

Βαθμιαία Στάδια Διαλογισμού στην Κενότητα

Τελικό Στάδιο — Στάδιο V

ΚΟΙΤΩΝΤΑΣ ΓΥΜΝΑ



Διαδυκτιακό Πρόγραμμα, Οκτώβρης 2021
Διδασκαλίες από τον Τζιμ Σκοτ

ΚΟΙΤΩΝΤΑΣ ΓΥΜΝΑ

ΤΑ ΤΡΑΓΟΥΔΙΑ

1. Προσφορά Φωτός.....	3
2. Μποντιτσιτά.....	3
3. Η έγερση της Μποντιτσιτά.....	3
4. Στροφή από τα <i>Οκτώ Αστραφτερά Δόρατα</i>	3
5. Ο Όρκος των Μποντισάτβα.....	3
6. Στροφή από το <i>Είκοσι Επτά Περιπτώσεις Διάλυσης</i>	4
7. Τα Τρία Καρφιά.....	4
8. Περισσότερες στροφές από τα <i>Οκτώ Αστραφτερά Δόρατα</i>	5
9. Κοίτα και Δες.....	5
10. Η Στροφή του Σάματα από την <i>Προσευχή του Μαχαμούντρα</i>	5
11. Προσευχή στον Γκούρου Ρίνποτσε.....	6
12. Ισότητα Εκδήλωσης Κενότητας.....	7
13. Τα Λόγια του Γκούρου στον Νυσταγμένο Μαθητή.....	7
14. Το Τραγούδι για την μη Προσκόλληση σ' αυτό ή σ' εκείνο.....	7
15. Τραγούδι της Ισότητας.....	7
16. Το Βαθύ Οριστικό Νόημα.....	8
17. Το Τραγούδι του Αεροδρομίου.....	9
18. Τα Οκτώ Είδη Τελειοποίησης.....	9
19. Ο Σπόρος.....	9
20. Τελική Θεώρηση, Διαλογισμός, Συμπεριφορά και Καρπός.....	10
21. Το τραγούδι του Μιλαρέπα στην Περιστέρα Θεά.....	10
22. Μεγαλύτερο απόσπασμα από την <i>Προσευχή του Μαχαμούντρα</i>	11
23. Βάση, Δρόμος και Καρπός (από την <i>Προσευχή του Μαχαμούντρα</i>).....	12
24. Το Τραγούδι του Αουραίου.....	12
25. Οι Επτά Χαρές.....	14
26. Απόσπασμα από το <i>Δέκα πράγματα που είναι σαν...</i>	15
27. Οι Δώδεκα Γιογκικές Χαρές.....	15
28. Οι δεκαοκτώ γιογκικές χαρες.....	16
29. Αμερόληπτη Προσευχή.....	17
30. Η Αφιέρωση του Μιλαρέπα.....	17
31. Φίλοι.....	18
32. Αυτό-προβάουσα Ψευδαίσθηση.....	18
33. Προσευχή μακροζωίας για τον Κυέτσεν Τσούλτριμ Γκούαμτσο.....	19
34. Προσευχή Μακροζωίας για τον Ντέτσεν Ράνγκντρολ.....	19
35. Προσευχή μακροζωίας που Συσσωρεύει Νέφη Ευλογίας για τον Τζιμ Σκοτ.....	20
Διδασκαλίες της Σχολής Σέντονγκ.....	22

1. Προσφορά Φωτός

Το λαμπερό φως αυτού του καντηλιού,
που προσφέρουμε στους Νικητές και στα Παιδιά τους,
να καθαρίσει όλων της άγνοιας το σκοτάδι,
είθε να λάμψη η σοφία και η γνώση μας

2. Μποντισίτα

Είθε η πολύτιμη, υπέρτατη μποντισίτα
όπου δεν έχει εμφανιστεί, να εμφανιστεί
κι εκεί όπου έχει εμφανιστεί, ποτέ να μην ελαττωθεί
αλλά διαρκώς να αυξάνεται, όλο και πιο πολύ.

3. Η έγερση της Μποντισίτα

Απόσπασμα από τις 'Τριανταεπτά Ασκήσεις των Γιων του Βούδα'.

Η άσκηση των Γιων του Βούδα είναι να επιθυμούν την τέλεια Φώτιση,
για να μπορούν τ' αμέτρητα όντα να λυτρώσουν.

Τι νόημα έχει αλήθεια να 'ναι κανείς ο ίδιος ευτυχισμένος,
όταν οι μάνες του, τα όντα που απροσμέτρητες ζωές μ' αγάπη τον τυλίγουν, υποφέρουν

4. Στροφή από τα Οκτώ Αστραφτερά Δόρατα

Του εγώ η φιλοδοξία εξαντλήθηκε,
χωρίς διαμάχη, αγάπη αναδύθηκε,
ακούραστη, αβίαστη ανιδιοτέλεια.
Αυτά είναι τα τρία σημεία του ελέους
που σαν δόρυ αστράφτει στο στερέωμα.

5. Ο Όρκος των Μποντισάτβα

Στους Προστάτες όλου του κόσμου εμπρός,
ορκίζομαι στην τέλεια φώτιση να φτάσω.
Κι όλα τα όντα προσκαλώ, έρθετε
απελευθέρωση απ' τον τροχό της δυστυχίας να κερδίσετε!

6. Στροφή από το Είκοσι Επτά Περιπτώσεις Διάλυσης

Ότι εξωτερικό μοιάζει, είν η πλάνη του νου,
με την εξέταση των χαρακτηριστικών τους,
εμφάνιση- κενότητα ως ένα, πραγματώνεις.

7. Τα Τρία Καρφιά

ΣΤΗ ΣΠΗΛΙΑ ΤΗΣ ΤΙΓΡΗΣ, ΤΟ ΚΑΣΤΡΟ ΤΟΥ ΛΕΟΝΤΑ, ΓΥΟΛΜΟ, ΝΕΠΑΛ

Λάμα ευλογία δώσε, φυσικά να παραμένω
στη θεώρηση, διαλογισμό, συμπεριφορά που βίωσες.

Τα καρφιά ως προς τη θεώρηση είναι τρία.
Τα καρφιά ως προς τον διαλογισμό είναι τρία.
Τα καρφιά ως προς τη συμπεριφορά είναι τρία.
Τα καρφιά ως προς το αποτέλεσμα είναι τρία.

Η εξήγηση των τριών καρφιών της θεώρησης:
Τα φαινόμενα είναι δημιουργήματα του νου,
η φύση του νου είναι φωτεινότητα
και είναι πέρα από προσδιορισμούς.

Η εξήγηση των τριών καρφιών του διαλογισμού:
Οι σκέψεις απελευθερώνονται ως Νταρμακάγια,
είναι επίγνωση, φωτεινότητα-ευδαιμονία,
παραμονή δίχως επινοήσεις στην ισότητα.

Η εξήγηση των τριών καρφιών της συμπεριφοράς:
Οι δέκα ενάρετες πράξεις πηγαία εκδήλωση,
οι δέκα μη ενάρετες από φύση καθαρές
την διαυγή κενότητα αντίδοτα δεν φτιάχνουν.

Η εξήγηση των τριών καρφιών του καρπού:
Τη Νιοβάνα δεν την φέρνεις από αλλού,
τη Σαμσάρα δεν την διώχνεις κάπου αλλού.
Σιγουρεύτηκα ότι ο ίδιος μου ο νους είναι Βούδας.

Απ' τα τρία καρφιά ένα πρέπει να καρφωθεί:
Το καρφί της κενότητας της αληθινής της φύσης.
Αυτός που το καρφώνει είναι ο αυθεντικός Λάμα
κι αν το αναλύσεις πολύ δεν θα καρφωθεί.

Όταν πραγματώσεις το σύμφυτο, καρφώνεται.
Ο πλούτος αυτός ο κοινός όλων των ασκητών
στου γιόγκι τον νου εκδηλώθηκε μ' ένα τραγούδι.
Είθε εσείς όλοι οι μαθητές να το χαρείτε!

8. Περισσότερες στροφές από τα *Οκτώ Αστραφτερά Δόρατα*

Εξακρίβωση της τελικής μας φύσης,
χωρίς κλίση ως προς σαμσάρα ή νιοβάνα,
βεβαιότητα στο νου-που δεν αλλάζει πια.
Αυτά είν τα τρία σημεία της θεώρησης
σαν δόρου που αστράφτει στο στερέωμα.

Κόβοντας τη ρίζα, ο νους στη θέση του,
χωρίς κατασκευές οι συνειδήσεις,
χωρίς μόχθο κρατιέται η εγρήγορση.
Αυτά είν τα τρία σημεία του διαλογισμού
σαν δόρου που αστράφτει στο στερέωμα.

Εμπειρίες ανεμπόδιστα εκδηλώνονται,
χωρίς φόβο, ανησυχία και θλίψη,
χωρίς υποκείμενο-αντικείμενο.
Αυτά είν τα τρία σημεία της συμπεριφοράς
σαν δόρου που αστράφτει στο στερέωμα.

9. Κοίτα και Δες

Κοίτα γυμνά και τότε θα δεις την ουσία.
Την ελευθερία από [κάθε] πολυπλοκότητα, σαν το διάστημα κενότητα.
Όταν έτσι δρας κι έτσι παραμένεις, θα πραγματώσεις την αληθινή φύση.
Κοίτα και δες την κενή ουσία όλων των φαινομένων.

Χαλάρωσε κι αφήσου σ' αυτό κι ότι εμφανιστεί θα αναλυθεί στο διάστημα.
Όταν κατακάτσει η δίνη της θολούρας, η επίγνωση καθαρή θα λάμψει.
Χωρίς να κρατιέσαι από σημεία αναφοράς, κόψε τον μόχθο της δαιδαλώδους σκέψης.
Στην βαθιά άβυσσο των έξι πεδίων [των όντων], αυτή είναι η υπέρτατη κρυφή άσκηση

10. Η Στροφή του Σάματα από την Προσευχή του Μαχαμούντρα

Καθώς στη γαλήνη επανέρχονται τα κύματα των λεπτοφυών και χονδροειδών σκέψεων,
τα ασάλευτα νερά του νου ακινητοποιούνται αυτόματα.
Είθε να παραμείνουμε στον ατάραχο ωκεανό της γαλήνιας παραμονής
που δεν μολύνουν οι ακαθαρσίες της αδράνειας και της θολούρας. (16)

11. Προσευχή στον Γκούρου Ρίνποτσε

*ΜΙΑ ΠΡΟΣΕΥΧΗ ΓΙΑ ΤΟ ΠΩΣ ΟΙ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΑΠΕΛΕΥΘΕΡΩΝΟΝΤΑΙ ΩΣ ΘΕΟΤΗΤΑ,
ΟΙ ΗΧΟΙ ΑΠΕΛΕΥΘΕΡΩΝΟΝΤΑΙ ΩΣ ΜΑΝΤΡΑ,
ΚΑΙ ΟΙ ΣΚΕΨΕΙΣ ΑΠΕΛΕΥΘΕΡΩΝΟΝΤΑΙ ΩΣ ΤΕΛΙΚΗ ΦΥΣΗ.*

Των ματιών τα αντικείμενα προβάλλουν
μέσα κι έξω όλα τα πράγματα πολλά,
περιβάλλον και όντα έτσι προβάλλουν,
όμως άστα δίχως σύλληψη εαυτού.
Διαύγεια-κενότητα ο νους και τ' αντικείμενα
με θεϊκή μορφή προβάλλουν καθαρά,
σ' αυτόν που αυτολυτρώνει την προσκόλληση
στον "Όργκεν Πέμα Τζούγκνε προσευχή.

