

OS CINCO AGREGADOS
E OS
CINQUENTA E UM
FATORES MENTAIS ASSOCIADOS

*A partir dos comentários de Khenpo Yönten Gyamtso,
de Vasubandhu e de Jamgön Mipham Rinpoche*



PADMAKARA

OS CINCO AGREGADOS
E OS
CINQUENTA E UM
FATORES MENTAIS ASSOCIADOS

*A partir dos comentários de Khenpo Yönten Gyamtso,
de Vasubandhu e de Ju Mipham Rinpoche*

OS CINCO AGREGADOS

A **Forma** é definida como algo que é divisível. A **Sensação** é experiência vívida. A **Percepção** é a cognição das características dos fenômenos. Os **Fatores Condicionantes**¹ são os elementos causais e condicionantes não contabilizados nos outros quatro agregados. E, por fim, a **Consciência** é definida como a consciência de objetos externos e de estados mentais internos.

A. Forma (*gzugs*): A forma, em seu aspecto causal, corresponde aos quatro elementos: terra, água, fogo e ar. E, em seu aspecto resultante, corresponde aos cinco órgãos dos sentidos e aos seus respectivos cinco objetos. A estes é adicionada a chamada forma imperceptível (*rig byed ma yin pa*). Os dez primeiros aspectos da forma são relativamente fáceis de entender, o último item, que é afirmado apenas pela escola *Vaibhāṣika*, é descrito no *Abhidharmakośa* do seguinte modo: “Há três tipos de formas imperceptíveis: os votos, os não-votos e outros”. Neste contexto, “votos” significa o compromisso com as ações virtuosas, os “não-votos” são o compromisso estabelecido com as ações negativas, enquanto “outros” refere-se a atividades, positivas ou negativas, realizadas sem uma intenção consciente. Este terceiro tipo de forma imperceptível é denominado “intermediário”. Todas essas formas são originadas a partir dos quatro principais elementos do corpo e da fala, e, mesmo quando em estados de inconsciência e desatenção, estão sempre presentes. No entanto, os *sautrāntikas*, *cittamātrins* e *mādhyamikas* não fazem menção a formas imperceptíveis.

¹ Frequentemente chamado de “volições”.

B. Sensação (*tshor ba*): As sensações são de três tipos: agradáveis, desagradáveis e neutras.

C. Percepção (*'du shes*): A percepção pode ser distinguida como: pequena, média e grande².

D. Fatores Condicionantes (*'du byed*): Há “fatores condicionantes associados” (i.e., associados à mente) e “fatores condicionantes não-associados” (não-associados à mente e que, portanto, não são nem mente, nem forma). Os fatores condicionantes associados consistem em quarenta e nove fatores mentais, aos quais podem ser adicionados a sensação e a percepção, acima mencionadas, formando assim um total de cinquenta e um.

Estes cinquenta e um fatores mentais associados são subdivididos em seis grupos:

1. Os cinco fatores onipresentes (*kun 'gro lnga*).
2. Os cinco fatores de asserção do objeto (*yul so sor nges pa lnga*).
3. Os onze fatores positivos (*dge ba'i sa mang bcu gcig*).
4. As seis emoções aflitivas³ raiz (*rtsa ba'i nyon mongs drug*).
5. As vinte emoções aflitivas subsidiárias (*nye ba'i nyon mongs nyi shu*).
6. Os quatro fatores variáveis (*gzhan 'gyur bzhi*).

2 Que estão relacionados à percepção no Mundo do Desejo, da Forma e da Não-Forma.

3 Embora o texto em inglês, que serviu de original a esta tradução, utilize o termo “defilement”, que poderia ser traduzido português como “impureza”, uma vez que o termo original tibetano é “nyon mongs”, que significa as “emoções conflituosas ou negativas”, nesta versão portuguesa adotamos o termo “emoções aflitivas”.

1. Os Cinco Fatores Onipresentes (*kun 'gro lnga*):

Os cinco fatores onipresentes são assim chamados pois estão presentes em todos os processos mentais e são necessários para cada ato de cognição. Eles são:

1.1. Sensação (*tshor ba*): São as experiências de prazer, dor e neutralidade. A sensação serve então como base para o desejo e para a aversão.

