder desta forma sagrada.

No dia da iluminação do Buddha, 27 de maio, faremos nossa próxima caminhada. Budistas em todo o mundo esperam por este dia tão auspicioso para preces. Junte-se a nós patrocinando as preces!

NESTE NÚMERO

Caminhadas do Nyingma Trust	1
Mensagem da Diretora	2
Patrocine preces em 27 de Maio	2
Entrevista com Elizabeth Cook	2
Nosso nova sede	3
Costurando bandeiras de oração	3
Primeiras Impressões	3
Campanha Tocando a Gratidão	4

No dia 15 de maio o Nyingma Institute de Berkeley, CA, dedicará novamente a stupa do seu jardim para a longevidade de Tarthang Rinpoche.



O Nyingma Trust, desde a sua criação em 2008, tem feito uma contribuição significativa para a saúde e a segurança da comunidade de praticantes do Nyingma. Conseguimos manter o plano de saúde básico para mais de 60 voluntários que trabalham há muitos anos em tempo integral. Motivados por esse sucesso, queremos ir além e contratar serviços médicos mais especializados, criando uma poupança para cuidados de saúde futuros.

Embora tenhamos grande fé no Dharma como veículo de profunda cura espiritual, não podemos evitar a doença e a velhice - no ano passado sofremos a perda de três amigos. É necessário proteger o quadro de praticantes que foram treinados pessoalmente por Tarthang Tulku, de modo realista e bem fundamentado. Enquanto continuamos a participar da ampla visão de Rinpoche de proteger todas as escolas do Budismo e suas diversas tradições

regionais e culturais, precisamos de pessoas que têm um entendimento profundo e vivencial do que isso significa e de como fazê-lo.

Quanto mais fortes e saudáveis pudermos nos manter, mais poderemos desempenhar um papel fundamental nos processos interculturais que vem se desenvolvendo nas últimas décadas. O Dharma está em constante penetração no Ocidente, não apenas de modo experimental, mas trazendo valores fortes

e mudanças evidentes na maneira das pessoas viverem e agirem em relação ao planeta, e a todos os seres sencientes dentro dele. Queremos estar prontos para o que essas próximas décadas trouxerem, e espero vocês se unam a nós.

Envio meus melhores e mais sinceros cumprimentos para todos os nossos amigos e apoiadores, no Dharma,

Judy Rasmussen
Diretora do Nyingma Trust

Formas de oferecer uma oração no
DIA DA ILUMINAÇÃO DO BUDDHA
27 DE MAIO DE 2010

Para comemorar a Iluminação do Buddha, faça algo verdadeiramente especial, oferecendo o presente da oração.

O dia da Iluminação do Buddha tem um poder especial de para ampliar toda a energia dez milhões de vezes.

Visite o nosso site para ouvir alguns dos sons da cerimônia e para ler os comentários dos participantes do ano passado.

Doe usando o envelope de resposta comercial ou entre online em www.nyingmatrust.org/Participate/donate.html, ou ligue 00-1-510-809-1550

ENTREVISTA COM ELIZABETH COOK, VOLUNTÁRIA DO NYINGMA DESDE 1977



Elizabeth (Betty) Cook, M.A, trabalha para os centros Nyingma há 33 anos, e atuou no corpo docente do Nyingma Institute de 1977-1995. Desde 1978, vem trabalhando com Tarthang Tulku como editora de Dharma Publishing, e continua a participar de pesquisas, sustentando o trabalho de todo o mandala dos Centros Nyingma.

O que atraiu você para trabalhar nos Centros Nyingma?

Ao chegar nos Estados Unidos, Tarthang Rinpoche quase não falava inglês e tinha pouquíssimos recursos financeiros. Ainda assim, foi capaz de criar vários centros onde seus alunos encontram um lugar confortável para viver e trabalhar. Embora viesse de uma cultura totalmente

diferente, ele reconheceu a necessidade de criar condições adequadas, sem luxos, para todos viverem em cooperação. Ele ensinou que o caminho espiritual tinha mais a oferecer do que a preocupação com o ganho material. Isso atraiu minha atenção.

O que você aprendeu aqui em seus 35 anos como estudante?