Για τα αυτιά αντικείμενα είναι οι ήχοι,
ευχάριστοι ή δυσάρεστα ακούσματα.
Όλα είναι ήχος και κενότητα,
μείνε δίχως σκέψεις, λογισμούς.
Ήχος-κενότητα των Νικητών ο λόγος,
δεν γεννήθηκε, ποτέ δεν σταματά,
στον Νικητών το λόγο, ήχο-κενότητα,
στον "Όργκεν Πέμα Τζούγκνε προσευχή.

Με την κίνηση του νου προς τ' αντικείμενα,
σκέψεις, δηλητήρια και πάθη,
μα μην κοπιάζεις να τα φτιάξεις με το νου,
παράτα παρελθόν, μη βλέπεις μέλλον.
Με το άφημα της κίνησης στη θέση της,
στο νταρμακάγια θα απολυτρωθεί,
σ' αυτόν που αυτολυτρώνει την επίγνωση,
στον "Όργκεν Πέμα Τζούγκνε προσευχή.

Ευλόγησε να καθαρίσει η προβολή
αντικειμένων της αντίληψης ως έξω.
Ευλόγησε να λυτρωθεί το υποκείμενο
ο νους που αντιλαμβάνεται από μέσα.
Ευλόγησε ώστε ανάμεσα στα δυο αυτά
την όψη του να δει το καθαρό το φως.
Σουγκάτα τριών χρόνων ελεήστε με,
πνεύμα σαν το δικό μου να λυτρωθεί.

Η προσευχή αυτή διδάχτηκε από τον ίδιο τον Γκούρου Ρίνποτσε στον Νάμκαϊ Νίνγπο

12. Ισότητα Εκδήλωσης Κενότητας

Αν δεν γνωρίζεις την ισότητα εκδήλωσης κενότητας και προσκολλάσαι στις εκδηλώσεις μόνο, αυτό είναι πλάνη. Αλλά και η προσκόλληση στην κενότητα μόνο, είναι επίσης πλάνη. Αν γνωρίζεις την ισότητα εκδήλωσης κενότητας δεν χρειάζεται να προσκολλάσαι ή να εγκαταλείπεις τα φαινόμενα, τις εκδηλώσεις κενότητας. Αυτό που πρέπει να κάνεις είναι να παραμείνεις στην ανοιχτωσύνη της ισότητας εκδήλωσης κενότητας.

13. Τα Λόγια του Γκούρου στον Νυσταγμένο Μαθητή

Εδώ στην σχετική πραγματικότητα, ο νους απ' τα φαινόμενα πλανάται ενοχλείται από τα κλέσα, εξαρτάται από το κάρμα και μες στη δυστυχία τριγυρνά. Στη τελική πραγματικότητα όμως, ο νους ποτέ δεν έχει σύγχυση. Τα πάθη και το κάρμα, μα και η δυστυχία, δεν εμφανίζονται ποτέ.

Μην περιμένεις τα φαινόμενα [της πλάνης] να ξεπεράσεις, που πραγματικότητα θεωρούμε. Κουράγιο πάρε τώρα και κάντο αμέσως τώρα, αυτό που πρέπει τώρα να κάνεις. Παράμεινε στην ατάραχη σφαίρα του φουρτουνιασμένου σου νου, στην φυσική κατάσταση, καταλάγιασε, εκεί μπορείς πιο ωφέλιμος να είσαι.

14. Το Τραγούδι για την μη Προσκόλληση σ' αυτό ή σ' εκείνο

Παρόλο που οι μεταβαλλόμενες εκδηλώσεις εμφανίζονται αδιάλειπτα, να είσαι δίχως προσκόλληση, σαν το παιδί που παίζει.

Παρόλο που οι φαινομενικές χαρές, οι θλίψεις, οι φίλοι κι οι εχθροί εμφανίζονται όλες οι σκέψεις αυτό-απελευθερώνονται σαν τα κύματα της θάλασσας.

Πόθος, θυμός, έπαινος, επίκριση, τι πλούτος σκέψεων. Απλά κοίτα στην ουσία τους, γυμνή καθαρή κενότητα.

Περπατάς, κάθεσαι, τρως, ξαπλώνεις, ότι κι αν κάνεις Όλα κενές μορφές που λάμπουν στην έκταση του καθαρού φωτός.

15. Τραγούδι της Ισότητας

Όλες οι εκδηλώσεις, είναι ισότητα εκδήλωσης κενότητας. Κάθε ήχος είναι ισότητα ήχου κενότητας. Όλες οι αισθήσεις, είναι ισότητα, ευδαιμονίας κενότητας. Γι αυτό με ισορροπία μείνε στην ισότητα, χωρίς πολυπλοκότητα. Γύρνα μέσα στην πόλη κι έτσι να είσαι, ανοικτός και χαλαρός. Με ισορροπία στην ισότητα χωρίς πολυπλοκότητα.

16. Το Βαθύ Οριστικό Νόημα

ΤΟ ΤΡΑΓΟΥΔΗΣΕ ΣΤΗ ΧΙΟΝΙΣΜΕΝΗ ΟΡΟΣΕΙΡΑ

Υπέρτατε γκούρου, στα πόδια σου υποκλίνομαι.
Τα σίντι των ευλογιών έρχονται απευθείας από τις ντάκινι.
Το νέκταρ των σάμαγια είναι το πιο θρεπτικό ποτό.
Η προσφορά της εμπιστοσύνης σου με κράτησε τόσο υγιή
κι αυτός ο τρόπος συσώρευσης αρετής, είναι καλός.

Στο πνεύμα που θεωρεί, προβάλει η κενότητα.
Σ' αυτό που θεωρείται, δεν υπάρχει ούτε ένα μόριο αληθινό.
Ο θεωρών και το θεωρούμενο, έχουν πέρα για πέρα διαλυθεί.
Αυτός ο τρόπος πραγμάτωσης της θεώρησης, είναι καλός.

Ο διαλογισμός σαν γίνεται ποταμός που ρέει καθαρού φωτός,
δεν υπάρχει λόγος για περιόδους και διαλείμματα.
Ο διαλογιζόμενος και το αντικείμενο του, έχουν πέρα για πέρα διαλυθεί.
Αυτή η πεμπτουσία του διαλογισμού, είναι καλή.

Όταν έρθει η βεβαιότητα ότι η συμπεριφορά είναι το έργο της φωτεινότητας,
κι ότι η αλληλεξάρτηση είναι κενότητα,
τότε ο δράστης και η δράση του, έχουν πέρα για πέρα διαλυθεί.
Αυτού του είδους η συμπεριφορά, είναι καλή.

Όταν η μεροληψία χάνεται στο διάστημα,
και παύουν η υποκρισία, τα οκτώ ντάρμα, οι ελπίδες και οι φόβοι,
αυτός που υπόσχεται κι η υπόσχεση του, έχουν πέρα για πέρα διαλυθεί.
Αυτός ο τρόπος τήρησης των σάμαγια, είναι καλός.

Όταν τελικά αναγνωρίσεις το πνεύμα σου ως Νταρμακάγια
και μπορείς έτσι να ωφελείς τον εαυτό σου και τους άλλους,
αυτός που πραγματώνει και η πραγμάτωση, έχουν πέρα για πέρα διαλυθεί.
Αυτός ο τρόπος επίτευξης του καρπού, είναι καλός.

17. Το Τραγούδι του Αεροδρομίου

Στον κενό χώρο τ' ουρανού, χωρίς κέντρο ή άκρη,
στη σφαίρα του κόσμου αυτού, χωρίς κορφή ή πυθμένα,
παρέα με τα όντα, κενές μορφές σαν όνειρο,
ο νους κενότητα διαύγεια ανείπωτη.

Αυτό δεν πραγματώνεται μόνο επειδή το ξέρεις,
πρέπει να ξέρεις και το φυσικό τρόπο να μένεις χαλαρά.
Είν' το απαύγασμα διαλογισμού και μη διαλογισμού
σ' αυτόν τον μη διαλογισμό ζήσε και μην παρεκκλίνεις.

18. Τα Οκτώ Είδη Τελειοποίησης

Εκδήλωση-κενότητα δεν έχουν διαφορά,
τότε η θεώρηση έχει τελειοποιηθεί.

Όνειρα και μέρα δεν έχουν διαφορά,
τότε ο διαλογισμός έχει τελειοποιηθεί.

Ευδαιμονία- κενότητα δεν έχουν διαφορά,
τότε η δράση έχει τελειοποιηθεί.

Αυτή η ζωή κι η άλλη δεν έχουν διαφορά,
τότε τη φύση τους τέλεια κατανοείς.

Διάστημα και νους δεν έχουν διαφορά,
τότε το Νταρμακάγια έχει πραγματωθεί.

Ευχάριστο-δυσάρεστο δεν έχουν διαφορά,
τότε οι οδηγίες έχουν τέλεια εφαρμοστεί.

Σοφία και πάθη δεν έχουν διαφορά,
τότε η πραγμάτωση έχει τελειοποιηθεί.

Ο Βούδας και ο νους σου δεν έχουν διαφορά,
τότε ο καρπός έχει τελειοποιηθεί.

19. Ο Σπόρος

Ο νους, αυτός και μόνον, είναι των πάντων ο σπόρος.

Σαμσάρα και Νιρβάνα προβάλλουν από αυτόν.

Προσκυνώ το νου που χαρίζει τους ποθητούς καρπούς
σαν το πετράδι που εκπληρώνει κάθε ευχή.

20. Τελική Θεώρηση, Διαλογισμός, Συμπεριφορά και Καρπός

Η θεώρηση είναι κενή αυθεντική σοφία.
Διαλογισμός-καθαρό φως χωρίς εμμονές.
Διαγωγή-συνεχής ροή χωρίς προσκόλληση
και καρπός-απαλλαγή από όλα τα πέπλα.

Η θεώρηση αυτή η κενή αυθεντική σοφία,
να χαθεί κινδυνεύει αν μείνει μόνο στα λόγια.
Χωρίς ν' ακολουθεί η βεβαιότητα ως προς το νόημα
τα λόγια δεν σ'απαλλάσσουν από το 'εγώ',
γι αυτό η τελική σιγουριά, σημαίνει πολλά.

Ο διαλογισμός-καθαρό φως χωρίς εμμονές,
να χαθεί κινδυνεύει αν παραμονή μόνο μένει.
Αν δεν προβάλλει από μέσα η αυθεντική σοφία,
δεν θα απελευθερωθείς, όσο σταθερά κι αν μένεις,
η νωθρότητα κι η ανησυχία δεν γεννούν σοφία,
γι αυτό η σταθερή επίγνωση, σημαίνει πολλά.

Η διαγωγή-συνεχής ροή χωρίς προσκόλληση,
να χαθεί κινδυνεύει αν είναι υποκρισία,
αν δεν περιέχει θεώρηση και διαλογισμό
στις [γιογκικές] επιδιώξεις σου θα αναμιχθούν τα οκτώ κοσμικά [ντάρμα]
[γι αυτό] η απαλλαγή από πέπλα-προσκόλληση, σημαίνει πολλά.

Ο καρπός που είν' η απαλλαγή από κάθε ψεγάδι,
θα χαθεί αν ντυθεί με τα ρούχα των ιδιοτήτων.
Αν η πλάνη δεν ξεπεραστεί μέσα στην πηγή της
μπορεί να στοχεύεις ψηλά, αλλά εκεί να μην φτάνεις
γι αυτό το να διορθώνεις την πλάνη, σημαίνει πολλά.

