

Lo Spazio Totale di Vajrasattva

Date : October 15, 2017

Dorje Sempa Namkha Che

Introduzione di Chögyal Namkhai Norbu al suo commentario orale



Chögyal Namkhai Norbu con Dot Jamyang Oliphant alla presentazione di SHAR RO, un libro onorifico dedicato a Rinpoche per i suoi traguardi, insegnamenti e per la sua ricerca, a Merigar West, dicembre 2016. Foto di Izabela Jaroszewska

Vi ho già detto che l'Ati Guruyoga è la pratica essenziale più importante. La pratica è molto importante perché se impariamo qualcosa la dobbiamo applicare. Se applichiamo l'essenza della pratica come l'Ati Guruyoga possiamo avere la realizzazione e ne avremo dei benefici. Se non l'applichiamo, ma ci limitiamo a pensare e imparare intellettualmente non ne avremo alcun beneficio. Faccio sempre l'esempio delle medicine, se andiamo da un dottore per capire quale malattia abbiamo ma non prendiamo le medicine che ci dà né seguiamo i suoi consigli non avremo alcun beneficio. La stessa cosa vale per l'insegnamento. È molto importante applicare le pratiche concretamente, non restare con una bella idea su di loro. Questo non aiuta. Cominciamo sempre con l'Ati Guruyoga, e sapete che insegno lo Dzogchen. Forse potete trovare molti titoli, le persone inseguono i titoli, i nomi e le forme ma questo non è il principio dell'insegnamento Dzogchen che è quello della conoscenza e della comprensione. Dobbiamo scoprire cos'è lo Dzogchen, la nostra vera natura, e poi cercare di essere in quello stato. Ciò

che faccio in tutti i ritiri è dare insegnamenti Dzogchen e anche se usiamo diversi titoli quello che insegno soprattutto è l'Ati Guruyoga. Per questo dico: "Non importa se non vi ricordate cosa insegno ma ricordate come vi ho spiegato di fare l'Ati Guruyoga". Questo è quello che vi chiedo. Non vi chiedo di cantare mantra o di visualizzare le divinità. Se volete potete fare tutto, nello Dzogchen non ci sono limiti. Potete applicare tutto se avete la base, cioè se conoscete qual è l'essenza dell'insegnamento. Questo è quello che dovete scoprire.

Nell'insegnamento Dzogchen dobbiamo per prima cosa sapere che l'essenza dell'insegnamento è la nostra vera natura, e che dobbiamo scoprirla. Se non conosciamo l'essenza dell'insegnamento, allora è come lavorare in un campo molto bello per far crescere qualcosa, ma senza piantare alcun tipo di seme. Allora cosa crescerà? Nulla. Allo stesso modo, scoprire la nostra vera natura è la base e poi lavoriamo con la pratica e finalmente manifestiamo la nostra realizzazione. Per questo motivo l'Ati Guruyoga è molto importante, tutti devono ricordarsene, vecchi e nuovi praticanti.

In questo ritiro voglio presentare un lavoro a cui mi sono dedicato per molti anni e che ora è pronto. È collegato a un importante e famoso testo, che si chiama *Dorje Sempa Namkha Che*, che Guru Garab Dorje ha declamato quando era piccolo. È l'essenza dell'insegnamento Dzogchen che è anche l'insegnamento più antico che abbiamo. Come lo sappiamo? Nei tantra Dzogchen si spiega che dai tempi antichi fino ad oggi sono esistiti dodici maestri Dzogchen in diverse epoche. Il primo e più antico dei dodici maestri è stato Tönpa Nangwa Tampa. Era un essere umano quando la condizione umana è cominciata. Nella storia si dice che all'inizio gli umani fossero simili ai Deva, che avessero questo tipo di qualificazione ma poi, man mano che le emozioni hanno preso il sopravvento sempre di più queste qualificazioni sono diminuite fino alla nostra attuale condizione umana.

