

UN INSEGNAMENTO SULLA DANZA DEL VAJRA

Date : May 31, 2018

Dzamlingar 31 dicembre 2017

“In qualche modo, un giorno, potrai scoprire la tua vera natura.”

Se impari e capisci cosa è contenuto nel Santi Maha Sangha, potresti non diventare un insegnante, ma anche così, diventerai un tesoro di conoscenza dell'insegnamento Dzogchen. È molto importante capirlo. In relazione all'insegnamento del Santi Maha Sangha, ve l'ho già detto ieri, è lo stesso con lo Yantra Yoga e la Danza del Vajra. La Danza del Vajra è qualcosa di molto importante. Nella Danza del Vajra danziamo e ci occupiamo del Canto del Vajra. Il Tantra dello Dzogchen Upadesha dice che se hai ricevuto un'introduzione diretta in modo autentico, ma rimani in dubbio, cosa puoi fare per superarlo? Ricordi come il Maestro ha dato l'introduzione diretta e lo ripeti molte volte da solo. E in qualche modo un giorno puoi scoprire la tua vera natura. Quindi il Tantra Upadesha dice: “Se non scopri la tua vera natura, nonostante un grande sforzo, cosa dovresti fare?” In questo caso, non è sufficiente ripetere la pratica che hai imparato con l'introduzione diretta.

Dovresti fare Ati Guruyoga ed essere nello stato di Guruyoga; dovresti cantare il Canto del Vajra e integrarlo con esso. il Canto del Vajra non è come i mantra ordinari, non è la stessa cosa. Ad esempio, nei Tantra superiori come il Kalachakra, c'è un mantra radice. Il mantra radice è HAM KSAH MA

LA VA RA YA. Questo è il mantra di Kalachakra. Allo stesso modo, forse segui Hevajra o Chakrasamvara o uno qualsiasi di questi tipi di tantra. Per riuscire a realizzare lo stadio di sviluppo, la fase di realizzazione e lo stadio di sviluppo e di sviluppo non duale, devi cantare una grande quantità di mantra.

In questo modo, puoi entrare nello stato non duale chiamato Mahamudra. Per fare questo, è molto importante sapere come funzionano in generale quei mantra. Ma il Canto del Vajra è diverso da quei tipi di mantra, che si cantano per quello scopo. È spiegato che ci sono tre modi di apprendere e conoscere la funzione del Canto del Vajra.

Innanzitutto, il Canto del Vajra è nella lingua di Oddiyana o in qualche lingua di altre dimensioni. Coloro che hanno conoscenza, esseri realizzati, per esempio, possono comprendere un tipo di traduzione delle parole. Abbiamo una traduzione del Canto del Vajra in tibetano fatta da Longchenpa. Questa traduzione mostra il significato del Canto del Vajra – che introduce la conoscenza dello Dzogchen in un modo molto essenziale. Questo è un modo in cui possiamo studiare il Canto del Vajra. Un altro modo per studiare il Canto del Vajra è capire tutte le sillabe seme. E MA KI RI KI RI, ecc. governa il nostro corpo del Vajra. Il Canto del Vajra rappresenta il nostro Corpo del Vajra; il principio del Canto del Vajra è molto importante per comprendere la Danza del Vajra. Quando impariamo la Danza del Vajra, e quando io ho imparato questa Danza del Vajra nei miei sogni all'inizio, ho capito, e anche introdotto, che abbiamo bisogno di ballare su un Mandala.

C'è un Mandala che è un simbolo del globo in cui viviamo.