Aprendi a viver com simplicidade, sem muitas posses. Este é um desafio difícil. Não nos sentimos à vontade para abrir mão da nossa autonomia e das nossas coisas. É preciso um período de ajuste. Há um propósito maior para o que fazemos e ele oferece mais satisfação do que simplesmente buscar meu próprio prazer. Eu mudei.

O que você acha mais significativo nesse estilo de vida incomum?

Quando trabalho honestamente, vejo meus problemas e os atravesso, minha vida se torna mais interessante, mais agradável. Na verdade, me sinto mais feliz. Percebi que há uma maneira mais leve, livre e gratificante de ser. Trabalhar e viver junto com os outros pode ser difícil, mas aprendo quando me envolvo diretamente com as situações até resolvê-

las, chegando a conclusões que posso manter à luz dos ensinamentos.

Sou privilegiada por trabalhar em projetos que transcendem o “eu”. Trabalho que não nos expande, não tem valor - é raso, sem vivacidade, sem descobertas. Oferecer minha energia livremente, sem focar em mim mesma, mudando de uma orientação egocêntrica para outra maior e mais generosa, realmente me faz sentir bem. A nossa forma de trabalhar mantém o ego em equilíbrio; seu valor depende de como isso beneficia as pessoas.

O que você fez nos últimos meses que foi particularmente gratificante?

Recentemente fiz uma viagem de ensino ao Brasil. Muitas pessoas estiveram nas palestras, apreciando sinceramente o trabalho do Rinpoche! Tive a sorte de servir de ponte - regar sementes já lançadas por outrem. Através dos projetos guiados pela sabedoria e visão de Tarthang Tulku, novos horizontes de como usar sua mente e energia se abrem para as pessoas. Se não estivéssemos aqui para ajudar a traduzir, imprimir, construir templos e imagens sagradas, essas novas perspectivas e modos de ver não estariam presentes.

NOVO ESCRITÓRIO EM BERKELEY, CA

O Nyingma Trust tem seu escritório junto com o Tibetan Aid Project e Livraria da Dharma Publishing. Mais de vinte voluntários trabalham em projetos que vão desde costura das Bandeiras Oração pela Paz, o Guna Film Project, eventos e atividades do TAP e do Nyingma Trust. Estamos na Harold Way, 2210, próximos à Biblioteca de Berkeley, do YMCA e do campus da Universidade, onde um fluxo constante de pedestres favorece o acesso aos interessados em projetos de Dharma.

A livraria oferece produtos para a prática budista, além dos itens do catálogo online do Nyingma Trust e do site do TAP. Toda a renda provenientes de livros e artigos é dedicada à criação e produção dos



textos e arte sagrada tibetana, bandeiras de oração, rodas de oração e outros projetos do Dharma, tais como a distribuição de livros para refugiados tibetanos na região do Himalaia. Venha nos fazer uma visita quando estiver no centro de Berkeley!

BANDEIRAS DE ORAÇÃO TIBETANAS: UM TESTEMUNHO DA NOSSA INTERDEPENDÊNCIA POR KELLY DREW

É notável testemunhar o ciclo de vida de uma bandeira de oração. Bem nítida e vibrante por um tempo, ela se torna quase irreconhecível depois de anos de exposição ao vento e à chuva. O tecido resistente é transformado em uma delicada teia das fibras restantes, que nem conseguem conter mais as letras impressas do mantra. Ao ver essas bandeiras gastas pelo tempo, sentimos por uma profunda sensação de serenidade, sabendo que cada rajada de vento, até mesmo a brisa mais leve, traz compaixão e orações pela paz a cada um dos seres sobre a terra.

Os ventos são os condutores finais dessas bênçãos. No entanto, essa força natural é a última dentre uma longa lista de processos mais intencionais que dão corpo a essas orações. Como voluntária do Nyingma Trust, tenho a boa sorte de fazer parte da criação dessas bandeiras. Minhas contribuições diárias na costura me fazem constantemente lembrar que este processo é sustentado pela paciência, trabalho em equipe, concentração meditativa e um total sentimento de benevolência.