Tönpa Nangwa Tampa ha vissuto durante quest'epoca antica e come primo maestro primordiale ha insegnato il *Dra Thalgyur*, un tantra composto da sei capitoli. Tempo fa ho dato la trasmissione completa del lung di questo tantra. È il tantra radice di tutti i tantra Dzogchen, la vera sorgente dell'insegnamento Dzogchen. I maestri Dzogchen lo studiavano perché il *Dra Thalgyur* è la radice di tutto. Come si è sviluppato? Un maestro Dzogchen molto istruito è stato Longchenpa che ha scritto i Sette Tesori. Questi sette testi sono collegati al *Dra Thalgyur*. (naturalmente noi non comprendiamo tutte le spiegazioni del *Dra Thalgyur*). Se lo leggete potete capire alcune cose, ma molte altre non si possono capire. Ed è stato così per secoli. Forse al tempo di Guru Padmasambhava avevano maggiori conoscenze e più testi. Per esempio Vimalamitra ha scritto un commentario del tantra *Dra Thalgyur*. Vimalamitra e Guru Padmasambhava sono stati la fonte più importante dell'insegnamento Dzogchen in Tibet. Vimalamitra ha scritto un commentario del *Dra Thalgyur* ma non si aveva conoscenza di tale testo in Tibet. Conoscevo il *Dra Thalgyur* in Tibet perché ho ricevuto la trasmissione del lung di tutti i tantra Dzogchen, senza sapere dell'esistenza di questo commentario. Molti maestri come Longchenpa, Jamgön Mipham e Paltrul Rinpoche, hanno scritto delle istruzioni sugli insegnamenti Dzogchen ma non hanno mai fatto cenno a questo commentario, quindi se ne ignorava l'esistenza. Se lo avessimo avuto avremmo capito meglio il significato del *Dra Thalgyur*. 500 anni fa il 5° Dalai Lama si interessò all'insegnamento Dzogchen ricevendo molti insegnamenti dai più importanti maestri del monastero Mindrolling, Minling Terchen. Il 5° Dalai Lama aveva questa conoscenza e sia il 5° che il 6° Dalai Lama fecero dipingere nel tempio le

visioni del *Thögal*. A quell'epoca il commentario di Vimalamitra è stato scoperto ma ovviamente fu tenuto segreto. La libreria personale del 5° Dalai Lama è stata trovata nel monastero Drepung perché da giovane, prima di diventare governatore del Tibet, ha vissuto in quel monastero, per questo la sua libreria personale si trova lì. Quando in seguito è diventato molto famoso e importante e si è spostato nel Palazzo del Potala ma la sua libreria è rimasta lì. Nessuno ha mai usato quella libreria, che è rimasta lì e tenuta in grande considerazione essendo la libreria del 5° Dalai Lama. Per entrare era necessario un permesso speciale che non veniva dato facilmente e così sono trascorsi molti secoli.

Dopo la Rivoluzione Culturale il commentario di Vimalamitra è stato scoperto in quella libreria. Come? Quando la Rivoluzione Culturale è cominciata i tibetani temendo che tutto sarebbe andato distrutto nascosero tutti i libri del 5° Dalai Lama in una piccola stanza. Dopo la Rivoluzione Culturale alcuni giovani studenti tibetani hanno scoperto la libreria nascosta e hanno chiesto il permesso al governo locale di poterla usare ma ottennero solo il permesso di fare un inventario dei testi. Così fecero l'inventario. Erano studenti della Tibetan Scientific School di Lhasa, una scuola post universitaria frequentata da molti giovani tibetani. Ho insegnato in quella scuola un paio di volte, storia e cultura antica tibetana, quindi li conoscevo bene e mi fecero avere una copia dell'inventario. Quando lo lessi vidi che c'era il commentario di Vimalamitra sul tantra *Dra Thalgyur*. Ero molto sorpreso perché non sapevo nemmeno che esistesse così gli ho chiesto di farmene una copia perché per me e per l'insegnamento Dzogchen era molto importante. Mi dissero di non poterlo fare perché non erano autorizzati. Gli dissi di farne una copia in segreto e ci misero un anno per mandarmene una fotocopia. Era un testo di 334 pagine. Le pagine scritte in tibetano sono molto larghe e in genere sono composte di sei righe ma questo testo ne aveva nove e il testo era scritto su entrambi i lati della pagina, quindi ogni pagina era composta di diciotto righe. C'erano molti errori perché erano copie manoscritte. Alcune parti avevano più errori, altre meno perché erano state copiate da persone diverse. Alcuni copisti erano più saggi e scrivevano meglio, altri con minore conoscenza facevano più errori. Ho quindi pensato che essendo un testo molto importante dovevo trascriverlo sul computer in modo da renderlo leggibile a tutti.