1.2. Percepção (*'du shes*): É a apreensão de um objeto específico como algo circunscrito e distinto de outra coisa. No nível conceitual, este é o reconhecimento de identidades ou nomes. No nível sensorial, é o discernimento dos cinco objetos dos sentidos. (Essas são experiências *subjetivas* e são, portanto, a base de desacordos e controvérsias.)

1.3. Intenção (*sems pa*): É o movimento da mente em direção a um objeto específico e a sua apreensão clara. Esta é a base de toda a ação e envolvimento subsequentes.

1.4. Contato (*reg pa*): É o encontro do objeto, do órgão dos sentidos e da consciência. Esta é a base para as sensações.

1.5. Atenção ou Envolvimento Mental (*vid la byed pa*): É o focar estável da mente no seu objeto. Esta é a base da concentração.

2. Os Cinco Fatores de Asserção do Objeto (*yul so sor nges pa lnga*):

Os cinco fatores de asserção do objeto abordam aspectos específicos ao objeto, estes são:

2.1. Interesse Intenso (*'dun pa*): Quando a mente tem um forte interesse por um objeto que aparece em um dos seis campos dos sentidos.

É uma nostalgia por experiências passadas, um fascínio pela experiência presente e o desejo de experimentá-la novamente no futuro. É a base para a diligência jubilosa (*brtson 'grus*).

2.2. Apreciação (*mos pa*): Quando a mente desfruta das qualidades de um objeto, gosta dele, e fixa na memória o pensamento relativo a este objeto.

2.3. Recordação (*dran pa*): Fator que impede que a mente abandone ou esqueça seu objeto. É a antítese da distração.

2.4. Concentração (*ting nge 'dzin*): Estabilidade mental unidirecionada que se foca em um determinado objeto e atua como base para o conhecimento correto.

2.5. Inteligência (*shes rab*): Capacidade de ter lucidez e de discernir os fenômenos para além da dúvida e da hesitação.

3. Os Onze Fatores Positivos (*dge ba'i sa mang bcu gcig*): Os onze fatores positivos são as causas que levam os cinco fatores onipresentes, os cinco fatores de asserção do objeto e os quatro fatores variáveis a assumirem um aspecto positivo e, portanto, a criarem felicidade para nós e para os outros. Eles são:

3.1. Fé (*dad pa*): Neste contexto, a fé refere-se a um estado mental livre da poluição das emoções aflitivas maiores e menores. É uma atitude de confiança em relação ao que é realmente puro e autêntico, como por exemplo: a lei kármica de causa e efeito, e as qualidades das Três Joias. A fé serve como base para o “interesse intenso”.

3.2. Noção de Vergonha (*ngo tsha*): Sensação interna e privada daquilo que é certo ou errado. É um impulso de evitar o mal em virtude do Dharma ou da consciência pessoal. A noção de vergonha serve como alicerce para a autodisciplina.

3.3. Decoro (*khrel yod*): Sensibilidade às opiniões e aos sentimentos de outras pessoas que leva à contenção da negatividade em prol dos outros. O decoro serve também como alicerce para a disciplina pura.

3.4. Zelo / Conscienciosidade (*bag yod*): Cuidado atento em adotar a conduta virtuosa e evitar a conduta negativa. Ter zelo, i.e., ser consciencioso, promove a bondade tanto no nível relativo quanto no absoluto.

3.5. Flexibilidade (*shin sbyangs*): Aptidão da mente e do corpo que, estando alerta, previne a rigidez e abre caminho a objetivos bons e benéficos.

3.6. Equanimidade (*btang snyoms*): Estado mental calmo e límpido, livre de torpor ou agitação, que protege contra as perturbações emocionais do desejo, da raiva e da ignorância.

3.7. Desapego (*ma chags*): É o oposto do apego à existência e às posses mundanas e, por este motivo, é o seu remédio.

3.8. Não-agressão (*mi sdang*): É o oposto do ódio e, por este motivo, é o seu remédio. É o amor em si mesmo, que derrota a hostilidade para com os seres sencientes e as situações dolorosas.

3.9. Não-estupidez (*gti mug med*): É o oposto da ignorância e, por este motivo, é o seu remédio. É uma lucidez e nitidez da mente que elimina a confusão no que se refere aos objetos do conhecimento.