A jornada da bandeira de oração começa com a elaboração dos layouts das bandeiras para o próximo ano, inspiradas e concebidas por Tarthang Tulku. Imagens de divindades são cuidadosamente combinadas com mantras ou sutras específicos para desenvolver o tipo de bênçãos que serão transmitidas. A configuração final da bandeira é feita em um grande estêncil e impressa em tela de nylon resistente. No mês de outubro passado, nossa equipe de voluntários, reunindo seus equipamentos,

cantos de mantras no início do trabalho e uma bênção diária com água abençoada, imprimiu 3.000 bandeiras no pátio do Nyingma Institute de Berkeley. Embora a impressão só aconteça uma vez por ano, o próximo passo é costurar as bandeiras diariamente. Voluntários em tempo integral, meio-período ou ocasionais dedicam grande e meticuloso esforço para a realização destas oferendas.

A etapa final ocorre geralmente em Odiyan, nosso centro de retiros. Lá é onde a maioria das bandeiras grandes



é hasteada, em um ambiente incrivelmente sagrado. Bandeiras desgastadas que passaram seus dias expostas ao sol, lutando com seu quinhão de chuvas torrenciais, são aposentadas e substituídas por suas sucessoras. É notável observar o ciclo das bandeiras como um reflexo da nossa própria experiência como seres humanos: ambos se manifestam por meio da nossa interdependência sobre esta terra, e tentam suportar os ventos da mudança.

Se quiser colaborar com nossa meta de costurar 2.000 bandeiras por ano, você será sempre bem-vindo no nosso centro em Berkeley, CA. No site você pode comprar bandeiras de oração, feitas a mão: www.nyingmatrust.org

PRIMEIRAS IMPRESSÕES, POR DON CIRLIN

Sou americano, cerca de 50 anos, e visitei o Nyingma Institute em uma palestra de domingo sobre o Dharma. Sou de origem judaica, mas queria conhecer mais sobre os tibetanos, pois sinto empatia por eles. Quando entrei no Nyingma Institute, fiquei maravilhado pela beleza, elegância, paz e ordem do ambiente. Na sala de meditação, vi e ouvi as rodas de oração e fiquei tocado pela onipresente energia de oração pela paz e por uma consciência mais elevada.

A palestra foi muito inspiradora e realista. Então, entrei em contato com o Nyingma Trust pensando em ser útil. Decidi trabalhar como voluntário para aprender a aparar bandeiras de oração. Nos primeiros dez minutos me perguntaram se eu sabia fazer um comunicado para a imprensa. Sou formado em comunicação e venho trabalhando com publicidade; assim, fui imediatamente fazer um informe para a imprensa sobre a Caminhada do Ano Novo tibetano no Valentine's Day. Logo me vi gravando um texto de 15 segundos para a Clear Channel Radio, enviando folhetos e desenvolvendo um guia de mídia para o futuro.

É um prazer trabalhar ao lado de pessoas que se dedicam a um propósito que vai além do seu sucesso individual. Agradeço a Tarthang Tulku por ter trazido a tradição Nyingma para Berkeley, tornando possível contribuir para com essa atividade meritória.

Ainda é difícil acreditar que levou tanto tempo para eu descobrir tudo isso, mas essa é uma das grandes coisas sobre a vida - há sempre algo novo para aprender. Ah, e por falar nisso, o almoço que é servido é a melhor refeição que faço durante a semana. O espírito de amizade que senti quando cheguei no Nyingma continua a crescer.



“Quando a nossa organização começou, quase ninguém tinha um real conhecimento do Dharma. Ao longo dos anos aprendemos fazendo, fazendo uma contribuição e aprendendo que por trás de cada manifestação do Buddhadharma existe uma longa linhagem e uma história rica e profundamente significativa. Mesmo para os que deixaram a comunidade, a ligação com a linhagem e a oportunidade de compartilhar suas bênçãos ainda persiste” TARTHANG TULKU

APRESENTANDO NOSSA NOVA CAMPANHA TOCANDO A GRATIDÃO

É um privilégio raro se dedicar de tempo integral ao trabalho do Dharma, cumprindo a visão de Tarthang Tulku e sua linhagem de mestres Nyingma: a preservação do Dharma na Ásia e a introdução da sabedoria budista para o Ocidente. Nossa comunidade é grata pela oportunidade de trabalhar em projetos sagrados, participar da tradução dos ensinamentos budistas, de atividades que beneficiam todos os seres do planeta, e de ter a oportunidade de trabalhar tão intimamente com um professor e um guia visionário.

Ver os websites das nossas organizações irmãs fortalece as metas do Nyingma Trust de ajudar a manter e preservar a comunidade de pessoas que pensam como nós, que foram treinados pelo Rinpoche e o ajudam em seus projetos.

