

GLOSSÁRIO DE TERMOS

BUDISTAS



Nirvana:

Estado caracterizado pela libertação da dor, das preocupações e do mundo condicionado. É o objetivo que todos os budistas aspiram: a cessação do desejo e, consequentemente, o fim do sofrimento. Em sânscrito, nirvana significa "extinção" ou "apagamento", sendo compreendido como a extinção do desejo pessoal e o apagar do fogo da existência.

Karma:

Lei de causa e efeito que influencia o renascimento. As ações praticadas nesta vida, sejam boas ou más, determinam as circunstâncias das existências futuras até que a pessoa passe pelo processo de purificação necessário para alcançar o Nirvana.

Salvação:

Libertação do ciclo do karma por meio do esforço pessoal, praticando o Nobre Caminho Óctuplo.

Quatro Nobres Verdades:

- a vida é marcada pelo sofrimento (dukkha);
- o sofrimento surge do apego e do desejo (samudaya);
- o sofrimento pode cessar (nirodha);
- o caminho para o fim do sofrimento é o Nobre Caminho Óctuplo (maggā).

Nobre Caminho Óctuplo:

- ① **Compreensão Correta (Sammā-diṭṭhi)**
Aceitar e compreender os ensinamentos budistas por meio da prática e da reflexão.
- ② **Intenção Correta (Sammā-saṅkappa)**
Cultivar intenções e atitudes corretas.
- ③ **Fala Correta (Sammā-vācā)**
Falar com honestidade, evitando calúnia, fofoca e palavras ofensivas.
- ④ **Ação Correta (Sammā-kammanta)**
Agir de forma pacífica e ética, evitando matar, roubar e excessos.
- ⑤ **Meio de Vida Correto (Sammā-ājīva)**
Obter sustento sem explorar pessoas ou animais e sem comercializar álcool, drogas ou armas.
- ⑥ **Esforço Correto (Sammā-vāyāma)**
Cultivar estados mentais saudáveis e evitar estados mentais nocivos.
- ⑦ **Atenção Plena Correta (Sammā-sati)**
Desenvolver consciência dos estados mentais, físicos, emocionais e psicológicos.
- ⑧ **Concentração Correta (Sammā-samādhi)**
Desenvolver concentração profunda no caminho espiritual.

Samsara/ Renascimento:

No ciclo contínuo de renascimentos (samsara), a pessoa experimenta nascimento, morte e renascimento. A forma como renasce depende do karma acumulado ao longo da vida. O renascimento pode ocorrer em um dos seis reinos: deuses, semideuses, animais, seres atormentados, espíritos famintos ou seres humanos.

Impermanência: Crença de que todas as experiências mentais e físicas são transitórias.

Dharma:

No budismo, refere-se aos ensinamentos do Buda, ao caminho para a iluminação e aos princípios éticos que orientam tanto a vida individual quanto a comunidade.

Buda:

Siddhartha Gautama, homem que alcançou a iluminação. Os budistas o veneram e seguem seus ensinamentos. O próprio Buda nunca afirmou ser um deus nem uma divindade, mas alguém que mostrou aos outros o caminho para a iluminação.

Vesak:

Celebração sagrada realizada, em geral, no mês de maio, que comemora o nascimento, a iluminação e o parinirvana (falecimento) do Buda.

Pirivena:

Centro monástico de formação destinado ao ensino de monges budistas.

Dhamma:

Termo em páli para os ensinamentos do Buda sobre como superar o sofrimento (dukkha).

Tripitaka (Tipitaka):

Cânone das escrituras budistas, composto por textos monásticos, discursos e ensinamentos filosóficos.

Termos adicionais

Iluminação (Bodhi):

No budismo, estado alcançado quando a pessoa rompe o ciclo de renascimentos e atinge o Nirvana.

Dukkha:

Compreensão de que a existência é marcada pelo sofrimento, pela insatisfação e pela impermanência.

Anatta:

Doutrina budista da inexistência de um eu permanente ou de uma alma imutável.

Sangha:

Comunidade budista composta por monges, monjas e, em alguns contextos, praticantes leigos.

Três Joias (Triratna):

Os três refúgios do budismo: o Buda, o Dharma e a Sangha.

Bodisatva (Bodhisattva):

Aquele que busca a iluminação e segue o caminho para tornar-se um buda, dedicando-se também ao benefício dos outros seres.

Meditação:

Prática budista voltada ao treinamento da mente para desenvolver atenção plena, sabedoria, libertação, autoconhecimento e despertar espiritual.

Quatro Estados Sublimes (Brahmaviharas):

Os quatro estados mentais elevados cultivados no budismo: amor-bondade (metta), compaixão (karuna), alegria altruísta (mudita) e equanimidade (upekkha).

Triśikṣā (Três Treinamentos):

Os três treinamentos fundamentais para alcançar a iluminação: śīla (conduta moral), samadhi (meditação/concentração) e prajna (sabedoria intuitiva).

Budismo Mahayana:

Escola budista originada na Índia que exerceu forte influência na Ásia Central e Oriental. Seus praticantes enfatizam aspectos cosmológicos, rituais, metafísicos e éticos.

Budismo Theravada:

Tradicional no Sri Lanka, Mianmar, Tailândia, Camboja e Laos. Os praticantes afirmam preservar de forma mais fiel os ensinamentos originais do Buda e, diferentemente do Mahayana, não veneram outros budas nem bodisatvas.

Budismo Vajrayana:

Escola budista originada na Índia que enfatiza práticas esotéricas, mantras e métodos destinados ao despertar espiritual, especialmente difundida no Tibete e na região do Himalaia.