C'è anche un Mandala del sistema solare, che è un po' più grande ed è anche danzato in modo leggermente diverso. Poi c'è un Mandala ancora più grande dell'Universo. Dunque sappiamo come il Mandala corrisponde alla nostra esistenza. Vedete nel centro del Mandala ci sono sei o sette cerchi di colori diversi. Dopo i cerchi ci sono molti triangoli e angoli, ecc. In particolare, i triangoli e gli angoli sono ancora più sviluppati nel Mandala del Sistema Solare. Il Mandala dell'Universo è molto grande. Tutto questo è nei nostri chakra e nel nostro corpo fisico. Abbiamo un chakra della testa, un chakra della gola, un chakra del cuore e altri chakra. Questi chakra corrispondono ai cerchi nel Mandala. Inoltre possiamo capire che nel mondo, ad esempio, abbiamo il nord e il sud. Abbiamo l'emisfero nord con un Polo Nord e abbiamo l'emisfero australe con un Polo Sud. Quindi ci sono due diverse dimensioni. Quando è estate nell'emisfero settentrionale, è inverno nel sud. Sappiamo molto bene che queste situazioni sono diverse. Ma conosciamo solo l'idea di questo tipo di differenza, intellettualmente non concretamente. Tuttavia, quando danziamo sul Mandala della Danza del Vajra, possiamo capirlo completamente. Ad esempio, nella nostra dimensione, tutto è più sviluppato nel Nord. Il calendario ufficiale rappresenta il Nord più del Sud. Diciamo: "Oh, questo è il periodo del Natale – il Natale" e sappiamo che cade la neve. Le persone che provengono dall'emisfero settentrionale non hanno bisogno di alcuno sforzo per immaginarlo: c'è sempre la neve a Natale. Nell'emisfero australe, tuttavia, quando hanno il Natale, la gente mette fuori la neve finta come una decorazione. È lo stesso momento, ma perché non abbiamo due calendari diversi per le due diverse esperienze in queste dimensioni? Oggi non possiamo farlo perché il Nord domina il Sud. Possiamo capire che anche il Mandala è configurato con un emisfero settentrionale e meridionale. Ogni Mandala ha un emisfero settentrionale e meridionale che può stare in cima a un globo. Il centro di un Mandala è il Polo Nord, il centro dell'altro Mandala è il Polo Sud e dove si incontrano è l'Equatore.

Tutto ciò è molto importante per capire la nostra condizione individuale e questo è tutto collegato al Mandala. Nell'Insegnamento Dzogchen è molto importante. Perché è importante? È importante perché sapete molto bene quando abbiamo conoscenza dello Dzogchen, oltre ogni dubbio, e abbiamo scoperto la nostra vera natura, cosa dovremmo fare? Ci integriamo. Quindi come ci integriamo? Vi ho già detto che non è così facile integrarsi a livello materiale. Quindi quando danziamo abbiamo conoscenza del Vajra Mandala, poco a poco, passo dopo passo, stiamo camminando. Cosa significa? È un metodo di integrazione e in questo modo con il Mandala possiamo sviluppare molto di più. Questo è il secondo argomento ed è molto importante.

Questo è il terzo argomento. Il Mandala, che è un simbolo dei chakra, OM A HUM SVAHA, è tutto governato da sillabe seme. Ognuno di questi chakra contiene chakra secondari per la testa, per la gola, ecc. Tutti sono dominati dalle sillabe seme del Canto del Vajra. Ad esempio, quando pronunciamo E

MA KI RI KI RI, c'è un KI RI più breve, quindi un KI RI più lungo. I nostri corpi hanno un lato destro e sinistro – solare e lunare. Abbiamo un fronte e un retro. Anche questo è collegato con solare e lunare. Quindi, per questo motivo, ci sono suoni più lunghi e più brevi. Non è