21. Το τραγούδι του Μιλαρέπα στην Περιστέρα Θεά

ΕΜΑΧΟ! Ω Μάρπα από το Λόντρακ με τη μεγάλη καλοσύνη.
Καθώς μέσα απ τη καρδιά μου σε θυμάμαι, στη καρδιά μου σε διαλογίζομαι.
Ξανά και ξανά σε παρακαλώ να μη χωριστούμε ποτέ.
Ευδαιμονία βγαίνει από την ανάμιξη του νου του δικού μου με του γκούρου.

Α ΛΑ ΛΑ αυτό που είναι οι εκδηλώσεις βαθιά στη βασική τους φύση:
είναι το νταρμακάγια, απαρχής αγέννητες κι όταν αυτό υποδειχθεί,
ενώνονται στου νταρμακάγια την έκταση που είναι χωρίς κατασκευές.
Αξιολόγηση στη θεώρηση δεν κάνω για το αν είναι υψηλή ή χαμηλή.
Ο νους σαν μείνει χωρίς κατασκευές- αυτό θα πει ευτυχία.

Κενότητα και διαύγεια είναι ο νους στη βασική του φύση.
Διαύγεια κενότητα είναι επίγνωση κι όταν αυτό υποδειχθεί,
στην έκταση ενώνονται της αβίαστης φύσης που είναι ακατασκεύαστη.
Αξιολόγηση εγώ στην άσκηση δεν κάνω για το αν είναι καλή ή κακή.
Ο νους σαν μείνει χωρίς κατασκευές- αυτό θα πει ευτυχία.

Οι έξι συλλογές των συνειδήσεων στην ίδια τους τη θέση λάμπουν.
Αντιληπτό – αντιλαμβανόμενο τα δυο δεν υπάρχουν κι όταν αυτό υποδειχθεί,
η δυαδικότητα πόνου - απόλαυσης παύει όταν αυτά ενώνονται σε ένα.
Στην έκταση μένει της αβίαστης φύσης που είναι ακατασκεύαστη.
Αξιολόγηση της δράσης εγώ δεν κάνω- για το αν είναι ορθή ή λανθασμένη.
Ο νους σαν μείνει χωρίς κατασκευές- αυτό θα πει ευτυχία.

Αυτό που είναι το αποτέλεσμα είναι του νταρμακάγια η φύση.
Η ποικιλία είναι το νιορμανακάγια κι όταν αυτό υποδειχθεί,
στην έκταση ενώνονται αυτά που συναντιούνται κι η απελευθέρωση της σκέψης.
Προσδοκία για καρπό εγώ δεν έχω για το αν θα επιτευχθεί ή όχι.
Ο νους σαν μείνει χωρίς κατασκευές- αυτό θα πει ευτυχία.

22. Μεγαλύτερο απόσπασμα από την Προσευχή του Μαχαμούντρα

Η μεγάλη ευδαιμονία, η απαλλαγή από προσκόλληση, ρέει αδιάκοπα.
Το Καθαρό Φως που δεν τείνει σε χαρακτηρισμούς, λάμπει αποκαλυμμένο.
Πέρα από διανόηση, ο νους είναι αυθόρμητα χωρίς σκέψεις.
Είθε να μην σταματήσουν ποτέ οι αβίαστες αυτές εμπειρίες. (20)

Η τάση για εμπειρίες, ευχάριστες-δυσάρεστες, σταματά από μόνη της.
Οι σκέψεις της πλάνης εξαγνίζονται φυσικά στην απεραντοσύνη.
Ο κοινός νους, ούτε αφήνει ούτε αποδέχεται, ούτε αποκτά ούτε εξαλείφει.
Είθε να πραγματώσουμε την τελική αλήθεια, που είναι πέρα από κατασκευές. (21)

Η φύση των όντων πάντοτε είναι η βουδική κατάσταση.
Όμως επειδή δεν την αναγνωρίζουν, περιπλανιόνται στον τροχό της ύπαρξης.
Είθε για τα όντα που υποφέρουν αφόρητα,
να εμφανιστεί το αβάστακτο έλεος ως η ροή του νου μας. (22)

Όταν εκδηλώνεται το αβάστακτο έλεος και η μεγάλη αγάπη
γυμνό προβάλλει το νόημα της κενότητας που είναι η ουσία.
Πάνω σ' αυτόν τον αλάνθαστο κι υπέρτατο δρόμο της ενότητας,
είθε να μένουμε στον διαλογισμό αυτόν, αδιάκοπα μέρα και νύκτα. (23)

23. Βάση, Δρόμος και Καρπός (από την Προσευχή του Μαχαμούντρα)

Η βάση της κάθαρσης είναι ο ίδιος ο νους, η ένωση φωτεινότητας κενότητας.
Αυτό που τον καθαρίζει, είναι η μεγάλη βάζρα γιόγκα του μαχαμούντρα.
Κι αυτό που πρέπει να καθαριστεί είναι όλα τα πέπλα της επιφανειακής σύγχυσης.
Το αποτέλεσμα αυτού, η κατάσταση [που είναι απαλλαγμένη] απ' όλα τα πέπλα, το
νταρμακάγια, είθε αυτό να προκύψει άμεσα. (7)

24. Το Τραγούδι του Αρουραίου

Έφτασα εδώ, μέσα από ένα σκοτεινό και λαμπρό πέρασμα,
περίεργες εκπλήξεις γεμάτο όλο τριγύρω.
Τα πράγματα δεν ήταν καθόλου όπως φαίνονταν
κι αυτό που ήταν δεν υπήρχε πουθενά.

:[*Είμ' ένας αρουραίος απ' τον κά-α-μπο
που ψάχνει μήπως βρει καμιά μπουκιά.
Είμαι τόσο, μα τόσο πεινασμένος
την τρώω αλμυρή ή και γλυκιά*]:

Για να βρω τον δρόμο μου δάσκαλο ήθελα.
Να βρεις κάποιον που αξίζει, από που ν' αρχίσεις;
Ταξίδεψα μακριά, κοίταξα παντού και ξαφνικά
ήταν ένας που έλεγε, 'μαθαίνω σημαίνει μαθαίνω με καρδιά'.
:[*Είμ' ένας αρουραίος...*]:

Στην αρχή προσπάθησα να του δείξω πόσα ήξερα,
κάθε φορά όμως αυτός το ανέστρεφε
κι έλεγε, 'ο εαυτός που νομίζεις ότι ξέρει, δεν υπάρχει
κι αυτόν που υποφέρει - δεν θα τον έβρεις πουθενά'.
:[*Είμ' ένας αρουραίος...*]:

Σκέφτηκα, 'καλό κι αυτό, υπάρχει όμως τουλάχιστον κάτι εκεί έξω,
μορφή και ήχος, μυρωδιά, γεύση και αφή'.
Εκείνος όμως είπε, 'αυτά δεν είναι παρά του νου το περιεχόμενο,
όπως τα φίδια στα όνειρα', και τώρα γνωρίζω αυτό το λίγο.
:[*Είμ' ένας αρουραίος...*]:

Σκέφτηκα, 'καλό κι αυτό, τώρα κάτι ξεκαθάρισε -
πως όλα είναι νους κι ο νους είναι η αλήθεια'.
Αλλά είπε μετά ότι κι ο νους ο ίδιος είναι κενός.
Και τότε πια έμαθα πως ο νους είναι περίεργο πράγμα.

: [*Είμ' ένας αρουραίος απ' τον κά-α-μπο
που ψάχνει μήπως βρει καμιά μπουκιά.
Είμαι τόσο, μα τόσο πεινασμένος
την τρώω αλμυρή ή και γλυκεία*]:

Μετά όμως πρόσθεσε, 'όλα αναπαύονται στη δική τους ροή,
μια απλή εμφάνιση εξαιτίας της αλληλεπίδρασης,
δεν αποτελείται από τίποτε από αυτά που φαίνονται.'
Και τότε έμαθα πως ο νους είναι σαν το κενό διάστημα.

: [*Είμ' ένας αρουραίος...*]:

Μετά όμως είπε ότι το κενό δεν είναι κενό.
Αν υπήρχε [το] τίποτα, τότε κι αυτό θα ήταν κάτι.
Το βασικό νου, ο σκεπτόμενος νους δεν μπορεί να αντιληφθεί
Χαλάρωσε στην απλή, ανοικτή απεραντοσύνη!

: [*Είμ' ένας αρουραίος...*]:

Τότε λοιπόν σκέφτηκα, 'Τώρα όλα είναι ξεκάθαρα.
Δεν υπάρχει ο εαυτός και το άλλο, είναι μια φάρσα'.
Τότε όμως ρώτησε, 'Ποιος φτάνει στην φώτιση, αν δεν υπάρχει κανένας;'
Έτσι λοιπόν τώρα ξέρω τουλάχιστον κάποια νταρμικά αστεία.

: [*Είμ' ένας αρουραίος...*]:

Τα όντα μπορούν να γνωρίζουν και ν' αγαπούν, αυτό είναι η βουδική φύση,
το βασικό στοιχείο, ο 'εαυτός' στ' αλήθεια.

Τα φαινόμενα είναι το καθαρό φως που χορεύει παιχνιδιάρικα.

Ας σοβαρευτούμε λοιπόν, κι ας χορέψουμε τον χορό του καθαρού φωτός.

: [*Είμ' ένας αρουραίος...*]:

*Με την καθοδήγηση του Κένπο Τσούλτριμ Γκνάμτσο Ρίνποτσε Kagyu Center in Brussels, Belgium, από έναν ανώνυμο
γιόγκι, 1980*

25. Οι Επτά Χαρές

Νάμο Ράτνα Γκούρου

Όταν σκέψεις δυαδικές υποκειμένου αντικειμένου
παρασέρονουν και διασπούν το νου,
δεν αποκόβομαι απ τις αισθήσεις μου για να ασκηθώ χωρίς αυτές,
αλλά βουτώ κατευθείαν στην ουσία τους.
Μοιάζουν με σύννεφα στον ουρανό που λαμπυρίζουν καθώς ταξιδεύουν,
όταν σκέψεις προβάλλουν, τι χαρά!

Όταν πάθη με βασανίζουν κι η φωτιά τους με καίει
δεν προσπαθώ να τα νικήσω με αντίδοτο.
Σαν ελιξίριο αλχημιστών που τα μέταλλα κάνει χρυσό,
έτσι τα πάθη τη δύναμη έχουν να χαρίσουν,
αμόλυντη ευδαιμονία, απόλυτα καθαρή,
όταν πάθη προβάλουν, τι χαρά!

Όταν θεοί και δαίμονες με βασανίζουν και με ενοχλούνε
δεν τους ξορκίζω με κατάρρες και με τελετές.
Αυτό που πρέπει να ξορκίσω είναι ο εγωισμός
που στηρίζεται στην ιδέα του εαυτού.
Έτσι οι ορδές του μάρα, θα γίνουν συμπαραστάτες,
όταν εμπόδια προβάλλουν, τι χαρά!

Όταν απ τα βάσανα της σαμσάρα υποφέρω,
αντί στη δυστυχία να κυλιέμαι
σηκώνω το φορτίο μου στο μέγα μονοπάτι
κι αφήνω το έλεος να με γεμίζει
παίρνοντας πάνω μου τα βάσανα των άλλων
όταν κάρμα ωριμάζει, τι χαρά!

Όταν το σώμα μου λυγίσει απο αρρώστιες και πόνο,
δεν τρέχω σε γιατρούς για θεραπεία.
Μα την αρρώστια άσκηση κάνω και με την δύναμη της
καθαρίζω τα πέπλα που με δεσμεύουνε,
οι ενάρετες ιδιότητες έτσι ενισχύονται,
όταν αρρώστιες προβάλουν, τι χαρά!