Nosso grupo pequeno, porém eficiente, está se expandindo e envelhecendo, e vamos precisar de muito suporte para ajudar alguns na velhice e manter a saúde e a vitalidade de nossos membros mais novos. Esperamos que você se junte à nova campanha do Nyingma Trust, que busca sinceramente expressar a gratidão por tudo que já foi construído e também a todos que trabalharam tão arduamente nos últimos quarenta anos.

Ao participar de Tocando a Gratidão, você poderá expressar sua própria apreciação em relação a este trabalho essencial - não só oferecendo fundos para o suporte, mas aceitando os presentes de arte sagrada, auxílio à prática, literatura e seminários oferecidos aos patrocinadores para aprofundar sua meditação e entendimento dessa tradição.

Campanha Tocando a Gratidão - Benefícios aos Patronos *

Todos os doadores receberão preces para sua boa saúde na Stupa de Odiyan em 27 de maio de 2010, Dia da Iluminação do Buddha, em que o poder das preces se amplia 10 milhões de vezes. Em apreciação à sua generosa doação, oferecemos benefícios e presente especiais para contribuições dos seguintes valores: *Os doadores podem fazer uma doação única ou agendar pagamentos mensais. Acesse www.nyingmatrust.org.*

- \$300 Patrono Contas de Preces:** \$25/mês
Um cordão de 5 Bandeiras de oração de 68cm e um mahla de Jacarandá
- \$500 Patrono Mahla de Jóias:** \$42/mês
Uma réplica da estátua do Metta Buddha da Stupa de Bodh Gaya, Índia
Um mahla de cura, feito de osso e incrustação de turquesa e coral
Uma cópia do livro Padmasambhava comes to Tibet, de Yeshe Tsogyal
- \$1000 Patrono de Cobre:** \$84/mês
15 Bandeiras de oração e uma réplica da estátua Metta Buddha
5 bandeiras de Avalokitesvara cor de açafrão
Um almoço gourmet vegetariano organizado pelo Mangalam Center
Participação em um evento do *Center for Creative Inquiry*
Uma thanka em giclê de 45 x 60 cm
- \$2500 Patrono de Bronze:** \$209/mês
Uma réplica da estátua Metta Buddha
3 seminários de sábado da sua preferência (preenchendo pré-requisitos)
Um convite cortesia para o jantar anual *San Francisco Taste and Tribute Dinner*
Um retiro sobre *A Morte e o Morrer* dado no Centro de Retiros de Ratna Ling
- \$5000 Patrono de Prata:** \$417/mês
Uma réplica da estátua Metta Buddha
Qualquer seminário de três dias no Nyingma Institute, incluindo uma thanka usada nas práticas de meditação do seminário
Inscrição nos seguintes workshops:
Medicine Buddha - Seminário de Cura
Avalokitesvara - Workshop sobre Compaixão
Manjusri - Workshop de Estudos Budistas.
Um convite cortesia para o jantar anual *San Francisco Taste and Tribute Dinner*
- \$10,000 Patrono de Ouro:** \$834/mês
Uma réplica da estátua Metta Buddha
Um retiro com instruções individuais de uma semana
Um retiro de 5 dias em Ratna Ling, focado em Desenvolver *Questioning Mind* Convides cortesia para o *San Francisco Taste e o Tribute Dinner* and the *New York Taste and Tribute Dinner*

*** Os itens listados são generosamente doados por estas organizações: Nyingma Institute, Dharma Publishing, Tibetan Aid Project, Ratna Ling, Mangalam Center e Light of Buddhadharma Foundation International.**

Os membros da comunidade de nossas organizações e projetos irmãos recebem seguro saúde patrocinados pelas atividades do Nyingma Trust.

Nyingma Centers (www.nyingmacenters.org)
Nyingma Institute (www.nyingmainstitute.com)
Tibetan Aid Project (www.tibetanaidproject.org)
Dharma Publishing (www.dharmapublishing.com)
Yeshe De Text Project (www.yeshede.org)

Ratna Ling (www.ratnaling.org)
Odiyan Retreat (www.odiyen.org)
Odiyan Stupa (www.odiyen.org/stupa.html)
Guna Foundation (www.gunafoundation.org)
Mangalam Centers (www.mangalamcenters.org)