necessario che facciamo

visualizzazioni per questo. Non stiamo lavorando con una situazione di insegnamento di tipo Vajrayana in cui creiamo qualcosa. Non abbiamo bisogno di creare nulla – ha già la sua vera natura. Dobbiamo capire e scoprire quella natura. C'è questo Mandala esterno e c'è anche il Mandala della nostra parte interiore. Non è sufficiente che capiamo questo intellettualmente, in modo dualistico. Noi siamo qui e lì c'è qualcos'altro – questa è una visione dualistica. Vi ricordate, qualsiasi tipo di vera realizzazione, di realizzazione ad alto livello, è con l'integrazione. Ho già spiegato l'Insegnamento delle Quattro Visioni. Non posso spiegare tutto ora ancora, ma è necessario che vi spieghi la Prima Visione. Nel Dra Thalgyur Tantra si dice che per qualcuno fortunato in grado di seguire l'Insegnamento Dzogchen, anche se è l'esterno, non l'insegnamento interno, ma il Maestro ha conoscenza di *chönyi ngönsum* (*chos nyid nmgon sum*) – *chönyi* in tibetano significa "Dharmata" in sanscrito, ossia come è la vera natura della mente, *ngönsum* significa un'esperienza concreta, quello che vediamo, ascoltiamo, o di cui abbiamo qualche esperienza attraverso i sensi – quel Maestro dovrebbe introdurre quello che è agli studenti. Non è detto nel Dra Thalgyur Tantra che questo lo dobbiamo tenere segreto. È molto importante che quando abbiamo *chönyi ngönsum*, quando davvero abbiamo quell'esperienza, allora abbiamo una realizzazione di livello molto elevato rispetto all'esperienza relativa all'insegnamento Sutra. Quando seguiamo l'Insegnamento del Sutra, prima diciamo, *tsoglam* (*tshogs lam*), che significa Sentiero delle Accumulazioni. Iniziamo con il *tsoglam* inferiore, quindi il medio, poi arriviamo a quello più elevato. Dopo, avanziamo verso ciò che viene chiamato *jor lam* (*sbyor lam*), che significa il Sentiero dell'Applicazione. Prima c'è *drö* (*drod*), poi *tsemo* (*rtse mo*), poi *zöpa* (*bzod pa*), e poi *chökyi chog* (*chos kyi mchog*). Stiamo andando lentamente, passo dopo passo. Facendo pratica stiamo avendo esperienze e stiamo entrando in quel livello. Il terzo livello si chiama *zöpa*, che significa qualcosa come pazienza. Ciò significa qualcosa come un Bodhisattva nell'Insegnamento Sutra. Finché non arriviamo in *zöpa*, questo terzo livello del Sutra Mahayana, non siamo liberi dal samsara.

Normalmente siamo come la piuma di un uccello che fluttua nello spazio; se andiamo a ovest, a est,

ecc., dipende dal vento. Qui il vento è un esempio delle nostre potenzialità karmiche. Ma quando arriviamo a questo terzo livello chiamato *zöpa*, l'Insegnamento Sutra dice che non rinasciamo nei tre stati inferiori. Quindi non rinasciamo nel regno degli animali, o con i preta, gli spiriti affamati, e non rinasciamo nell'inferno. Quindi questo è il frutto concreto, gli effetti delle tre emozioni radice. Dunque, nell'insegnamento Sutra, questo significa l'arrivo ad un livello un po' più elevato, ma nell'Insegnamento Dzogchen, se hai conoscenza del *chönyi ngönsum* e stai entrando in quello stato, allora non cadrà più nei tre stati inferiori. Ma solo perché non sei rinato nei tre stati inferiori non significa che sei realizzato. Ciò che significa è che hai la possibilità di seguire gli Insegnamenti e di sviluppare.

Quindi, come è spiegato il *chönyi ngönsum* e come possiamo avere quell'esperienza? Ad esempio, di sera, durante il tramonto, puoi guardare i raggi del sole. I raggi del sole non sono forti in quel momento. Non è necessario guardare direttamente il sole, ma piuttosto guardare i raggi del sole un po' più in basso e guardarli con gli occhi socchiusi. E in questi raggi ci saranno molte manifestazioni di molti thigle; i thigle di cinque colori, a volte più grandi, a volte

più piccoli, a volte non solo uno, possono essere molti. Non importa. Qualcosa si sta manifestando di fronte a noi, ma non significa che il thigle sia fisicamente presente. Potremmo pensare: “Oh, questa è una produzione dei raggi solari!” I raggi solari non producono i thigle. I raggi solari sono solo la causa secondaria. La vera causa è che ognuno ha la condizione dello stato auto-perfezionato del *Ihundrub (Ihun grub)*. Quindi questa qualificazione, che è legata alla nostra natura della mente, sta ora manifestando qualcosa di simile a un oggetto. Ad esempio, quando state vedendo questo, la sua potenzialità, non trasmigrerete più negli stati inferiori.