Όταν η ώρα έρθει να αφήσεις το απατηλό ετούτο σώμα,
μην έχεις θλίψη και ανησυχία.
Εμπιστέψου με κι ασκήσου σ' αυτό που θα σου πω:
Θάνατος στ' αλήθεια δεν υπάρχει.

Είναι απλά φως καθαρό, μάνα παιδί που ανταμώνουν,
όταν το πνεύμα το σώμα αφήνει, τι χαρά!

Όταν τίποτα δεν πάει καλά κι όλα είναι ενάντια σου
να τα' αλλάξεις όπως μπορείς, μην προσπαθείς.
Ασκήσου με τρόπο αντίθετο απ' ότι νομίζεις
μην προσπαθείς να τα βελτιώσεις, να τα αποφύγεις.
Αντίξοες συνθήκες έρχονται, τι χαρά,
φτιάχνουν αυτό το μικρό τραγούδι για τη χαρά.

26. Απόσπασμα από το Δέκα πράγματα που είναι σαν...

Όταν έλεος αναβλύζει μέσα απο τα βάθη της καρδιάς μου
βλέπω τα όντα (των τριών πεδίων) σαν να καίγονται μέσα σε λάκκο με φωτιά.

Όταν η ευδαιμονία περιβάλλεται απ την (θεώρηση της) κενότητα,
ότι κι αν εμφανιστεί αυτοελευθερώνεται σαν φούσκα στο νερό.

Όταν γνωρίζω την αληθινή φύση όλων των γνωστέων
η σοφία που έχει επίγνωση της (αληθινής) φύσης είναι σαν τον (ασυννέφιαστο) ουρανό.

Όταν η λάσπη κατακάθεται και ο νους είναι σαν κρύσταλλος καθάριος,
η αυτογνωστική επίγνωση λάμπει σαν τον καθρέπτη.

Η λαμπερή εκδήλωση, η λαμπερή κενότητα κι η λαμπερή σοφία
είναι σαν ήλιος λαμπερός που λάμπει σε ασυννέφιαστο ουρανό.

Under the guidance of Khenpo Tsultrim Gyamtso Rinpoche, translated and arranged by Jim Scott and Ari Goldfield, June 17, 2000. Revised August 13, 2000.

27. Οι Δώδεκα Γιογκικές Χαρές

Σαν τον κατάδικο που λυτρώθηκε από τα δεσμά του
ο γιόγκι που αφήνει το τόπο του, νοιώθει χαρά.

Σαν το άτι που τρέχει ελεύθερο χωρίς χαλινάρια
ο γιόγκι πέρα από δύο, νοιώθει χαρά.

Σαν το ελάφι το πληγωμένο που αποτραβιέται
ο γιόγκι που ζει μοναχικά, νοιώθει χαρά.

Σαν τον βασιλιά των πουλιών που στα ύψη φτερουγίζει
κατέχοντας τη θεώρηση ο γιόγκι νοιώθει χαρά.

Σαν τον αέρα που το διάστημα διασχίζει
ο γιόγκι χωρίς εμπόδια, νοιώθει χαρά.

Σαν τον βοσκό που φυλά τ' ασπρόμαλλο κοπάδι
ο γιόγκι που το βίωμα [κενότητας-φωτεινότητας] φυλά, νοιώθει χαρά.

Σαν το τεράστιο όγκο του βασιλιά όλων των βουνών
ο γιόγκι που αλλαγές δεν ταράζουν, νοιώθει χαρά.

Σαν τη διαρκή ροή ενός μεγάλου ποταμού
όταν ρέει η εμπειρία, ο γιόγκι νοιώθει χαρά.

Σαν το πτώμα που βρίσκεται ακίνητο στον τάφο
ο γιόγκι χωρίς δραστηριότητα νοιώθει χαρά.

Σαν τη πέτρα που πετιέται σε βαθιά νερά
ο γιόγκι που πίσω δεν γυρνά, νοιώθει χαρά.

Σαν τον ήλιο που από ψηλά τον ουρανό φωτίζει
ο γιόγκι φωτίζοντας τα πάντα νοιώθει χαρά.

Σαν το φυτό που χωρίς τα φύλλα κορμό δεν έχει
ο γιόγκι χωρίς επαναγέννηση νοιώθει χαρά.

Αυτή η μελωδία για τις δώδεκα χαρές του γιόγκι
είναι δώρο νταρμικό για όλους εσάς.
Τέλεια απάντηση στην ερώτησή σας.

28. Οι δεκαοκτώ γιογκικές χαρες

ΥΜΝΟΣ ΓΙΑ ΤΟ YOLMO GANGRA, ΕΝΑ ΤΡΑΓΟΥΔΙ ΠΟΥ ΑΦΥΠΝΙΖΕΙ ΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑ

Προσκυνώ στα πόδια του αυθεντικού Γκουρού μου
χάρη στην αρετή μου, τον συνάντησα.

Ο Γκουρού και η προφητεία του με έχουν φέρει εδώ.

Η δασωμένη ορεινή έκταση, το άνετο μου καταφύγιο,
είναι λιβάδι ανθοσκέπαστο, γεμάτο ομορφιά,
τα δέντρα όλα χορεύουν, λικνίζονται απαλά.

Είναι ένας τόπος παιγνιδιού, για μαϊμουδάκια και πιθήκους,
ένας τόπος που τα πουλιά, μιλούν στη γλώσσα τους.

Η γη που οι μέλισσες πετούν, με τ' απαλά τους τα φτερά
εκεί που μέρα νύχτα, ουράνια τόξα λαμπυρίζουν.

Το καλοκαίρι χειμωνιάζει, πέφτει λεπτή βροχή,
Κι όταν φτάνει η άνοιξη, η ομίχλη κατεβαίνει.
Σ' αυτήν την ερημιά, εγώ ο γιόγκι Μιλαρέπα
διαλογίζομαι στην κενότητα κι αισθάνομαι καλά.
Όταν σκέψεις εμφανίζονται, νοιώθω εξαιρετικά.
Όταν πέφτω στα δύσκολα, νοιώθω ακόμα πιο καλά.
Τι ωραία που είμαι ένα ον, χωρίς βάρη καρμικά.
Όταν φουντώνει η σύγχυση, νοιώθω εξαιρετικά.
Τα οράματα όσο πιο τρομερά, τόσο πιο καλά,
Κλέσα, γέννηση, θάνατος, απελευθέρωση είναι καλά.
Τα δαιμόνια όσο πιο φοβερά, τόσο πιο καλά,
κι όταν δεν αρρωσταίνω, νοιώθω περίφημα.
Ο πόνος είναι ευδαιμονία, γι αυτό είμαι ωραία όταν δεν είμαι καλά,
Αφού τα τρούλκορ έρχονται απ' αυτό που είμαι, νοιώθω περίφημα.
Πηδώντας, τρέχοντας, χορεύω, κι είναι εξαιρετικά,
είμαι βασιλιάς του λόγου, με τα τραγούδια μου και νοιώθω καλά.
Οι λέξεις βόμβος μελισσών, πολύ καλό κι αυτό
με τον ήχο τους μαζεύεται αρετή, κι αυτό είν υπέροχο.
Μέσα στην έκταση της σιγουριάς, στη δύναμη του νου,
υπάρχει ευδαιμονία τι καταπληκτικό!
Όταν κάτι βγαίνει αυθόρμητα, νοιώθω εξαιρετικά.
Όταν άνω κάτω είν' όλα, νοιώθω πιο καλά.
Το χαρούμενο τραγούδι, της πραγμάτωσης,
ο ανέμελος γιόγκι, για σένα το έχει πει,
που το λόγο πιστεύεις, που σε φέρνει εδώ,
μαζί σου να το πάρεις, φεύγοντας.

29. Αμερόληπτη Προσευχή

Όντα όλα εσείς, που κάπως συνδεόμαστε,
Μόλις αφήσετε τον φαύλο τούτο κόσμο
Μακάρι αφού στο Ντεουατσέν μεταφερθείτε,
Όλα τα στάδια και μονοπάτια να διαβείτε.

30. Η Αφιέρωση του Μιλαρέπα

Είθε υγεία και μακροζωία να' χούμε,
ελευθερία, πόρους κι ευτυχία να χαιρόμαστε.
Είθε μετά στ' αγνά πεδία να βρεθούμε
και πάντα ασκώντας Ντάρμα, τα όντα να ωφελούμε.

Sung by Milarepa. Under the guidance of Dechen Rangdrol (Khenpo Tsultrim Gyamtso Rinpoche), translated by Ari Goldfield, Guayrapa Asociación Cultural, Tarragona, Spain, May 3, 2003. Translation copyright 2012, Ari Goldfield.

31. Φίλοι

ΤΡΑΓΟΥΔΙ ΓΙ' ΑΥΤΟΥΣ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ ΓΕΜΑΤΟΙ ΑΓΑΠΗ ΑΛΛΑ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΣΚΟΛΛΗΣΗ

Φίλοι, κενές μορφές, σαν νερο-φέγγαρα.
Αν τους περνάς γι' αληθινούς
αυτό θα κάνει τα βάσανα σου πιο πολλά

Κενές μορφές, αν τους θωρείς, σαν νερο-φέγγαρα
θα μεγαλώσει το σαμάντι της ψευδαίσθησης
κι η συμπόνια δίχως εμμονή θε ν' απλωθεί.
Η θεώρηση, χωρίς σημείο αναφοράς, κι αυτή θ' αναπτυχθεί
κι ο διαλογισμός, χωρίς εστίαση
κι η διαγωγή χωρίς δράστη-δρώμενο, κι' αυτά.

Απ' όλα αυτά τα τόσο εκπληκτικά, είναι το πιο εκπληκτικό.
Απ' όλα αυτά τα τόσα θαύματα, αυτό είναι το πιο θαυμαστό.

32. Αυτό-προβάλουσα Ψευδαίσθηση

Κάθε μορφή, μορφή-κενότητα.
Ουράνιο τόξο, τόσο λαμπερό.
Μες τα βάθη μορφής-κενότητας
αφήσου εκεί που δε φτάνει το μυαλό.

Κάθε ήχος, ήχος-κενότητα
σαν τον ήχο που φέρνει ή ηχώ.
Μες τα βάθη ήχου-κενότητας
αφήσου εκεί που δε φτάνει το μυαλό.

Κάθε αίσθηση, ευδαιμονία-κενότητα
πέρ' απ' αυτό που με λέξεις λες.
Μες τα βάθη ευδαιμονίας -κενότητας
αφήσου εκεί που δε φτάνει το μυαλό.

Η επίγνωση, επίγνωση -κενότητα
πέρ' απ' αυτό που στις σκέψεις χωρά.
Μες τα βάθη επίγνωσης-κενότητας
αφήσου εκεί που δε φτάνει το μυαλό.

33. Προσευχή μακροζωίας για τον Κυέτσεν Τσούλτριμ Γκυάμτσο

Είσαι προικισμένος με την δόξα της Πειθαρχίας,
ένα πεδίο θετικών ιδιοτήτων,
για σένα, το νόημα του Ωκεανού του Ντάρμα
προβάλλει με κάθε λεπτομέρεια χωρίς να συγχέεται.
Τραγουδάς στις δέκα κατευθύνσεις τα μελωδικά τραγούδια
της βαθιάς θεώρησης και του διαλογισμού,
αυθεντικέ πνευματικέ φίλε, είθε να παραμείνεις για πάντα.

This supplication for the long life of Khenpo Tsultrim Gyamtso, the unequaled spiritual friend, I make out of my own devotion to this genuine master, and also in response to the repeated requests of many groups of his Eastern disciples, who possess the jewel of faith. On the topmost floor of the Gyuto Ramoche Temple in the noble land of India, the one fortunate to receive the healing nectar of his excellent teachings, Karmapa Orgyen Trinle Palden Wangi Dorje, makes this supplication with a clear mind, and may its aspiration be realized in precisely the way it has been made.

