

L'Insegnamento speciale del Tögal – III parte – Luca Violini

C'è uno scopo fin dall'origine. Alcuni venti non sono molto puri e sebbene siano sottili essi sono più grossolani del vento della saggezza. Quando la coscienza è nel canale e si muove in esso, i pensieri sono grossolani. Se siete in grado di controllare questo vento con la respirazione allora la mente diventa gentile e stabile. Questo canale è collegato con tutti gli organi e quindi la coscienza è integrata con loro e i venti vanno e vengono attraverso tutti gli organi di senso, di modo che sono insieme. Ma il vento si muove soprattutto attraverso il naso e la bocca e collega gli organi di senso con vento e coscienza. La coscienza è pertanto collegata con la respirazione e l'aria e lo sviluppo delle cinque coscienze velenose, la coscienza normale. Nel cuore e nell'occhio in particolare c'è un canale purissimo, chiaro e sottile che va dal cuore al globo oculare, poi il canale centrale che collega la corona del capo all'ombelico è connesso con il canale kati al livello del cuore. Il canale centrale connette molti altri diversi canali, la corona del capo, il collo, il cuore, l'ombelico e quello segreto. Essi sono come una ruota con diversi nomi e raggi. In generale un canale è connesso al cuore e va attraverso la spina dorsale e il cervello su fino alla corona del capo dove si divide in due nei globi oculari. Lì è dove la normale coscienza dell'occhio va e viene. Nel contempo, il canale kati comincia al cuore e va su fino alla settima vertebra e poi gira attorno al cervello fino alla corona del capo dove si divide in due e va ai globi oculari. Così ogni globo oculare ha due canali: quello normale è usato come via della coscienza dell'occhio, ma il canale kati è usato dalla consapevolezza. Il globo oculare è dove possiamo vedere esseri e forme menteli: è anche dove vengono le

visioni: è come se le loro manifestazioni le “vedessimo” davanti al globo oculare, ma è il canale kati. La coscienza dell’occhio vede solo visioni comuni ed impure ma le altre appaiono davanti al globo oculare a causa del canale kati. Ciascuno ha un nome speciale. Il globo oculare è detto “il Lume del Laccio d’Acqua”. Ci sono quattro Lumi usati qui e ciascuno ha un nome speciale ma per ora stiamo solo parlando del globo oculare. Dobbiamo spiegare di più la coscienza e come separare coscienza e saggezza.



Dunque, per continuare a spiegare i Quattro Lumi, abbiamo visto come le visioni vengono dal cuore e vanno attraverso il sottile canale bianco su fino alla settima vertebra e sopra il cervello in due rami agli occhi e come questa sia l’origine delle visioni del Tögal. I Quattro Lumi sono:

1. Il Laccio dell’Acqua del quale ho parlato stamane;
2. Il Lume Vuoto, o Lume del Tiglé Vuoto;
3. Il Lume della Natura Vuota e Pura;
4. Il Lume della Saggezza Auto Originata.

Questi quattro sono come vengono le visioni, da dove vengono e come si integrano. Esse vengono tutte insieme in questi quattro lumi. Questo è a proposito del Tögal. Il primo lume: dà una descrizione del globo oculare. Il bulbo oculare stesso non fa molto, supporta il canale ma non è connesso con le

visioni e il Tögal, è un supporto temporaneo. Il secondo lume: le visioni vengono tramite il sottile canale bianco. Esse sono come penne di pavone poiché sono tonde. È solo un esempio di un tipo di visione. Dapprima non appaiono colori, di solito solo in bianco e nero e molto piccole che diventano gradualmente sempre più grandi.

Questa è anche una prova. Se praticate nei sogni, voi vedete le visioni chiaramente ma già da prima sapete che tutte le luci esterne sono escluse, dunque la coscienza dell'occhio non può vedere niente. Così, chi vede? Non c'è coscienza quindi qualsiasi colore o forma appaia non è vista dalla coscienza dell'occhio, perciò quindi esse possono solo apparire alla e dalla Natura vuota. Questo da la prova di come possono apparire. Quando usate i metodi del Tögal e appaiono le visioni, non usate alcun tipo di coscienza e le visioni vanno e vengono dalla Natura vuota. Questo significa che non c'è alcun genere di ignoranza perché queste visioni non sono connesse con la coscienza, perciò sono pure. La nostra vita normale viene tutta dalla stessa fonte, ma noi usiamo la coscienza e seguiamo sempre il lato dell'oggetto senza mai guardare indietro. Questa è una cosa comune, la visione comune, tutto è ugualmente influenzato dall'ignoranza, per questo sono chiamate visioni impure. Così se noi usiamo queste visioni in modo corretto esse si sviluppano sempre più e diventano sempre più chiare mentre le visioni impure diventano sempre più deboli e alla fine siamo pronti a raggiungere lo scopo finale e le visioni impure sono convertite in pure poiché vengono tutte dalla stessa sorgente. Questo significa che per il praticante alla fine tutte le visioni sono pure perché vengono dallo stesso luogo.