Ho cominciato a lavorarci per alcune settimane poi ho pensato che fosse un'impresa impossibile perché stavo invecchiando e che non sarei mai riuscito a finire così mi sono fermato. Però dopo alcuni mesi ho pensato che anche se non fossi riuscito a finire era meglio provarci perché nessun altro l'avrebbe fatto. Questo testo è molto importante per chiunque sia interessato all'insegnamento Dzogchen. Così ho continuato nonostante non avessi molto tempo, perché sono sempre impegnato a dare insegnamenti in giro per il mondo ma se avevo un po' di tempo mi dedicavo a trascrivere il testo, notte e giorno. Ci sono voluti due anni per trascriverlo tutto sul computer ma poi mi sono accorto di non averlo copiato bene perché leggevo e trascrivevo correggendo l'originale senza evidenziare gli errori del testo originale, così la mia copia digitale non era la copia del libro originale. Scientificamente lo dobbiamo sapere altrimenti non c'è modo di sapere com'è l'originale. Così ho ricominciato correggendo gli errori e trascrivendo gli errori originali. Alla fine erano due volumi, ci ho messo uno o due anni a finirlo, evidenziando il testo originale e quali fossero le mie correzioni, altrimenti non sarebbe stato utile. Nel frattempo avevo trovato un'altra copia del tantra *Dra Thalgyur*.

Precedentemente in Tibet questo libro non era conosciuto ma più tardi nel Tibet orientale era vissuto Kathog Situ Rinpoche, un maestro molto istruito. Era una reincarnazione importante molto interessato all'insegnamento Dzogchen. Era stato ovunque nel Tibet centrale, in Nepal e India alla ricerca di testi originali dell'insegnamento Dzogchen. Aveva trovato molti commentari di tantra Dzogchen, li aveva copiati e portati al Monastero Kathog, dove risiedeva. La sua idea era quella di stamparli per mostrare quanto fossero importanti questi testi e commentari. Ma quando ritornò dal suo viaggio non visse a lungo e dopo pochi anni morì mentre la sua libreria rimase intatta senza che nessuno ne capisse il valore. Nei tempi antichi quel monastero era stato molto conosciuto per lo Dzogchen Semde e Longde. Questi insegnamenti erano studiati e applicati e ce n'era una ricca trasmissione e tradizione. Ma recentemente tutti i lama del Monastero Kathog sono diventati delle famose reincarnazioni interessate solo a costruire bei templi ecc. piuttosto che a studiare. In questo modo hanno perso alcune di quelle qualificazioni e nessuno pensò più alla libreria di Kathog Situ Rinpoche.

Recentemente un khenpo erudito aveva avuto l'intenzione di controllare i testi di quella libreria e così scoprì tutti i commentari del *Dra Thalgyur* e dei brevi commentari Dzogchen Upadesha e provò a pubblicarli nelle serie *Nyingma Kama*. Quando ho scoperto queste copie ho comparato le copie del 5° Dalai Lama con quelle di Kathog Situ Rinpoche e ho capito che non avevano la stessa origine. Entrambi i testi erano originariamente manoscritti ma non avevo una copia manoscritta di Kathog Situ Rinpoche, solo quella pubblicata dal khenpo. Ho anche riscontrato che nelle copie del 5° Dalai Lama mancavano delle righe e alcune parole erano diverse. Ho lavorato confrontando tutte queste versioni per due anni e ho fatto molte correzioni. Più tardi ho tolto tutte le correzioni per quelli che amano leggere la versione emendata del tantra *Dra Thalgyur*. Di tutte queste versioni, quelle che mostrano le correzioni e il testo originale, ho preparato sei volumi che ho presentato durante il Forum Dzogchen a Mosca molti anni fa. Questo è stato uno dei miei lavori.