Questo è chiamato *chönyi ngönsum*. Potete avere questa esperienza. Non è necessario guardare solo al tramonto, è possibile, avere questa esperienza anche quando guardate nel cielo.

Nel vero senso, quando stiamo sviluppando i quattro stati, che sono chiamati le Quattro Visioni, quando arriviamo al quarto livello chiamato *chöze (chos zad)*, in questo stato quando stiamo morendo, il nostro corpo non rimarrà più.

Invece, il nostro corpo manifesterà il corpo di arcobaleno. Perché si sta manifestando in questo modo? Ricordate che quando introduciamo il *chönyi ngönsum*, quando vedete i thigle nei raggi del sole, questa è la potenzialità della vostra vera natura. E quando guardate in questi thigle, e la vostra pratica si sviluppa lentamente, lentamente, avrete la capacità di integrare la produzione impura dei cinque elementi del corpo. Quando riuscite ad integrarvi in questo thigle quando state morendo, manifesterete il corpo di arcobaleno.

In generale, in tradizioni come i Sakyapa e altre tradizioni, a volte la gente dice: “Oh questo è un corpo di arcobaleno, quello è un corpo di arcobaleno”.

Alcuni praticanti possono persino far scomparire il loro corpo fisico e considerarlo un corpo di arcobaleno. Ma quello non è un corpo di arcobaleno. Nell' insegnamento Dzogchen questo è chiamato *lü dultren du tengpa (lus rdul phran du dungs pa)*. Ciò significa che il corpo fisico è entrato in dultren, atomi molto, molto, molto piccoli, e non possiamo vederlo. Chi è ad un alto livello della pratica può raggiungere lo stato del dharmakaya. Questo è il motivo per cui sta diventando quel tipo di lü dultren du tengpa ma arcobaleno significa che è attivo, che qualcosa di concreto si manifesta. Vedete, c'è un dipinto di Guru Padmasambhava con al centro del Guru un piccolo thigle. Da questo thigle escono luci dei cinque colori, sempre più grandi, finché la dimensione di Guru Padmasambhava non è riempita di queste luci. La maggior parte delle persone ama molto questa thanka, o pittura. Questa thanka è stata originariamente dipinta da qualcuno della tradizione Sakyapa. Ma chi l'ha dipinta non aveva conoscenza del corpo di arcobaleno. Il corpo di arcobaleno non è così. Il corpo di arcobaleno significa che il nostro corpo fisico, ad esempio il naso, il viso, la fronte, tutto è integrato con i cinque elementi.

Alcune persone possono avere la capacità di vedere qualcuno che ha raggiunto il corpo di arcobaleno. La natura dei nostri corpi, quando sono veramente integrati con i cinque colori o i cinque elementi nel corpo di arcobaleno, appaiono allo stesso modo per queste persone come i nostri corpi apparirebbero nella dimensione fisica o relativa. Ad esempio, a qualcuno con una capacità sufficiente il corpo di arcobaleno di Guru Padmasambhava apparirebbe proprio come è, e senza che la sua dimensione sia riempita dei cinque colori. Quindi è molto importante che voi lo sappiate. Nessuno sa se qualcuno di voi realizzerà il corpo di arcobaleno.

Quando il corpo di arcobaleno si manifesta, rimangono solo i capelli e le unghie. Tutto il resto scompare. Questo è molto buono perché se non c'è un corpo, allora non c'è nessun problema

con la polizia! Allora perché rimangono i capelli e le unghie? È perché questi sono i due aspetti del nostro corpo fisico impuro. I capelli crescono sempre. Li tagliamo sempre e sempre continuano a crescere. L'aspetto impuro del nostro corpo fisico è così. È lo stesso con le unghie delle dita e dei piedi. Quindi questo è il simbolo dell'impuro. Questo è molto importante da capire. Se realizzi il corpo di arcobaleno allora non hai problemi! Ok, ora finiamo e dedichiamo i meriti.

Trascritto e curato da Edmond Hayes.

Editing tibetano con la gentile assistenza di Jim Valby

Traduzione dall'inglese di Enrica Rispoli