34. Προσευχή Μακροζωίας για τον Ντέτσεν Ράνγκντρολ

Νάμο Γκουραβέ!
Μπαγκαβάν Νικητή, προστάτη Αμιτάγιους
κι εσύ με την απέραντη δράση, ω! Ουσνίσια-βιτζάγια
μητέρα όλων των Νικητών που εκπληρώνεις τις ευχές με τον Τροχό,
μακροζωίας θεότητες εσείς κι οι τρεις, ευλογείστε.

Είθε τα πόδια – λωτοί του ασύγκριτου γκούρου να είναι σταθερά.
Ο θησαυρός του εξαίρετου λόγου του Νικητή.
Είσαι προστάτης, ενσαρκώνεις το Ντάρμα, το εκτενές και βαθύ.
Δείχνεις την ουσία, τις βαθιές οδηγίες. Μείνε για πάντα!

Αν και η επίγνωση σου δεν έχει προσκόλληση αλήθειας στα φαινόμενα,
ούτε δυαδική σκέψη, ούτε τάση για χαρακτηρισμούς,
είθε στην καρδιά σου που είναι ισότητα κι απέραντη αγάπη,
να μας θυμάσαι όλα τα όντα, ας μείνει πίσω κανείς.

Κενή μορφή με πέντε φώτα, το Σώμα του γκούρου,
ακλόνητη σοφία, νάντι, πράνα ο Λόγος του γκούρου,
μπίντου αστραφτερή ευδαιμονία ο Νους του γκούρου.
Ω γκούρου μείνε για πάντα σ' αυτά τα τρία κάγια σου.

Χορευτή των βάτζρα χορών, τραγουδάς τα βάτζρα τραγούδια,
η βάτζρα σοφία σου γεμίζει τη βάτζρα έκταση,
ίδιος ο Βατζραντάρα, έχεις τη βάτζρα επίγνωση.
Μείνε για πάντα στον θρόνο της βάτζρα έκτασης των φαινομένων.

Κενές μορφές, αν τους θωρείς, σαν νερο-φέγγαρο
θα μεγαλώσει το σαμάντι της ψευδαίσθησης
κι η συμπόνια δίχως εμμονή θε ν' απλωθεί.

Η θεώρηση, χωρίς σημείο αναφοράς, κι αυτή θ' αναπτυχθεί
κι ο διαλογισμός, χωρίς εστίαση
κι η διαγωγή χωρίς δράστη-δρώμενο, κι' αυτά.

Απ' όλα αυτά τα τόσο εκπληκτικά, είναι το πιο εκπληκτικό.
Απ' όλα αυτά τα τόσα θαύματα, αυτό είναι το πιο θαυμαστό.

*On the auspicious occasion of Khenchen Tsultrim Gyamtso Rinpoche's 80th birthday celebration,
Composed by Dzogchen Ponlop Rinpoche at Tekchok Ling, March 2014.
Translated and arranged for song by Jim and Birgit Scott in collaboration with Chris Stagg.*

35. Προσευχή μακροζωίας που Συσσωρεύει Νέφη Ευλογίας για τον Τζιμ Σκοτ

Μέγα Αμιτάγιους, συ που μας βγάζεις από τη Σαμσάρα,
σώζεις αυτούς που απροστάτευτοι υποφέρουν,
κι απομακρύνεις τον πρόωρο θάνατο,
Βούδα της Απεριόριστης Ζωής, σε προσκυνούμε.

Εκτενές μάντρα:

*Om namo bhagawate / aparamita ayurjana subinitsita tedzo radzaya / tathagataya / arhate
samyak sambudhaya / teyatha / Om punye punye mahapunye / aparimita punye / aparimita
punye jana sambharo patsite / Om sawa samskara parishuddha dharmate gagana samudgate
sobhawa bishuddhe mahanaya paiware svaha*

Σύντομο μάντρα:

Om a maharani dziwentiye svaha Απάγγειλε όσο περισσότερο μπορείς και μετά:

Παρακαλούμε τον Προστάτη Αμιτάγιους,
το Σίντι της Μακροζωίας που χαρίζει,
την ευλογία σου δώσε για τη μακροζωία του Τζιμ,
του δίγλωσσου δεξιοτέχνη με μάτια λαμπερά από βαθιά κατανόηση.

Θεότητα, χορηγέ ζωής, με μάτια γεμάτα έλεος,
Λευκή Τάρα, τροχέ που εκπληρώνεις κάθε ευχή,
σε σένα προσευχόμαστε, χάρισε αμέτρητους αιώνες ζωής
στον Μεταφραστή που μεταδίδει τις Διδασκαλίες.

Θεότητα της σοφίας, που χαρίζεις την υπέρτατη ζωή,
στα πόδια σου προσευχόμαστε, νικήτρια Ναμγκυάλμα,

παρακαλούμε, ευλόγησε τον δίγλωσσο κήρυκα του Ντάρμα,
πηγή οφέλους και χαράς, ουσία του Βάτζρα.

Με νου γεμάτο πίστη και λαχτάρα προσφεύγουμε
στο καταφύγιο των τριών πετραδιών και τις απέραντες τρεις ρίζες.
Δεχόμενοι τον θησαυρό του Ντάρμα σαν την αυγή,
ζητάμε ο Μεταφραστής να είναι πάντα καλά στην υγεία του.

Με τις ευλογίες του καταφυγίου, του ωκεανού του ελέους,
τη δύναμη της αναλλοίωτης πραγματικότητας της αληθινής φύσης,
και τη δύναμη της αγνής μας πρόθεσης,
είθε οι ευχές αυτές γρήγορα και ανεμπόδιστα να εκπληρωθούν.

Upon request by the students of the Rigpe Dorje Institute to write a long-life prayer for the revered senior translator Jim Scott, these supplication prayers and words of aspiration adorning the three deities of longevity were composed with virtue on February 27, 2011 by Lodrö Namgyal, who bears the title Khenpo in name only.

Διδασκαλίες της Σχολής Σέντονγκ

Από τον Κένπο Τσούλτριμ Γκυάμτσο Ρίνποτσε
Μελβούρνη 30 Νοεμβρίου 1998

Όπως κάθε φορά, σας παρακαλώ φέρτε στο νου την Μποντισίτα, τη σκέψη της Φώτισης όπως αυτή παρουσιάζεται στη Μαχαγιάννα, το Μεγάλο Όχημα και ακούστε.

Στην παράδοση Σένγκτονγκ, Ετεροκενότητα, στη Μεγάλη Μέση Οδό, υπάρχουν δύο παραδόσεις, η Σένγκτονγκ των Σούτρα και η Σένγκτονγκ της Βατζραγιάννα.

Η παράδοση Σένγκτονγκ των Σούτρα διδάσκεται στις Σούτρα που το θέμα τους είναι η Βουδική Φύση και τα Σάστρα και τα σχόλια, το σχόλιο πάνω στη Βουδική Φύση που ονομάζεται Γκιου Λάμα, κατά λέξη Η Τελευταία και Υψηλότερη σε Σειρά Διδασκαλία Μαχαγιάννα και επίσης, από τον προστάτη Ναγκαρτζούνα στις Συλλογές Εγκωμίων του, το πιο κύριο από τα οποία είναι το Εγκώμιο προς το Νταρμαντάου.

Πρώτα, στις σούτρα πάνω στη Βουδική Φύση ο Βούδας είπε: « Η Βουδική Φύση διαπερνά όλα τα έμβια όντα, επομένως όλα έχουν το σπόρο της Φώτισης.». Και ο Ρίνποτσε σχολιάζει « Η Βουδική Φύση ή Ουσία είναι εξίσου παρούσα σε κάθε έμβιο όν, στον ίδιο βαθμό, και επομένως όλα έχουν την ικανότητα, τη δυνατότητα να φτάσουν στην πλήρη και τέλεια Φώτιση.

Για παράδειγμα, εφόσον η ουσία του βουτύρου είναι παρούσα στο γάλα, μπορούμε να πάρουμε βούτυρο εάν χτυπήσουμε το γάλα. Εφόσον το λάδι του σουσαμιού είναι παρόν στο σουσάμι, μπορούμε αν πιέσουμε τους σπόρους του σουσαμιού να βγάλουμε το σησαμέλαιο από αυτούς. Και εφόσον ο χρυσός και το ασήμι υπάρχουν στο μέταλλευμα χρυσού ή αργύρου, είναι δυνατόν να πάρουμε τον χρυσό ή το ασήμι εάν επεξεργαστούμε το μέταλλευμα. Παρόμοια με τα παραδείγματα αυτά, εφόσον η αληθινή φύση του νου καθενός από τα έμβια όντα είναι ο Βούδας, ο αληθινός, αυθεντικός, ο απόλυτος Βούδας, τότε είναι δυνατόν τα έμβια όντα να ασκηθούν στο μονοπάτι και να επιτύχουν τον καρπό της πλήρους και τέλειας Φώτισης.

Εάν κάποιος θέλει να μελετήσει σε βάθος σχετικά με τη Βουδική Φύση, τότε καλά θα κάνει να μελετήσει το Γκιού Λάμα, την πραγματεία πάνω στην Βουδική Φύση. Ειδικά το τέταρτο διαμαντένιο σημείο που διδάσκει τους τρεις λόγους για τους οποίους όλα τα όντα έχουν την Βουδική Φύση, την παρουσίαση των δέκα σημείων της Βουδικής Φύσης και τα 9 παραδείγματα που δείχνουν πως η Βουδική Φύση μπορεί να είναι παρούσα αλλά να καλύπτεται από τις παροδικές αμαυρώσεις. Για να μάθει κανείς περισσότερα πρέπει να μελετήσει το κείμενο αυτό το οποίο έχει μεταφραστεί στα αγγλικά από τον Κεν και την

Κάτσα Χόλμς από το Σάμυε Λίνγκ¹ και επίσης υπάρχουν και σχόλια όπως αυτό του Τράνγκου Ρίνποτσε που έχει δημοσιευθεί με τον τίτλο Βουδική Φύση κτλ.

Δεν θα είναι πολύ χρήσιμο να προσπαθήσουμε να τα εξηγήσουμε όλα αυτά σε ένα βράδυ, αντί για αυτό ο Ρίνποτσε θα μας δώσει την ουσία αυτών των διδασκαλιών.

Ο Ρίνποτσε απαγγέλει μια στροφή από το κείμενο πάνω στην Βουδική Φύση, το Γκιου Λάμα:

Αυτό που έχει το χαρακτηριστικό να είναι διαχωρίσιμο,
είναι οι παροδικές αμαυρώσεις, το δυναμικό είναι κενό από αυτές.
Αυτό το οποίο έχει το χαρακτηριστικό του να είναι αδιαχώριστο,
είναι οι ανυπέρβλητες ιδιότητες. Το δυναμικό δεν είναι κενό από αυτές.

Σ' αυτήν ακριβώς την στροφή έχουμε μια πολύ ξεκάθαρη δήλωση του τι σημαίνει το όνομα της σχολής αυτής, Ετεροκενότητα, κενό από κάτι άλλο (από τον εαυτό του). Επειδή λέει ότι το δυναμικό, η Βουδική Φύση είναι κενό από αυτό το οποίο είναι διαχωρίσιμο από αυτό, τις παροδικές αμαυρώσεις. Οτιδήποτε είναι αμαύρωση, λεκές, δεν είναι εγγενές στην Βουδική Φύση, έτσι η Βουδική Φύση είναι κενή από κάθε είδους αμαυρώσεις ή ελαττώματα. Όμως δεν είναι κενή από τις εγγενείς της ιδιότητες, αυτές είναι αδιαχώριστες από τη Βουδική Φύση, έτσι λοιπόν είναι κενή από 'άλλο', όχι από τις ίδιες της τις ιδιότητες.