Il Tantra *Dra Thalgyur* è una sorgente molto importante dello Dzogchen. Quando andiamo all'essenza dell'insegnamento Dzogchen il testo più importante è il *Dorje Sempa Namkha Che*. Non è un tantra, è un *lung*. Nell'insegnamento Dzogchen un tantra radice è un testo che contiene le spiegazioni complete della base, della via e del frutto. Nell'insegnamento Vajrayana un tantra radice ha dieci qualificazioni. Se un testo ne contiene solo alcune non è un tantra radice. Nell'insegnamento Dzogchen è diverso ma la base, la via e il frutto devono essere completi, così diventa un testo radice. Un *lung* contiene i punti più importanti di un tantra. Se un tantra, per esempio, ha dieci capitoli, forse alcuni non rappresentano la vera essenza dell'insegnamento e solo due o tre capitoli rappresentano l'essenza di tutto. Quando un maestro come Guru Garab Dorje e anche alcuni mahasiddha di diverse dimensioni, trovano questi testi ne prendono l'essenza e compongono un *lung*. Il *Dorje Sempa Namkha Che* è un *lung*, l'essenza dell'insegnamento Dzogchen. Quando Vairochana ha cominciato a tradurre gli insegnamenti Dzogchen in Tibetano ha cominciato a tradurne cinque. Quattro di questi sono *lung*, non tantra, i tantra sono stati tradotti più tardi. i *lung* sono più essenziali, più importanti. Uno dei primi *lung* tradotti da Vairochana non è stato un *lung* originale dell'insegnamento ma un testo, il *Changchub Semgön*, scritto da Mañjushrimitra usato per introdurre l'insegnamento Dzogchen ai buddhisti. Tra questi cinque testi c'è il *Dorje Sempa Namkha Che* che Garab Dorje ha enunciato quando era piccolo in quanto era una emanazione del Buddha Shakyamuni e non per averlo imparato da qualcuno.

Il primo dei dodici maestri primordiali è Tönpa Nangwa Tampa, l'ultimo è Buddha Shakyamuni che non ha insegnato direttamente lo Dzogchen. Tra i dodici maestri c'è chi lo ha insegnato direttamente e chi indirettamente. Buddha Shakyamuni non ha trasmesso l'insegnamento Dzogchen, ma questo è considerato un insegnamento buddhista perché Garab Dorje era una emanazione del Buddha Shakyamuni, dunque il suo insegnamento è considerato essere quello del Buddha Shakyamuni.

Quando seguiamo un insegnamento buddhista è importante sapere che l'insegnamento buddhista non è solo quello insegnato oralmente dal Buddha in India. Buddha è onnisciente, un essere totalmente illuminato che ha molte possibilità di comunicare. L'insegnamento buddhista ha molti aspetti, non è solo quello insegnato in India. In Tibet abbiamo la collezione di tutti gli insegnamenti del Buddha chiamata *Kangyur*. *Ka* significa parola del Buddha, *gyur* significa tradotto anticamente dal sanscrito al tibetano. Il Kangyur comprende 108 volumi. Non significa che tutto quello che contiene è quello che è stato insegnato in India, a Bodhgaya o altrove, come insegnamenti orali. In posti sacri dell'India, come Rajghir al Vulture Peak, Buddha ha insegnato il Mahayana ma molti degli insegnamenti Mahayana non sono insegnamenti orali sviluppati in India.

Quando il Buddha ha manifestato il paranirvana, o la morte, apparvero subito 18 scuole Hinayana. Allora non esisteva il Mahayana, che era molto debole e nessuno si presentava come un seguace Mahayana. Le scuole Hinayana erano in lotta fra di loro. Oggi nell'Asia meridionale quello che è rimasto è il Theravada, una delle 18 scuole, ma non rappresenta tutte le scuole Hinayana.

Il Mahayana si è sviluppato in diverse dimensioni, non solo in quella umana. Come si è sviluppata nella dimensione umana? Non solo attraverso la bocca del Buddha. Esistono tre o quattro diversi aspetti dell'insegnamento del Buddha: uno è il *shalne sungpai ka*, che è l'insegnamento orale del Buddha. Le persone lo ascoltavano e trascrivevano i suoi insegnamenti, questi sono i sutra.

Il secondo aspetto è il *jesu nangwai ka*, indica persone potenziate dal Buddha, non il Buddha stesso. Per esempio, la Prajñāparamitāhridayasūtra è l'essenza della paramita nel Mahayana ed è molto diffusa in Cina, Giappone e India. Anche questo sutra dice, 'non ci sono occhi, non ci sono orecchie, non c'è il naso ecc.' e alla fine dice 'non c'è via, non c'è saggezza, non c'è attaccamento ecc.', solo la totale vacuità, shunyata.