I testi sacri forniscono un esempio del sole che brilla in un cielo senza nubi. In quel momento non ci sono ombre o oscurità. Per lo yogi praticante che ha molta esperienza con le visioni esterne ed interne, la cui realizzazione della Natura è stabile e per il quale non c'è separazione tra le cose esterne ed interne, per lui tutte le cose materiali possono scomparire, anche il suo corpo. Quello è lo scopo della purificazione di tutti gli oscuramenti con la pratica di Trekchö e Tögal insieme, utilizzate non solo perché appaiono strane visioni. Inoltre, ci possono essere anche suoni. Non è importante quel che viene, Buddha o divinità o Samsara e uccidere o mangiare. Molte cose vengono e voi avete la necessità di riconoscere da dove vengono. Non c'è molta differenza se vengono cose buone (che sembrano cose buone) o cose cattive. I Lumi hanno la stessa Natura delle visioni,

esse sono tutte nella Natura. Il Lume Puro Auto Originato significa lo Stato Naturale ed è la stessa cosa.

Possono le visioni del Tögal apparire nei sogni? Dipende dal praticante e da quanto è riuscito ad integrare i suoi sogni con lo Stato Naturale, altrimenti i sogni naturali (ordinari) non hanno nulla a che fare con le visioni del Tögal. Non importa quali forme vediate. Se siete stabili nello Stato Naturale potete vedere persino inferni e spettri affamati oppure Buddha e divinità ed esse sono tutte visioni pure perché non sono influenzate dall'ignoranza. Così, dal lato della visione non c'è molta differenza, ma se seguite il lato dell'oggetto allora siete influenzati dall'ignoranza. Allora qualsiasi cosa vediate, Buddha, inferni, ecc. tutto è impuro. La prova è nei sogni. Se nei sogni potete vedere forme, colori, alberi, fiori, ecc. e qualsiasi cose vediate appare come se venisse tramite la coscienza dall'occhio, ma la coscienza dell'occhio non funziona nell'oscurità, allora sembra soltanto come se l'occhio le vedesse. Le visioni e le cose che vedete vengono tutte dalla Natura, le visioni stesse vengono e vanno nella Natura vuota. Voi potete pensare "Qui" o "Lì", ma non è così. Questo dà quindi prova di come esse non possano essere influenzate dall'ignoranza. È importante. Dovreste sapere che le visioni sono auto apparizioni dalla Natura vuota ed appaiono alla Natura vuota. Questa esperienza è usata come prova per mostrare come le cose possono apparire spontaneamente dalla Natura vuota e sviluppare il nostro universo. Il praticante stesso può purificare le cose per se stesso ma non può mostrarlo agli altri. Anche così, voi dovreste fidarvi della vostra esperienza. Quella è la ragione per praticare Trechö e Tögal.

Coscienza e saggezza sono due cose ed abbiamo cercato di distinguerle. La seconda cosa è quando coscienza e saggezza vengono insieme. Esse hanno naturalmente la stessa base ma in realtà appaiono dall'energia (Tsal). sono di due tipi, l'incontro esterno con la coscienza e l'incontro interno con

la saggezza.

Per prima cosa l'incontro esterno. Questo significa che quando siete troppo agitati, il vostro vento è fortemente sviluppato nei canali e fa scuotere la vostra mente il che conduce all'agitazione. Il canale che va dal polmone al globo oculare e giunge al cuore tocca e un pò collega la saggezza alla coscienza ordinaria, proprio dove il canale del polmone e quello del cuore\zdf{globo oculare} s'incontrano al cuore. L'incontro interno tra coscienza e saggezza significa che quando vengono pensieri ed agitazione, voi osservate e i pensieri improvvisamente si liberano nella Natura. I pensieri stessi sono coscienza ed essi si liberano nella saggezza, quindi quello è l'incontro interno. Questi ultimi sono naturalmente senza separazione, essi non solo s'incontrano e poi se ne vanno separatamente. Non è davvero possibile spiegarlo ma a volte essi s'incontrano e i pensieri stessi si liberano nella Natura. Questo è solo un nome, essi non sono naturalmente separati. Poi, come la coscienza e la saggezza possono essere separati e perché abbiamo due nomi. Ci sono due spiegazioni, spiegazioni temporanee. Come sono divenute separate? La coscienza conduce al Samsara e la saggezza conduce al Nirvana. Prima di tutto, se ci teniamo temporaneamente nello Stato Naturale e appaiono diversi tipi di pensiero e noi li seguiamo, in quel momento è chiamata "coscienza" ma quando guardiamo semplicemente nella Natura e non c'è separazione di chi/dove sta guardando, quando realizziamo questo e diventiamo stabili e chiari, quella è chiamata saggezza. Il primo pensiero è andato ed il secondo non sta ancora nascendo e tra loro c'è uno stato chiaro che è chiamato saggezza.