Επομένως, οι παροδικές αμαυρώσεις της σύγχυσης λέγεται ότι είναι ράνγκτονγκ ή κενές από ίδια ουσία. Τί είναι λοιπόν αυτές οι αμαυρώσεις; Είναι οι εκδηλώσεις αντιλαμβανόμενου και αντιληπτού. Κάθε είδος εκδήλωσης στο οποίο υπάρχει κάτι το οποίο γίνεται αντιληπτό και κάποιος που το αντιλαμβάνεται είναι κενό από ίδια φύση. Όμως η Βουδική Φύση, η ακτινοβόλα διαύγεια, το καθαρό φως που είναι η αληθινή φύση του νου δεν είναι κενή από τις ίδιες της τις ιδιότητες της φωτεινότητας, της επίγνωσης κ.ο.κ. και επομένως είναι κενή από το 'άλλο', είναι κενή από κάθε ατέλεια ή αμαύρωση αλλά όχι κενή από τις ίδιες της τις ιδιότητες. Εδώ λοιπόν μπορούμε να δούμε πως σχετίζονται αυτές οι δύο σχολές της Αυτοκενότητας, Ράνγκτονγκ και της Ετεροκενότητας, Σέντονγκ.

Η παρακάτω στροφή διδάσκει δίνοντας παραδείγματα πως η Βουδική Φύση είναι από τη φύση της πάντα ελεύθερη από αμαυρώσεις:

*Σαν το πολύτιμο πετράδι, σαν τον ουρανό, σαν την ουσία του νερού,
η Βουδική Φύση είναι πάντα ελεύθερη από μολύνσεις.*

Εδώ η Βουδική Φύση παρομοιάζεται με ένα πολύτιμο πετράδι που μπορεί να είναι κολλημένο μέσα σ ένα βράχο αλλά στην ουσία του το πετράδι αυτό δεν καλύπτεται από τίποτε, είναι τέλεια καθαρό. Ή όπως η ουσία του ουρανού, όσα σύννεφα και να υπάρχουν, η ουσία του διαστήματος είναι πάντα τέλεια καθαρή. Και το νερό, όση λάσπη και να υπάρχει, η

¹ Τώρα υπάρχει και μεταφραση στα αγγλικά του ριζικού κειμένου και του σχολίου του Jamgon Kongtrul Lodro Thaye με σχόλια του Ρίνποτσε από την μαθήτριά του Rosemarie Fuchs με τίτλο *Buddha Nature: The Mahayana Uttaratantra Shastra with Commentary*

ουσία του νερού, είναι πάντα τέλεια καθαρή. Έτσι και η Βουδική Φύση η ίδια είναι πάντα απόλυτα ελεύθερη από κάθε είδος μόλυνσης, κλέσα.

Και το παράδειγμα που δείχνει πως η Βουδική Φύση μπορεί να είναι ελεύθερη ή κενή από αμαυρώσεις αλλά όχι κενή από τις ίδιες της τις ιδιότητες είναι αυτό του φωτός. Γιατί το φως είναι κενό από σκοτάδι αλλά δεν είναι κενό από το αντίδοτο του σκοταδιού, που είναι το ίδιο το φως.

Η αληθινή φύση του νου είναι βασικά διαύγεια και κενότητα αδιαχώριστα μεταξύ τους, όμως αυτό είναι κάτι δύσκολο να πραγματωθεί. Έτσι, η δεύτερη Περιστροφή του Τροχού του Ντάρμα εστιάζεται στην κενότητα και μέσω επιχειρημάτων, όπως αυτό που αποδεικνύει ότι τα φαινόμενα δεν είναι ούτε μοναδιαία ούτε πολλαπλά, ή αυτό που αποδεικνύει ότι η βασική φύση των πραγμάτων είναι ότι πότε δεν εμφανίζονται, ποτέ δεν συμβαίνουν, δίνεται έμφαση στην κενότητα. Στην Τρίτη Περιστροφή του Τροχού του Ντάρμα δίνεται έμφαση στο ότι η βασική φύση του νου είναι φωτεινότητα, διαύγεια, λαμπρότητα. Και στη συνέχεια, με τις διδασκαλίες Μαχαμούντρα εισάγεται κανείς στην διαύγεια-κενότητα αδιαχώριστα, που είναι η αληθινή φύση του νου.

Είτε λέμε ότι η αληθινή φύση του νου είναι επίγνωση, είτε καθαρό φως, είτε Βουδική φύση, είναι το ίδιο πράγμα. Χρησιμοποιούμε διαφορετικές λέξεις, διαφορετικούς όρους, ονομασίες που εκλαμβάνονται ως διαφορετικές από τον εννοιολογικό νου αλλά η ουσία τους είναι αδιαχώριστη, δεν υπάρχει διαφορά.

Εάν θα θέλαμε να το συνδέσουμε αυτό με την εξήγηση από την άποψη της Βατζραγιάνα, θα μπορούσαμε να εξετάσουμε το τραγούδι του Μιλαρέπα 'Τα Τρία Καρφιά' και ειδικά το καρφί του διαλογισμού που λέει « Η επίγνωση είναι φωτεινότητα, στα βάθη της υπάρχει ευδαιμονία ». Έτσι η επίγνωση, η φωτεινότητα ή διαύγεια και η ευδαιμονία είναι όλες αδιαφοροποίητες μεταξύ τους.

Επομένως, διαύγεια κενότητα, επίγνωση κενότητα και ευδαιμονία κενότητα δεν είναι διαφορετικά από την άποψη της αυθεντικής πραγματικότητας.

Και σε κάποιο άλλο τραγούδι, ένα τραγούδι του βάτζρα, του Κύριου των γιόγκι Μιλαρέπα, ο Μιλαρέπα τραγουδά:

Η εσωτερική επίγνωση δεν έχει βάση και είναι γυμνή.

Η κίνηση γαλήνια και καθαρή είναι η πεποίθηση της θεώρησης.

Είμαι σίγουρος ότι το καθαρό φως είναι κενό.

Ας έρθουν τώρα η γέννηση και ο θάνατος, δεν τα φοβάμαι'.

Τώρα να τραγουδήσουμε το τραγούδι αυτό μαζί τρεις φορές. Με τον τρόπο αυτό μπορούμε να σχηματίσουμε μια ιδέα για το πως περιγράφει ο Κύριος Μιλαρέπα την Βουδική Φύση από την άποψη της σοφίας του, που προέρχεται από τον διαλογισμό.

Το τραγούδι λοιπόν πάει κάπως έτσι: (τραγουδούν τη στροφή 3 φορές)

Η **εσωτερική επίγνωση** αναφέρεται στην αυτό-εκδηλωμένη πρωταρχική επίγνωση η οποία είναι εγγενής στη φύση του νου από ανέκαθεν. Το ότι αυτή η επίγνωση **δεν έχει βάση** σημαίνει ότι δεν χρειάζεται κάποιο στήριγμα, δεν χρειάζεται θεμέλιο, δεν θα μπορούσαμε να βρούμε κάτι τέτοιο και να το θέλαμε, δεν θα μπορούσαμε να εντοπίσουμε κάποια βάση. Δεν θα μπορούσαμε ούτε καν να εντοπίσουμε την επίγνωση, δεν παραμένει κάπου. Έτσι είναι αδύνατον να βρεθεί.

Και είναι γυμνή με την έννοια ότι είναι τελείως απαλλαγμένη από κάθε αμαύρωση ή πέπλο. Δεν φορά το ρούχο των αμαυρώσεων. Έτσι είναι τελείως γυμνή, τελείως καθαρή.

Η **κίνηση** στην δεύτερη σειρά αναφέρεται στην κίνηση των σκέψεων – είναι σαν τα κύματα στην επιφάνεια μιας λίμνης που θολώνουν τα πράγματα και που όταν **γαληνεύσουν**, αυτή η ηρεμία έχει μια πλευρά που φέρνει την διαύγεια, την διαφάνεια που υπάρχει όταν το νερό είναι ήρεμο, μπορείς να δεις μέσα από αυτό.

Και καθαρή αναφέρεται και πάλι στο νερό και αυτή έχει μια πλευρά λαμπρότητας, όπως το φως που διώχνει το σκοτάδι. Αυτό είναι η **πεποίθηση** της θεώρησης, αυτή είναι η αυτοπεποίθηση που έρχεται από την σωστή ή την υπέρτατη θεώρηση. Αυτή η γαλήνευση των σκέψεων, η κάθαρση των σκέψεων αποκαλύπτει την καθαρή και φωτεινή αληθινή φύση του νου.

Αυτό το **καθαρό φως** που είναι η αληθινή φύση του νου είναι **κενό**, όπως λέει στην τρίτη σειρά, και εννοεί ότι ούτε αυτό είναι κάποιο ‘πράγμα’ ή ‘οντότητα’, δεν είναι κάτι που μπορεί να ταυτοποιηθεί ή να εντοπιστεί, είναι διαύγεια-κενότητα αδιαχώριστα.

Και είμαι σίγουρος γι αυτό, τραγουδά ο Μιλαρέπα, έχω απόλυτη εμπιστοσύνη σ’ αυτό, δεν έχω καμιά αμφιβολία ότι η φύση του νου είναι διαύγεια-κενότητα αδιαχώριστα.

Και εφόσον είναι σίγουρος γι αυτό, ο Μιλαρέπα μπορεί και τραγουδά **‘Ας έρθουν τώρα η γέννηση και ο θάνατος, δεν τα φοβάμαι’**. Δεν φοβάμαι ούτε αποθαρρύνομαι όταν σκέφτομαι τη γέννηση ή όταν σκέφτομαι τον θάνατο. Αυτό λέει ο Ρίνποτσε είναι ένα τραγούδι του βάτζρα του Μιλαρέπα που περιέχει την καλύτερη περιγραφή της θεώρησης της σχολής Σέντονγκ.

Ο τρόπος διαλογισμού σύμφωνα με την θεώρηση Σέντονγκ είναι η παραμονή χωρίς προσπάθεια ή επινοήσεις μέσα στο καθαρό φως που είναι η αληθινή φύση του νου.

Ο Jamgon Kontrul Lodro Taye το εξηγεί ως εξής:

‘Στη Σέντονγκ παραμένουμε μέσα στο μέγα μη διανοητικό καθαρό φως.’

Το καθαρό φως, η φύση του νου, είναι κενό από νοητικές κατασκευές και απλά παραμένουμε φυσικά μέσα σε αυτό. Γι αυτό ο Lodro Taye λέει: Στη Σέντονγκ παραμένουμε μέσα στο μέγα μη διανοητικό καθαρό φως.

Ο Μιλαρέπα διδάσκει τον τρόπο διαλογισμού και στο τραγούδι του ‘Το Βαθύ Οριστικό Νόημα’ που τραγουδήθηκε στην χιονισμένη οροσειρά:

Ο διαλογισμός σαν γίνεται ποταμός που ρέει καθαρού φωτός,
δεν υπάρχει λόγος για περιόδους και διαλείμματα.

Ο διαλογιζόμενος και το αντικείμενο του, έχουν πέρα για πέρα διαλυθεί.
Αυτή η πεμπουσία του διαλογισμού, είναι καλή.