Questo è un sutra molto importante e dalla sua introduzione si può capire la sua origine. Nelle *thangka* del Buddha ci sono due monaci in piedi, Shariputra e Maugdalyayana, o Mogallana. Questi simboleggiano la tradizione Hinayana ma nel vero senso Shariputra aveva piena conoscenza del Mahayana. Infatti chiese al Buddha: "Come possiamo capire la totale vacuità?". Il Buddha rispose: "Chiedete ad Avalokiteshvara." Quindi Shariputra lo chiese ad Avalokiteshvara mentre il Buddha rimaneva nello stato della contemplazione. E allora Avalokiteshvara spiegò 'non ci sono occhi, non ci sono orecchie, non c'è il naso ecc.' ma non

diciamo che questo sutra sia stato dato da Avalokiteshvara, diciamo che è un sutra del Buddha. Il Buddha era rimasto nello stato di contemplazione e in quel momento non c'era separazione dallo stato di Avalokiteshvara, dunque era un insegnamento del Buddha. La differenza esiste nella nostra visione dualistica. Non è l'unico sutra di questo tipo, questo è solo un esempio. Se leggete il *Kangyur* potete trovarci molti sutra autorizzati dal Buddha che sono diventati insegnamenti del Buddha. Molti insegnamenti del Buddha nel Mahayana sono chiamati *chingyi labpai ka*: Il Buddha potenzia qualcosa da cui esce un insegnamento che non è pronunciato dalla sua bocca. Esistono molti insegnamenti come questo, l'esempio più importante è un sutra che si trova nel *Kangyur* che dice che nella dimensione dei Deva esisteva un grosso tamburo che emetteva un suono che era un insegnamento. Quando il Buddha potenziava oggetti in questo modo c'era una ragione. Era necessario avere quel tipo di conoscenza e di insegnamento in quel momento in quella dimensione. Qualcuno lo ha trascritto e quel sutra è diventato un insegnamento del Buddha. Ci sono molti insegnamenti del Buddha di questo tipo. In alcuni luoghi insegnamenti sono usciti anche da stupa, rocce, alberi. Lo potete scoprire leggendo il *Kangyur*.

In India Buddha ha manifestato dei tantra come il Kalachakra ma non oralmente, era una manifestazione. Il Buddha si è manifestato come Kalachakra e lo ha trasmesso. La stessa cosa è successa con le manifestazioni di Hevajra e Chakrasamvara, pacifiche, irate, gioiose ecc. Questi insegnamenti sono collegati alla trasformazione e alla manifestazione. Nel *Kangyur* ci sono molti tantra che sono insegnamenti del Buddha.

Un altro tipo è il *lungdu tenpai ka*, le profezie del Buddha. Per esempio Buddha ha dato insegnamenti su causa ed effetto nelle quattro nobili verità che si sono sviluppati nel Sutra. Poi qualcuno gli chiese come sia possibile andare al di là di causa ed effetto e il Buddha rispose che a tempo debito ci sarebbe stato un maestro che avrebbe dato insegnamenti al di là di causa ed effetto. Per questo motivo Garab Dorje è stato riconosciuto come una emanazione del Buddha Shakyamuni.

All'inizio nessuno lo sapeva. Quando Garab Dorje era un piccolo bambino ha enunciato il Dorje Sempa Namkha Che, c'erano molti maestri alla corte di Oddiyana perché il re essendo molto devoto del Buddha Shakyamuni, invitò molti pandit che diventarono maestri di corte. Quando sentirono Garab Dorje bambino spiegare come bisogna andare al di là di causa ed effetto e siccome tutti gli insegnamenti che non vanno al di là di causa ed effetto non sono insegnamenti perfettamente completi, sono solo provvisori, i pandit si preoccuparono perché l'insegnamento del Buddha si basava su causa ed effetto, per questo Garab Dorje poteva essere pericoloso. Allora mandarono un messaggio alla famosa Università di Nalanda in India, residenza di molti pandit della scuola Yogachara ai quali dissero: "Un bambino sta recitando in questo modo e quando crescerà sarà pericoloso per il nostro insegnamento. Dobbiamo andare in Oddiyana per battere questo bambino e sradicare quest'idea."