3.10. Não-violência (*rnam par mi 'tshé ba*): Incapacidade de aceitar que os outros devam sofrer, uma atitude de bondade e de compaixão para com o sofrimento alheio.

3.11. Diligência Jubilosa (*brtson 'grus*): Apreciação e júbilo em relação às ações positivas. Deve ser claramente diferenciada de um entusiasmo pelas coisas não-virtuosas ou por coisas que não estejam ligadas ao Dharma. A sua função é fomentar a realização de qualidades positivas.

As vinte e seis emoções aflitivas⁴ promovem turbulência mental e perturbações. Isto é óbvio no caso de algumas dessas emoções, como a raiva, mas quem quer que tenha tentado meditar já deve ter percebido os problemas que a preguiça e a apatia podem causar. Essas emoções aflitivas, ou *kleśas*, são divididas em seis emoções aflitivas raiz e vinte emoções aflitivas subsidiárias. As emoções aflitivas raiz são a causa de todos os conflitos emocionais e distorções mentais, e é devido a essas emoções que as ações negativas são realizadas. Por sua vez, são elas que dão origem aos sofrimentos do *saṃsāra*. As vinte emoções aflitivas subsidiárias são aspectos das seis emoções aflitivas de base e as acompanham como fatores dependentes.

4. As seis emoções aflitivas raiz (*rtsa ba'i nyon mongs drug*):

4.1. Apego (*'dod chags* / *s. rāga*): Estado de anseio por algo e a vontade de possuí-lo. É um estado de ilusão desenvolvido em relação ao objeto, fazendo com que este pareça ser apenas fonte de satisfação e deleite. O apego serve como base para o descontentamento e, em contraste com o amor e a compaixão que se preocupam exclusivamente com o bem dos outros, é sempre autocentrado e voltado para a satisfação pessoal. De um ponto de

4 As seis emoções aflitivas raiz mais as vinte emoções aflitivas subsidiárias.

vista mais técnico, o apego inclui também a fixação da mente aos cinco agregados impuros — tal como ocorrem nos três mundos da existência.

4.2. Raiva ou agressividade (*khong khro* / *s. pratigha*): Estado iludido que surge em relação a objetos que nos parecem desagradáveis. É um estado de ressentimento, de incapacidade de tolerar algo ou alguém, e a vontade de remover ou de alguma forma causar mal à fonte da nossa irritação. A agressividade tem como efeito o embrutecimento da mente e é a causa de ações negativas.

4.3. Orgulho (*nga rgyal* / *s. māna*): Forte sensação de superioridade e de enfatuação da nossa própria imagem. É uma ilusão baseada em conceitos errôneos de “eu” e “meu”, e gera sentimentos de autoimportância e de enaltecimento. O orgulho promove o desrespeito em relação aos outros e torna impossível a obtenção de qualidades sublimes.

4.4. Ignorância (*ma rig pa* / *s. avidyā*): Estado de não-saber, ou de desconhecimento, que surge quando a mente carece de clareza em relação à natureza das coisas, como a noção de causa e efeito, as Quatro Nobres Verdades, as Três Joias, e assim por diante. A ignorância é o ambiente em que surgem todas as outras emoções aflitivas.

4.5. Visões Errôneas (*lta ba nyon mongs can* / *s. dṛṣṭi*): São as opiniões falsas sustentadas pela ignorância, por exemplo, sobre o verdadeiro “estatuto do ego”, e são o alicerce de todos os estados mentais negativos. Há cinco tipos principais de pontos de vista errôneos:

a. A visão dos componentes transitórios (*jig tshogs la lta ba*): Em que os cinco agregados (que são transitórios e compostos) são considerados como um “eu” ou um “meu” permanente e singular. Esta visão é a base de todas as outras visões errôneas.

b. A visão de extremos (*mtbar 'dzin pa'i lta ba*): Os extremos são: o eternalismo (a crença na existência imutável de um “eu” pessoal ou dos fenômenos) e o niilismo (a crença de que não há nenhuma continuidade após a morte).

c. A visão de superioridade ideológica (*lta ba mchog 'dzin*): A crença de que a nossa própria opinião (falsa) é suprema e universalmente válida.