Όταν πραγματώσει κανείς την αληθινή φύση του νου, το καθαρό φως τότε είναι σαν τη συνεχή ροή ενός μεγαλειώδους ποταμού, δεν χρειάζεται να το περιορίσει σε περιόδους διαλογισμού και διαλλείματα, με άλλα λόγια δεν υπάρχει λόγος να είναι παρούσα την μια στιγμή και απόν μια άλλη στιγμή, είναι πάντοτε παρούσα.

Τώρα κοιτάξτε γυμνά την παρούσα στιγμή του νου και παραμένοντας χαλαρά στο καθαρό φως τραγουδήστε τρεις φορές αυτή την στροφή για το διαλογισμό από το τραγούδι 'Το Βαθύ Οριστικό Νόημα'.

Ερωτήσεις και Απαντήσεις

Αυτή ήταν μια σύντομη παρουσίαση της θεώρησης στις σχολές Σέντονγκ από την πλευρά που εστιάζεται κύρια στο διαλογισμό. Η πλευρά που εστιάζει κύρια στη μελέτη θα επικεντρωθεί στις πραγματείες πάνω στη Βουδική Φύση κ.ο.κ., έτσι ο Ρίνποτσε εστίασε στην διαλογιστική πλευρά και έδωσε μια σύντομη εξήγηση. Τώρα ρωτά αν υπάρχουν κάποιες ερωτήσεις.

Τα προηγούμενα βράδια ο Ρίνποτσε εξήγησε την θεώρηση της σχολής 'Μόνον Νους', την θεώρηση της σχολής της Αυτοκενότητας, Ράνγκτονγκ και απόψε της Σένγκτονγκ, επομένως είναι εντάξει απ' όπου και αν προέρχονται οι ερωτήσεις σας.

Ε. Ρίνποτσε, 'Η κίνηση όταν γαληνεύσει και καθαρθεί είναι η πεποίθηση της θεώρησης' και 'Ο διαλογισμός σαν γίνεται ποταμός που ρέει καθαρού φωτός' είναι το ίδιο πράγμα;

Α. Ο Ρίνποτσε λέει ναι, αυτά τα δύο σημαίνουν το ίδιο και η εξήγηση 'Όταν ο διαλογισμός ρέει σαν ποταμός καθαρού φωτός' είναι από την άποψη του ότι δεν χρειάζεται να υπάρχουν διαλλείματα στην εμπειρία του καθαρού φωτός. Η εξήγηση σχετικά με την κίνηση των σκέψεων που γαληνεύει και καθαρίζεται είναι από την πλευρά του ότι οι σκέψεις δεν είναι απύσες αλλά αυτό-απελευθερώνονται και αυτή η ιδιότητα της αυτό-απελευθέρωσης της νοητικής διεργασίας είναι παρούσα και στις δύο (εξηγήσεις).

Αυτοί οι δύο στίχοι από τα τραγούδια του Μιλαρέπα σχετικά με τον διαλογισμό που ρέει σαν ποταμός καθαρού φωτός και της κίνησης που γαληνεύει και καθαρίζεται, προέρχονται από την ίδια την εμπειρία του Μιλαρέπα που την τραγουδά και εφόσον είμαστε αρχάριοι και δεν έχουμε αυτού του είδους την εμπειρία, είναι δύσκολο να γνωρίζουμε για ποιο ακριβώς πράγμα μιλά ο Μιλαρέπα.

Όμως, εάν συμβαίνει να έχουμε ασκηθεί σε προηγούμενες ζωές και να είχαμε κάποια εμπειρία από την θέρμη αυτής της εμπειρίας για την οποία τραγουδά ο Μιλαρέπα, τότε δεν θα ήταν καθόλου δύσκολο να γνωρίζουμε ακριβώς για τί πράγμα μιλάει ο Μιλαρέπα.

Όσον αφορά τον τρόπο με τον οποίο οι σκέψεις γαληνεύουν και καθαρίζουν - για παράδειγμα, σκέψεις ότι βλέπουμε δαίμονες ή φαντάσματα - δεν είναι ότι παύουν ή σταματούν αλλά ότι αυτό-απελευθερώνονται.

Ε: Ρίνποτσε, νομίζω ότι στην αρχή της αποψινής ομιλίας είπες ότι στα σούτρα η θεώρηση Σέντονγκ υποστηρίζεται και από τον μέγα Προστάτη Ναγκαρτζούνα. Και νόμιζα ότι ο Ναγκαρτζούνα ήταν.. εννοώ έγραψε πραγματείες πάνω στην κενότητα και μοιάζει να είναι πηγή αναφοράς για τους υποστηρικτές της σχολής Πρασάνγκικα Μαντυάμακα. Εάν όντως ισχύει αυτό αναρωτιέμαι γιατί δεν μοιάζει να το βλέπουν αυτό από την Σέντονγκ πλευρά.

Α: Είναι ακριβώς όπως τα λες, σε κείμενα όπως 'Η Θεμελιώδης Σοφία της Μέσης Οδού', 'Οι 70 Στροφές για τη Κενότητα', 'Οι 60 Στροφές για τη Λογική', 'Η κατάρριψη της Κριτικής' και 'Η Συλλογή Συμβουλών', κύρια σε αυτά τα πέντε ο Προστάτης Ναγκαρτζούνα διδάσκει από την πλευρά της Σχολής της Αυτοκενότητας, Ράνγκτονγκ, που σημαίνει ότι επιχειρεί να αντικρούσει κάθε μια από τις θέσεις που έχουν ποτέ υποστηριχθεί, είτε από την πλευρά των μη-Βουδιστικών σχολών είτε από τις Βουδιστικές σχολές.

Και, με αυτήν τη δήλωση φτάνουμε στην θεώρηση της Σχολής των Συνεπειών, Πρασάνγκικα, γιατί η Πρασάνγκικα διδάσκει ότι η αληθινή φύση της πραγματικότητας είναι πέρα από κάθε νοητική κατασκευή. Και δεν υποστηρίζουν ούτε καν αυτό. Εάν το υποστηρίξεις, όπως κάνει η σχολή της Αυτονομίας, τότε θα το καταρρίψουν και αυτό. Έτσι από την πλευρά τους δεν υποστηρίζουν τίποτε, και αυτή είναι η τελική θέση της Σχολής Ράνγκτονγκ.

Έτσι, από την άποψη της σχολής αυτής, ο Προστάτης Ναγκαρτζούνα διδάσκει μόνον την κενότητα, η έμφαση βασικά είναι σε αυτό.

Όμως, στο κείμενο 'Το Εγκώμιο του Νταρμαντάου', για παράδειγμα, διδάσκει χρησιμοποιώντας το παράδειγμα της φλόγας ενός λύχνου που λάμπει μέσα σε ένα δοχείο χωρίς τρύπες. Όταν το δοχείο δεν έχει τρύπες δεν μπορείς να δεις τον λύχνο αλλά αν ανοίξεις κάποιες τρύπες στο δοχείο τότε θα αρχίσεις να βλέπεις να λάμπει κάποιο φως. Και αν εξαλείψεις τελείως το δοχείο, τότε θα μπορέσεις να δεις το φως να ακτινοβολεί.

Το αναφέρει αυτό για να δώσει ένα παράδειγμα της Βουδικής Φύσης και του προσοδευτικού τρόπου με τον οποίο πραγματώνεται, δηλαδή, ότι πάντα καίει λαμπρά παρόλο που μερικές φορές είναι τελείως καλυμμένη, στη συνέχεια μερικώς καλυμμένη και στο τέλος φαίνεται ολόκληρη. Και από αυτήν την άποψη, διδάσκει για την διαύγεια ή λαμπρότητα ή φωτεινότητα, που είναι η αληθινή φύση του νου.

Έτσι τελικά η αληθινή φύση του νου είναι διαύγεια-κενότητα αδιαχώριστα. Όμως, εάν το ακούσουμε αυτό στην αρχή θα είναι δύσκολο να το καταλάβουμε. Εάν ο δάσκαλος λέει ότι η φύση του νου είναι διαύγεια-κενότητα αδιαχώριστα, τι στο καλό είναι αυτό;

Γι αυτό λοιπόν παρουσιάζεται πρώτα η εξήγηση από την πλευρά της κενότητας. Και οι οπαδοί της σχολής αυτής [Ράνγκτονγκ] ακολουθούν αυτήν την θεώρηση της κενότητας και μόνο.

Αλλά αυτό είναι μόνον η μία πλευρά. Γιατί υπάρχει και η πλευρά της διαύγειας. Και μετά, όταν φτάσουμε στο Μαχαμούντρα παρουσιάζονται η διαύγεια και η κενότητα μαζί.

Έτσι λοιπόν προχωρά σε στάδια. Στην 2^η Περιστροφή του Τροχού του Ντάρμα παρουσιάζεται η εξήγηση της κενότητας. Στην 3^η Περιστροφή, η διαύγεια. Και μετά στο Μαχαμούντρα έχουμε μια εξήγηση της αληθινής φύσης του νου ως διαύγεια και κενότητα μαζί και όμως αδιαφοροποίητα μεταξύ τους.

Ας πάρουμε για παράδειγμα αυτό το τραγούδι του Μιλαρέπα που μας έβαλε ο Ρίνποτσε να τραγουδήσουμε απόψε. Εδώ ο Μιλαρέπα τραγουδά 'Η εσωτερική επίγνωση δεν έχει βάση και είναι γυμνή.' Και μετά από αυτό τραγουδά: 'Είμαι σίγουρος ότι το καθαρό φως είναι κενό'. Εδώ δεν χρησιμοποιούνται οι όροι 'Ράνγκτονγκ' και 'Σέντονγκ' αλλά οι θεώρηση που διδάσκεται είναι η ίδια με την έννοια ότι είναι η ένωση των θεωρήσεων των δύο αυτών σχολών.

Επομένως, όταν δίνεται έμφαση στην κατάρριψη των θεωρήσεων των άλλων, η θεώρηση Ράνγκτονγκ είναι πολύ, πολύ βαθιά. Όμως για τον διαλογισμό είναι αναγκαίο να έχουμε τη θεώρηση Σέντονγκ. Γι' αυτό χρειαζόμαστε και τις δύο.

Δεν ισχύει όμως ότι στην εξήγηση της Σχολής των Συνεπειών καταρρίπτονται οι απόψεις των άλλων αλλά κρατούν τις δικές τους. Δεν συμβαίνει αυτό. Όλες οι απόψεις Βουδιστών και μη καταρρίπτονται και η Σχολή Πρασάνγκικα δεν έχει δικές τις απόψεις. Έτσι, όποια και να είναι η άποψη, ανεξάρτητα με ποιος την διατυπώνει, καταρρίπτεται.

Όπως είπε ο Προστάτης Ναγκαρτζούνα, 'Εφόσον δεν κάνω καμία παραδοχή, είμαι ο μόνος χωρίς κανένα ψεγάδι.'

Αυτό που έλεγε ήταν ότι όταν κάνεις κάποιου είδους δήλωση ή παίρνεις θέση σε σχέση με τα πράγματα, τότε είναι σαν να δίνεις κάποιο στόχο που μπορεί να καταρριφθεί. Και συνεπώς δεν έχεις φτάσει στο επίπεδο που δεν κάνεις καμία παραδοχή και που κατά την άποψη της σχολής αυτής είναι η τελειότητα.

Η θεώρηση της σχολής Σέντονγκ είναι ότι η αληθινή φύση του νου είναι κενή από κάτι άλλο, με άλλα λόγια, είναι κενή από κάθε αμαύρωση και αυτό είναι η φύση της, το καθαρό φως. Αυτό είναι πολύ βαθύ όσον αφορά το διαλογισμό, όπου παραμένουμε χαλαρά σ' αυτό το καθαρό φως.