Quella volta Garab Dorje chiese a sua madre, la principessa, di parlare con i pandit e lei gli rispose: "Non puoi discutere con i pandit, non hai neanche cambiato i tuoi denti." Poco dopo un

gruppo di pandit provenienti da Nalanda viaggiarono per Oddiyana e tra loro c'era Mañjushrimitra, il migliore dei pandit della scuola Yogachara. Viaggiarono molti mesi perché allora Oddiyana si trovava nell'attuale Pakistan, ora terra dei Talebani. Quando arrivarono andarono a trovare Garab Dorje e cominciarono a discutere con lui. Egli rispose con solo poche parole e Mañjushrimitra, grazie al suo buon karma, si risvegliò immediatamente e capì che Garab Dorje era un'emanazione del Buddha. Disse: "Ho accumulato azioni molto negative per non sapere che tu sei una emanazione del Buddha Shakyamuni, come posso purificarle?" Garab Dorje rispose: "Non ti preoccupare, puoi scrivere un libro per spiegare quello che hai capito nella lingua dei Yogachara." Così Mañjushrimitra scrisse *Changchubkyi Semgön*, o *Dola Sershun*.

Changchubkyi Semgön equivale alla meditazione sul bodhichitta, qui intesa come lo stato primordiale e non come la compassione dello stile Sutra. In *Dola Sershun*, *do* significa pietra. Se non hai conoscenza vedi solo una pietra. Ma poi scopri che è oro puro, *sershun* significa oro estremamente puro. Mañjushrimitra scrisse questo libro e lo mandò al Nalanda dove tutti capirono che l'insegnamento (di) Garab Dorje era l'essenza dell'insegnamento del Buddha Shakyamuni. Mañjushrimitra diventò lo studente più importante di Guru Garab Dorje. Anche Thuwo Rajahasti, un altro pandit del gruppo, divenne suo studente e impararono il Semde, il Longde e l'Upadesha. Al tempo di Guru Garab Dorje non esisteva alcun tantra Dzogchen, ma oggi li abbiamo tutti grazie a Guru Garab Dorje che li trasmise tutti. Molti degli insegnamenti insegnati dai dodici maestri Dzogchen furono trasmessi da lui. Dorje e ritrasmesse la maggior parte degli insegnamenti insegnati dai dodici maestri Dzogchen.

Per fortuna oggi abbiamo tutti questi tantra grazie a Garab Dorje. Non li ha composti lui ma ha scritto dei libri, per esempio un commentario di un tantra di Mañjushri e anche alcune istruzioni del Semde che usiamo ancora oggi. Molti *lung*, non solo questi cinque, sono chiamati insegnamenti Dzogchen. Quando Garab Dorje ha manifestato il corpo di arcobaleno Mañjushrimitra ricevette i suoi tre testamenti con la spiegazione su come trasmetterli agli studenti, come le pratiche Dzogchen devono essere applicate e come restare nello stato dello Dzogchen. Questi sono i tre testamenti di Garab Dorje.

Sapendo quanto fossero importanti per mantenere vivo l'insegnamento Dzogchen Mañjushrimitra divise tutti gli insegnamenti di Garab Dorje in tre serie collegate ai tre testamenti. Il primo testamento è "l'introduzione diretta." Qualcuno dice che tradizionalmente si dovrebbero fare prima le pratiche preliminari, il ngöndro (significa preparazione) prima di ricevere i veri insegnamenti. Ancora le tradizioni Gelugpa e Sakyapa non includono il Guruyoga nel ngöndro. Essi fanno le prostrazioni per il corpo, la pratica di Vajrasattva per la purificazione e le offerte del mandala per accumulare meriti. Le tradizioni Kagyüpa e Nyingmapa includono almeno il Guruyoga, ma è difficile che in questo stadio si comprenda il vero senso del Guruyoga.