d. A visão de superioridade ética (*tshul khrims dang brtul zbugts mchog 'dzin*): A crença na superioridade de sistemas de disciplina ou de ética inválidos, que de fato não produzem os efeitos almejados (para a libertação). Isso inclui as práticas de ascetismo extremo e inútil, o sacrifício de animais, e até mesmo um apego orgulhoso às disciplinas budistas — que efetivamente cria obstruções ao progresso espiritual.

e. Visões errôneas (*log lta*): Manter opiniões que são contrárias aos fatos, por exemplo, negar a existência daquilo que existe, tal como dizer que não existe nenhuma lei kármica de causa e efeito; ou atribuir existência àquilo que não existe, como no caso da crença em um “criador divino”.

4.6. Dúvida (*the tshom / s. vicikitsā*): Estado de hesitação que tende para as visões errôneas e que prejudica o cultivo de estados positivos.

5. As vinte emoções aflitivas subsidiárias (*nye ba'i nyon mongs nyi shu*): As vinte emoções aflitivas subsidiárias são derivadas das seis emoções aflitivas raiz e muitas vezes estão presentes na mente, sem que se esteja ciente delas. Cada uma das vinte emoções aflitivas subsidiárias exerce uma função distinta e comporta-se de maneira específica.

5.1. Desleixo (*bag med pa* / s. *pramāda*): É o oposto do zelo ou da conscienciosidade. É um impulso negligente e sem contenção, do qual desfrutamos, a despeito da necessidade de fazer o bem e evitar o mal. É uma ocasião mais propícia à não-virtude do que à virtude e um fator que dissipa as qualidades positivas.

5.2. Preguiça (*le lo* / s. *kausīdya*): É o oposto do empenho, um apego aos confortos momentâneos e a falha em esforçar-se em condutas virtuosas.

5.3. Falta de Fé (*ma dad pa* / s. *āśraddhya*): Ausência de crença, ou de respeito, em relação a um objeto digno. A falta de fé propicia a preguiça.

5.4. Torpor (*rmug pa* / s. *styāna*): Lapso da mente que leva a um estado de insensibilidade no qual o objeto não é claramente apreendido. Leva a uma condição mental e física de sonolência e de nos sentirmos pesados.

5.5. Excitação (*rgod pa* / s. *auddhatya*): Estado de agitação ou de dispersão devido ao apego, no qual a mente se desvia do objeto de concentração e se distrai, voltando-se para outros objetos.

5.6. Despudor (*ngo tsha med pa* / s. *ābrīkya*): É um suspender da noção interna de moralidade; e serve como suporte e precursor de todas as emoções aflitivas raiz e subsidiárias.

5.7. Desconsideração (*khrel med pa* / s. *anapatatrāpya*): Ausência de autocontenção devido à negligência, uma desconsideração e desdém pela opinião e pelos sentimentos dos outros.

5.8. Fúria (*khro ba* / s. *krodha*): Desejo de infligir o mal e de retaliar por danos sofridos.

5.9. Rancor (*khon 'dzin* / s. *upanāha*): Abrigar mágoas devido a males sofridos no passado, cujas memórias perduram na mente. O rancor é, constantemente, um momento propício para a raiva e o ressentimento.

5.10. Desonestidade (*g.yo / s. śāṭhya*): É o dissimular ou o ludibriar para se obter bens ou vantagens pessoais.

5.11. Animosidade (*'tshig pa / s. pradāśa*): É um estado mental que suscita explosões verbais malévolas, causado pela raiva e pelo rancor, e um precursor da fala rude. A animosidade destrói a nossa felicidade e a dos outros.

5.12. Ciúme e inveja⁵ (*phrag dog / s. īrśya*): Incapacidade de tolerar a boa fortuna dos outros, um estado motivado pelo apego à reputação e aos ganhos materiais pessoais. O ciúme e a inveja alimentam-se da raiva e do ressentimento.

5.13. Dissimulação (*'chab pa / s. mrakśa*): Atitude de recusa em admitir as nossas próprias falhas e em lidar com elas quando essas são apontadas e pronunciadas pelos outros.

5.14. Avareza (*ser sna / s. mātsarya*): É a possessividade, uma atitude de agarrar-se às coisas e de recusa em deixá-las. A avareza pode referir-se não apenas a coisas materiais, mas até mesmo ao Dharma.