Inoltre, la coscienza incontra la consapevolezza, questo è il sinonimo. Alcuni testi dicono che coscienza è lo stesso di Natura o lo stesso di saggezza, me è un tipo di energia che è chiamato il figlio della Natura. Così quando la coscienza va alla Natura, è detta il figlio che va nel grembo della Madre.

Alcuni testi spiegano che tutti i generi di visione sono il figlio e quando le visioni scompaiono nella Natura, quello è il figlio che va nel grembo della Madre. È importante sapere che lo Stato Naturale è difficile da riconoscere perché comprende tutto quello che esiste, l'universo esterno e i suoi soggetti interni, ma è sempre insieme alla sofferenza. Il veicolo è sofferenza, ma la natura è la stessa. Così noi non lo riconosciamo e quando leggiamo i testi o il Maestro sta insegnando, noi cerchiamo di riconoscere la Natura, cioè la stessa saggezza. Così a volte è detto il figlio della saggezza. Le qualità e capacità sono le stesse della Natura, ma è come il ramo di un fiume: l'acqua è la stessa ma i rami sono distinti. In modo simile un fiume può gonfiarsi, ingrossarsi ed esondare ma un oceano di solito non cambia molto. Se cominciate a riconoscere la Natura, quello è detto Tsal, il figlio della consapevolezza, e potete cominciare ad applicare gli insegnamenti e crescere, poi praticando sempre più esso si può sviluppare e diventare più grande e più ampio. Ma la Natura di Base non può essere più grande o più piccola. Così quella è la differenza tra cominciare a conoscere la Natura e la Natura in quanto tale. Alcuni testi dicono che nello Dzogchen non c'è meditazione, ma ciò è (vero) secondo la Base. E altri dicono che c'è meditazione e sviluppo, e quello è secondo la nostra esperienza e pratica. Dovete sempre comprendere il contesto, altrimenti sembrerebbe che ci fossero contraddizioni. Dovete impararlo. È importante distinguere tra "secondo la Natura di Base" o "secondo la nostra esperienza", altrimenti può sembrare non vi sia differenza se praticate o vivete in un modo ordinario. Non c'è bisogno di fare voti o compiere atti virtuosi, o a volte si dice che dovete fare tutto. Dipende da quale lato state guardando. Il lato dello Dzogchen è perfetto, se fate bene, non lo migliora, se fate male, non lo peggiora. Ma il praticante non è lo Dzogchen ma uno dzogchen-pa. Pertanto, il praticante deve raccogliere virtù e fare attenzione.



Quando avviene l'incontro esterno tra coscienza e saggezza? La coscienza è sempre in agitazione e quando comprendete che è influenzata dall'aria o respiro, dai polmoni, e quando il respiro è agitato, comprendete che parte del canale, perché in quel momento l'aria sta spingendo nel canale, nel polmone. C'è un punto d'incontro, il cuore e il polmone sono collegati da un canale. Il lato del cuore è la base della saggezza mentre il polmone è più influenzato dal vento ed essi s'incontrano in un minuscolo punto. Perché s'incontrano esternamente? Perché dipende dal canale. L'incontro interno è quando la coscienza si auto libera nella Natura. Noi lo chiamiamo incontro, ma la base naturale di entrambi è la stessa, la saggezza.

Quando possono separarsi coscienza e saggezza? Dopo la morte il praticante è nel primo bardo, il Bardo della Chiara Luce. In quel momento, tutti i venti sottili ed irati semplicemente scompaiono nella Natura. Il tempo non è limitato, dipenda dalla persona. In quel momento lo Stato Naturale è molto

chiaro e puro e per il praticante che sta cominciando a comprendere e la cui pratica è stabile nella Natura, quando cominciano ad apparire suoni luci e raggi, allora quella è saggezza. Come ho spiegato stamattina, una persona ordinaria si focalizza sul lato dell'oggetto quando vengono suono luce e raggi e quello è l'inizio dell'ignoranza. Così in quel momento è molto importante riconoscere la Natura e il metodo è soltanto praticare quanto più potete in questa vita e quell'esperienza vi conduce a riconoscere la Natura al momento del bardo. Così se praticate molto ed avete esperienza allora il momento del bardo sembra come l'acqua che va lungo un canale e giunge fino a dove voi volete che sia. Allo stesso modo, se praticate, questo vi conduce a quel momento del bardo e lì non c'è Samsara, non vi sono le sue limitazioni.

Luca Violini