Questo è il modo tradizionale per mantenere le scuole ma non per ottenere la realizzazione. Se volete lo potete fare, ma a volte non corrisponde alla nostra condizione. Durante la mia prima

visita negli USA a Boston c'era un centro Kagyüpa che mi aveva invitato per parlare dell'insegnamento del dharma. Quando sono arrivato ho visto un elegante gentiluomo e ho pensato che fosse venuto per ascoltarmi invece mi disse: "Voglio parlare con lei su una cosa molto importante." Gli ho risposto con non era il momento adatto perché dovevo tenere una conferenza ma che potevamo parlare più tardi. Ho parlato in una sala e attraverso le finestre vedevo fuori il signore che andava avanti e indietro e capii che non era interessato al mio discorso. Alla fine è venuto da me e mi ha detto: "Voglio chiederle qualcosa perché ho saputo che lei non è solo un maestro ma anche un medico tibetano." Mi ha spiegato il suo problema ed era chiaro che una paralisi stava per bloccare tutto il suo corpo. Dissi che era dovuto a delle provocazioni negative, non era una malattia normale, e che doveva fare una pratica per controllare questa energia negativa. Gli chiesi se stava facendo delle pratiche e mi disse: "sì, seguo un maestro e sto facendo le pratiche preliminari, o il ngöndro." Gli dissi: "È fortunato ad avere un maestro, deve chiedergli la trasmissione della pratica di Vajrapani e di praticarla intensamente, così controllerà questa provocazione negativa e le medicine, o terapie, ecc. diventeranno molto utili una volta che avrà controllato le provocazioni negative." Disse ok e se ne andò senza chiedermi la trasmissione di Vajrapani perché non ero il suo maestro.

L'anno seguente sono tornato in quel luogo a dare una conferenza e prima dell'insegnamento il signore arrivò di nuovo. Gli ho chiesto; "Stai facendo la pratica di Vajrapani?" Mi ha risposto: "No perché il mio maestro non mi ha voluto dare la trasmissione perché dovevo finire il ngöndro." Lo stava facendo da sette anni ma a causa della sua malattia non era in grado di fare le prostrazioni. Di nuovo non mi chiese di dargli la trasmissione. Gli ho detto di insistere con il suo maestro per avere la trasmissione di questa pratica. Questa volta venne al mio insegnamento e sapendo che era presente ho spiegato cosa fossero le provocazioni negative, come si possono ricevere e averci a che fare nella vita quotidiana molto chiaramente. Ma non mi chiese la trasmissione di Vajrapani.

Non l'ho più visto per un po' e dopo tre o quattro anni lo vidi a un ritiro a Tsegyalgar. Era invecchiato un po', cieco con un cane e un bastone. La prima volta si era vestito in modo elegante ma ora era completamente cambiato. Ora era interessato ai miei insegnamenti e seguiva i miei ritiri. Ovviamente ho trasmesso Vajrapani ma era troppo tardi. Dopo qualche anno ho chiesto di lui e mi dissero che era morto.

Non basta prepararsi, bisogna praticare altrimenti, come dico sempre ai miei studenti, se ci si prepara solamente senza comprendere il vero senso dell'insegnamento si diventa come dei piccioni, come diciamo in Tibet: di sera volano per cercare un posto dove dormire, poi si spostano a destra, poi a sinistra, sempre cercando di trovare una posizione comoda senza mai trovarla, si preparano sempre senza mai dormire fino alla mattina.

Davvero, nell'insegnamento dobbiamo andare all'essenza altrimenti non abbiamo molti benefici. Quando ho cominciato a dare insegnamenti Dzogchen molti maestri tibetani mi hanno criticato sia direttamente che indirettamente dicendo che Namkhai Norbu dava insegnamenti Dzogchen a studenti che non avevano fatto il ngöndro. Ma non mi sono preoccupato perché conosco l'insegnamento Dzogchen. Garab Dorje ha detto che il primo punto è l'introduzione diretta dalla mente alla natura della mente che è la via principale alla realizzazione. Questo è quello che ho già spiegato. L'Ati Guruyoga è un'introduzione. Ci sono diversi modi di introdurre

ma essenzialmente io insegno in questo modo. Non chiedo alle persone se hanno fatto prima le pratiche preliminari. Non gli sto insegnando quelle. Sappiamo molto bene che la vita è molto breve e cerchiamo di fare del nostro meglio per avere qualche beneficio. Dunque non mi preoccupo perché Garab Dorje non ha detto di fare prima le pratiche preliminari. Dal momento che era onnisciente, l'avrebbe detto e avrebbe dato quattro testamenti se le avesse ritenute necessarie; prima le pratiche preliminari e poi l'introduzione diretta.