5.15. Pretensão (*sgyu / s. māyā*): Imaginar e proclamar qualidades que não possuímos motivados pelo desejo de obter posses ou reputação. Leva a um modo de vida inadequado e à hipocrisia.

5.16. Autossatisfação (*rgyags pa / s. mada*): Autoadmiração, arrogância ou complacência com relação à nossa própria boa sorte, bela aparência e assim por diante. Produz um sentimento superficial de autoconfiança e é a

5 O ciúme advém da possessividade e do apego em relação às pessoas e às coisas que identificamos como nossas posses; não queremos que outros desfrutem ou possuam aquilo que é percebido como “nosso”. A inveja é a incapacidade de suportar o sucesso ou a boa fortuna de outros, e o desejo de possuir aquilo que os outros têm ou desfrutam.

porta de entrada para as emoções aflitivas, maiores e menores⁶.

5.17. Crueldade (*rnam par 'tshe ba* / s. *vihimsā*): Atitude malévola em que intencionalmente se inflige sofrimento a outros.

5.18. Esquecimento (*brjed nges* / s. *muṣitasmr̥titā*): O esquecimento é não só um lapso de memória, mas também perder de vista objetos virtuosos e um descuido que permite o divagar da mente para direções negativas. O esquecimento é a base da distração.

5.19. Distração (*rnam par g.yeng ba* / s. *vikṣepa*): A dispersão da mente em direção a outros objetos que não o ponto de atenção positivo (da concentração).

5.20. Desatenção (*shes bzhin ma yin* / s. *asamprajanya*): Falta de atenção negligente em relação à conduta física, verbal e mental.

6. Os quatro fatores variáveis (*gzhan 'gyur bzhi*): Os quatro fatores variáveis são assim chamados pois o seu caráter muda sob a influência de outros fatores, positivos ou negativos. Ainda que apenas quatro fatores sejam aqui mencionados, esta característica de variabilidade é igualmente compartilhada pelos fatores onipresentes (1) e de asserção do objeto (2).

6.1. Dormir (*gnyid*): Este é um estado em que as consciências dos sentidos estão recolhidas internamente e a mente já não apreende o corpo. O sono é afetado pelas atividades da mente e do corpo durante o período vigília e, por esse motivo, o dormir poderá ser respectivamente positivo ou reparador, negativo ou agitado.

6 Refere-se às emoções aflitivas raiz e as subsidiárias.

6.2. Arrependimento (*'gyod pa*): Atitude de tristeza ou ansiedade em relação às ações passadas. Se a ação foi negativa, o arrependimento é uma qualidade positiva. No caso inverso, i.e., se a ação for positiva, o arrependimento é uma qualidade negativa.

6.3. Discursividade Grosseira (*rtog pa*): o fator mental através do qual a mente obtém uma impressão global dos objetos.

6.4. Discursividade Sutil (*dpyod pa*): É análise intensa de objetos com a intenção de obter uma ideia clara sobre eles. A discursividade grosseira e discursividade sutil são positivas ou negativas de acordo com os seus objetos.

Todos estes cinquenta e um fatores mentais (*sems byung*) são distintos da mente principal (*gtso sems*), mas aproximam-se dela em cinco modos e, por esta razão, é dito serem concomitantes (*mtshungs ldan*) a ela. Assim sendo, a mente principal e os fatores mentais apresentam:

i. Base em Comum (*rten*), dado que ambos vêm a existir em dependência do mesmo órgão do sentido.

ii. Referente em Comum (*dmigs pa*), uma vez que se referem sempre ao mesmo objeto.

iii. Aspecto em Comum (*rnam pa*), já que ambos têm a percepção do mesmo aspecto de um objeto.

iv. Duração em Comum (*dus*), dado que ambos ocorrem no mesmo momento.

v. Singularidade de Ocorrência (*rdzas re re bar mnyam*), uma vez que, em qualquer momento, existe apenas uma mente principal e um fator mental.