Il secondo testamento è quello di non rimanere in dubbio. Se si rimane in dubbio non si può avere la realizzazione per questo si seguono insegnamenti come il Longde. In fine quando siete certi al 100% sulla vostra vera natura, integrate tutto in quello stato. Questo è il terzo testamento di Guru Garab Dorje.

In seguito anche i maestri che mi avevano criticato hanno cominciato a dare insegnamenti senza le pratiche preliminari perché avevano capito come bisogna lavorare in questa società, e che non possiamo sempre fare cose complicate. Questo corrisponde agli insegnamenti del Buddha, dobbiamo dare insegnamenti secondo le condizioni degli individui, le loro capacità e i loro desideri. Se sono interessati bisogna dargliene senza limiti. Il Buddha ha detto questo negli insegnamenti Sutra. Le pratiche preliminari sono come un passaporto, a chi lo mostrate quando morite? Non potete portare il vostro passaporto, dovete lasciare tutto alle spalle. Nella vostra vita nessuno controlla questo passaporto. I limiti, nell'insegnamento Dzogchen, sono la radice del samsara, dovete scoprirlo e liberarvene.

Ora spiego il Dorje Sempa Namkha Che, un testo molto importante che è anche l'essenza dell'insegnamento del Buddha Shakyamuni. Ho lavorato molto su questo testo. Esistono molte versioni originali del Dorje Sempa Namkha Che. Per prima cosa ho confrontato i versi di cinque diversi testi originali poi ho redatto il testo finale. Ho fatto questo lavoro per molto tempo. In seguito ho controllato come ciascun verso del Dorje Sempa Namkha Che è spiegato nel commentario di Vairochana. Vairochana ha tradotto molti testi Dzogchen. Andò in Oddyana dove incontrò Shri Simha che aveva anche lui scritto un commentario di questo testo. Esistono diverse edizioni di questi commentari. La più importante è quella del Vairo Gyübum, una collezione di tantra e di insegnamenti di Vairochana che sono stati scoperti recentemente in Ladakh. In Tibet non ho mai sentito dell'esistenza di una collezione di testi di Vairochana e nemmeno quando sono andato in India.

In Ladakh esisteva un certo Togden, forse di tradizione Kagyüpa. Al confine tra il Ladakh e il Tibet viveva un'antica famiglia e quando moriva qualcuno invitavano questo Togden perché facesse delle puja per 49 giorni. Mentre si trovava lì scoprì un antico manoscritto del Vairo Gyübum. Non era un esperto di questi insegnamenti ma sapeva che quei testi erano molti antichi e importanti. Così quella famiglia glieli offrì. Togden, fu felice e li portò in Ladakh. Più tardi furono pubblicati in Ladakh, nel Tashi Gönpa. Quando ho saputo che qualcuno aveva pubblicato questi testi ne ho subito chiesto e ottenuta una copia. Contiene tutti i lung radice Dzogchen, i cinque lung tradotti da Vairochana e alcune rare istruzioni. Alcuni erano testi manoscritti, li ho copiati e corretti tutti, un lavoro di alcuni anni. Ora ho tutti questi libri, in particolare il testo radice *Dorje Sempa Namkha Che*, un commentario di Shri Simha e un commentario di Vairochana. Li ho tutti trascritti nel computer.

In seguito nel *Dorje Sempa Namkha Che* ho scelto le parole in modo perfetto e ho preparato un calendario settimanale per i praticanti della Comunità. Così ora abbiamo la possibilità di studiarlo, a volte solo un verso o magari due per ciascuna delle 52 settimane di un anno. Adriano, il nostro traduttore, ha tradotto il *Dorje Sempa Namkha Che* e ora tutto è pronto. Voglio darvi la trasmissione di questo testo e spiegarlo un po' così che possiate leggerlo.

Insegnamenti orali di Chögyal Namkhai Norbu at Namgyalgar, Australia, 3-8 novembre 2015

[Pubblicato dalle Edizioni Shang Shung, 2017](#)

Editing italiano: Enrica Rispoli