A relação entre a mente principal e os fatores mentais é sutil. De um modo geral, a mente principal é a consciência que apreende a presença fundamental do objeto, enquanto os fatores mentais apreendem e reagem a aspectos ou qualidades particulares do objeto em questão. A esse respeito, a relação entre a mente principal e os fatores mentais é similar à existente entre um supervisor e os trabalhadores de uma obra de construção. O supervisor está ciente do que cada trabalhador faz, sem, no entanto, participar da atividade específica de cada trabalhador. Em geral, existem inúmeros fatores mentais; mas, especificamente no *Abhidharmasamuccaya*, Asaṅga enumera cinquenta e um dos mais importantes⁷.

Existem também incontáveis fatores condicionantes não-associados, dentre os quais os mais importantes são: aquisição, não-aquisição, similaridade de estado, absorção sem percepção (i.e., nos reinos celestiais), absorção da cessação, não-percepção, energia vital, nascimento, duração, envelhecimento, impermanência, nomes, frases, sílabas, o estado de um ser comum (i.e., desprovido das qualidades nobres de alguém que está no caminho), continuidade, diversidade, rapidez, conectividade, ordem, temporalidade, espacialidade, número e coleção.

E. Consciência (*rnam par shes pa*): os śrāvakas e a maior parte dos mādhyamikas descrevem seis tipos de consciência — as cinco consciências dos sentidos, que são não-conceituais: visual, auditiva, olfativa, gustativa e tátil; e a consciência mental, que identifica objetos específicos como sendo “isto” ou “aquilo”. Os cittamātras, os restantes mādhyamikas e os praticantes dos ensinamentos do Mantra Secreto, postulam oito tipos de consciên-

⁷ No *Abhidharmakośa*, Vasubandhu enumera quarenta e sete fatores mentais.

cia. Às seis consciências, já mencionadas, adicionam: a mente emocional impura, a qual, voltando-se internamente em direção à *ālaya*, concebe constantemente um “eu”, um “ego”. Esta consciência emocional está ausente na meditação dos āryas, mas nunca cessa na mente dos seres comuns. Finalmente há a consciência de *ālaya* (s. *ālayavijñāna* / t. *kun gzhi rnam shes*), que é o simples conhecer, saber, uma apreensão não especificada, o seu objeto é geral e não-circunscrito.

Uma vez que os cinco agregados são a fonte de futuros sofrimentos, eles ilustram a Verdade da Origem. Dado que são produtos de karmas passados, ilustram a Verdade do Sofrimento. Por serem a causa poluída, são origens; por serem o resultado poluído, são sofrimentos. Todavia, enquanto todas as “origens” são necessariamente “sofrimentos”, nem todos os “sofrimentos” são “origens”. O universo inanimado [é o resultado de karma poluído, mas] não é a origem [de sofrimentos futuros].

Este anexo foi elaborado a partir dos comentários de Khenpo Yönten Gyamtso, YG I, 355-358. Khenpo Yönten Gyamtso, todavia, apenas lista os cinquenta e um fatores mentais, sem comentários. Por este motivo, as definições foram adicionadas com base no Abhidharmakośa de Vasubandhu e na “Introdução ao Conhecimento”⁸ (mkhas ‘jug) de Ju Mipham Rinpoche.

8 Mipham Rinpoche, *Gateway to Knowledge*. Hong Kong: Rangjung Yeshe Publications, 1997.

Tradução do anexo 4: “Os Cinco Agregados”, incluído no livro “Treasury of Precious Qualities” de Jigme Lingpa e Kyabje Kangyur Rinpoche. Padmakara Translation Group. Boston & London: Shambala, 2010.

A transliteração dos termos e mantras em sânscrito foi elaborada de acordo com a convenção do Alfabeto Internacional de Transliteração do Sânscrito (IAST, International Alphabet of Sanskrit Transliteration, Genebra, 1894).

1ª edição brasileira: Abril 2026.

© 2026, Padmakara Brasil

São Paulo & Monchique | Ramo Lusófono do Grupo de Tradução Padmakara
www.padmakara.org.br | www.padmakara.pt

Também disponível em português de Portugal, em <https://www.padmakara.pt/pub-digitais>

GRUPO DE TRADUÇÃO PADMAKARA | RAMO LUSÓFONO

PADMAKARA BRASIL
info@padmakara.org.br | www.padmakara.org.br

PADMAKARA PORTUGAL
info@padmakara.pt | www.padmakara.pt

PADMAKARA INTERNACIONAL
editions@padmakara.com | www.padmakara.com