Όταν μπορεί κανείς να παραμένει σε διαλογισμό χωρίς διασπάσεις, όπως για παράδειγμα ο Μιλαρέπα, τότε είναι δυνατόν οι ιδιότητες του δρόμου και του καρπού να προβάλλουν μέσα σ' αυτήν την φωτεινότητα, μέσα σ' αυτήν την ακτινοβόλα διαύγεια.

Και αν σκεφτούμε σχετικά με τις ιδιότητες του δρόμου και του καρπού που προβάλλουν είτε μέσα από την ελευθερία από νοητικές κατασκευές είτε μέσα από την ακτινοβόλα διαύγεια και φωτεινότητα, λέει ο Ρίνποτσε ότι κατά τη γνώμη του το δεύτερο είναι πιο βαθύ, είναι μια πιο βαθιά εξήγηση.

Για παράδειγμα, εάν έχεις μια πολύ καθαρή λιμνούλα με νερό ή έναν καθαρό καθρέφτη και τα φωτίσεις, θα υπάρξει μια αντανάκλαση, εάν δεν τα φωτίσεις δεν θα υπάρξει. Παρόμοια, όσον αφορά τις ιδιότητες του δρόμου και του καρπού – τα Βουδικά Σώματα (Κάγια) και τα Βουδικά πεδία – εάν υπάρχει ακτινοβόλα διαύγεια, τότε μπορούν να εκδηλωθούν, όμως αν όχι, αν [η φύση του νου] ήταν απλά η ελευθερία από επινοήσεις, τότε είναι δύσκολο να βρεις με ποιόν τρόπο θα συνέβαινε αυτό.

Μπορεί κανείς να σκεφτεί, 'υπάρχει επίσης ένα παράδειγμα από ιδιότητες που λάμπουν μέσα στην κενότητα και το παράδειγμα αυτό είναι, όπως το ουράνιο τόξο που εμφανίζεται στο διάστημα, στο κενό διάστημα.' Αλλά, λέει ο Ρίνποτσε, αυτό είναι και πάλι ένα παράδειγμα ότι είναι αναγκαία η διαύγεια, χρειάζεται η λαμπρότητα, κάποιο είδος φωτεινότητας, και αυτό είναι το ουράνιο τόξο. Και επίσης χρειάζεται η κενότητα, χρειάζονται και τα δύο. Όμως, πέρα από την κενότητα, χρειάζεται να υπάρχει και 'ζουμί', κάποιο είδος λαμπρότητας. Μέσα σ' αυτή την φωτεινότητα μπορούν να εκδηλωθούν οι ιδιότητες του δρόμου και του καρπού.

Ο τρόπος διαλογισμού διαφέρει ανάλογα με το αν βασίζεται στη θεώρηση Ράνγκτονγκ ή Σέντονγκ.

Ο τρόπος διαλογισμού σύμφωνα με τη Σχολή Ράνγκτονγκ της Αυτονομίας είναι να παραμένεις μέσα στην απλή κενότητα, μια κενότητα που είναι όπως το διάστημα. Σύμφωνα με τη Σχολή Ράνγκτονγκ των Συνεπειών παραμένεις μέσα στην απόλυτη ελευθερία από όλες τις επινοήσεις, ακόμη και από την έννοια της κενότητας. Η αληθινή φύση της πραγματικότητας υπερβαίνει κάθε έννοια και παραμένεις μέσα σ' αυτήν την ελευθερία από νοητικές κατασκευές.

Και στον διαλογισμό σύμφωνα με τη Σέντονγκ παραμένεις μέσα στην αληθινή φύση αυτής της παρούσας νοητικής στιγμής που είναι ακτινοβόλα διαύγεια, καθαρό φως.

Ο Jamgon Kontrul Lodro Taye παρουσιάζει τα στάδια του διαλογισμού σύμφωνα με αυτές τις διαφορετικές σχολές σε μια ενότητα του κειμένου 'Ο Θησαυρός της Γνώσης' που εστιάζει στον διαλογισμό σύμφωνα με το αιτιακό όχημα των χαρακτηριστικών. Η ριζική στροφή λέει:

*Στη Σχολή της Αυτονομίας, πρώτα ανάλυσε
και μετά παράμεινε μέσα στην μη-καταφατική άρνηση που είναι σαν το διάστημα.*

Ο Ρίνποτσε το εξηγεί λίγο αυτό. Αυτό που κάνεις πρώτα είναι ότι αναλύεις με τη λογική που αναζητά το απόλυτο, την απόλυτη αλήθεια, για να διαπιστώσεις ότι η φύση της πραγματικότητας είναι κενότητα και εδώ ο όρος 'μη-καταφατική άρνηση' σημαίνει αυτό. Εννοεί μια άρνηση η οποία απλά υποδεικνύει την μη-ύπαρξη όπου λες απλά 'τίποτε δεν υπάρχει αληθινά'. Και αυτό είναι σαν το διάστημα και παραμένεις σε αυτό. Αυτή είναι η Σχολή της Αυτονομίας, Σβατάντρικα.

Στη συνέχεια, οι δύο στίχοι της ριζικής στροφής που αφορούν τη Σχολή των Συνεπειών λένε:

Στη Σχολή των Συνεπειών, το αντικείμενο του διαλογισμού, το Νταρμαντάτου, και ο διαλογιζόμενος, ο νους

Είναι αδιαχώριστα όπως νερό που αναμιγνύεται με νερό.

Ενώ στον διαλογισμό της Σχολής της Αυτονομίας υπάρχει ακόμη μια αμυδρή εστίαση πάνω στην κενότητα που είναι σαν το διάστημα, εδώ όλες οι επινοήσεις έχουν τέλεια γαληνεύσει. Και δεν υπάρχει εστίαση σε κάποιο αντικείμενο διαλογισμού, είναι το Νταρμαντάτου. Και όσον αφορά το νου, εφόσον το αντικείμενο είναι τελείως ελεύθερο από νοητικές κατασκευές, τότε και ο νους είναι επίσης τελείως ελεύθερος από νοητικές κατασκευές. Και έτσι αυτά τα δύο έχουν την ίδια φύση, όπως για παράδειγμα νερό που αναμιγνύεται με νερό. Και όλες οι έννοιες έχουν γαληνεύσει τελείως, όλα τα σημεία αναφοράς έχουν τελείως γαληνεύσει, Αυτό είναι το στυλ διαλογισμού της Σχολής των Συνεπειών.

Και στη συνέχεια, ο στίχος για τη Σέντονγκ όπως είπαμε προηγουμένως:

Στη Σεντόνγκ, παραμένουμε μέσα στο μέγα μη-διανοητικό καθαρό φως.

Τέλος, στο διαλογισμό σύμφωνα με το Μαχαμούντρα παραμένουμε στην διαύγεια-κενότητα αδιαχώριστα. Ο Μιλαρέπα τραγούδησε για αυτό στο τραγούδι που λέει: 'Είμαι σίγουρος ότι το καθαρό φως είναι κενό'. Εδώ έχουμε την ένωση Ράνγκτονγκ και Σέντονγκ. Στο τέλος αυτά τα δύο καταλήγουν στο ίδιο.

Εάν αναρωτηθεί κανείς, 'Ποια από αυτές είναι η υπέρτατη θεώρηση?', εάν νομίζεις ότι ο τρόπος που εξηγεί τα πράγματα η Ράνγκτονγκ είναι ο υπέρτατος τρόπος εξήγησης, τότε θα πεις ότι η Σχολή των Συνεπειών, Πρασάνγκικα, είναι η καλύτερη. Εάν νομίζεις ότι η Σεντόνγκ είναι η καλύτερη, τότε θα πεις ότι η Σεντόνγκ είναι η υπέρτατη. Έτσι έχουν τα πράγματα.

Υπάρχουν άλλες ερωτήσεις;

Ε: Ρίνποτσε, έχει κάποια θέση η Σέντονγκ σχετικά με τη συμβατική πραγματικότητα ή τον φαινομενικό κόσμο.

Α. Η θεώρηση της σχολής Σέντονγκ όσον αφορά την εξήγηση των Δύο Αληθειών έχει ως εξής: Η φανταστική φύση και η εξαρτημένη φύση είναι η τελείως εσφαλμένη αλήθεια, ή συμβατική αλήθεια ή σχετική αλήθεια, όπως προτιμάτε να το πείτε. Και η πραγματική αυθεντική αλήθεια είναι η τέλεια παρούσα φύση, η πρωταρχική επίγνωση.

Με άλλα λόγια, η Σέντονγκ εξηγεί τα πράγματα από την άποψη των τριών φύσεων. Κατατάσσουν την φανταστική φύση και την εξαρτημένη φύση ως τελείως λανθασμένη αλήθεια: επιφανειακή και συμβατική, απλά και μόνον συμβατική. Ενώ η πραγματική αυθεντική πραγματικότητα είναι η τέλεια παρούσα φύση, που είναι πρωταρχική επίγνωση.

Ο ποιο εύκολος τρόπος να κατανοήσουμε αυτές τις τρεις φύσεις είναι ως εξής:

Η φανταστική φύση αποτελείται από τα αντικείμενα που φαντάζονται οι σκέψεις μας ότι υπάρχουν. Έτσι, αυτό που σκέφτονται οι σκέψεις μας, αυτά τα αντικείμενα, αποτελούν την φανταστική φύση.

Η εξαρτημένη φύση είναι η ίδια η εννοιολογική νοητική διεργασία. Ονομάζεται 'εξαρτημένη' φύση γιατί εμφανίζεται βασιζόμενη πάνω στις κεκτημένες τάσεις των συνηθειών. Με άλλα λόγια, σκεφτόμαστε με συγκεκριμένους τρόπους λόγω των κεκτημένων τάσεων των συνηθειών μας. Έτσι ονομάζεται εξαρτημένη φύση και είναι οι ίδιες οι σκέψεις μας.

Και η τέλεια παρούσα φύση είναι η ουσία αυτών των σκέψεων, η βασική πραγματικότητα της νοητικής διεργασίας που είναι καθαρό φως, πρωταρχική επίγνωση.

Ο τρόπος που οι τρεις αυτές φύσεις είναι κενές, διαφέρει επίσης.

Η φανταστική φύση, με άλλα λόγια, αυτό για το οποίο σκέφτονται οι σκέψεις μας, όχι μόνον δεν υπάρχει πραγματικά ή αυθεντικά ή τελικά, δεν υπάρχει ούτε καν συμβατικά. Δεν υπάρχει ούτε καν στην συμβατική πραγματικότητα/αλήθεια. Είναι όπως στο όνειρο: δεν υπάρχει αληθινή φωτιά ή αληθινό νερό όταν ονειρεύεσαι [φωτιά ή νερό]. Όχι μόνον δεν υπάρχει φωτιά ή νερό στο απόλυτο [επίπεδο], ούτε καν στο σχετικό [επίπεδο] δεν υπάρχει φωτιά ή νερό εκεί. Με άλλα λόγια, όπως στο όνειρο, αυτό το οποίο σκέφτονται οι σκέψεις σου απλά δεν υπάρχει.

Τότε το επόμενο, η εξαρτημένη φύση είναι κενή γιατί δεν υπάρχει πραγματικά, αυτές οι σκέψεις δεν υπάρχουν πραγματικά [όπως εμφανίζονται], αλλά έχουν μια συμβατική ύπαρξη. Πάρτε για παράδειγμα τις σκέψεις σε ένα όνειρο όπου ο ονειρευόμενος νους σκέφτεται, 'Καίγομαι στη φωτιά' ή 'Με παρασύρει το νερό'. Δεν υπάρχει νερό, δεν υπάρχει πραγματικό νερό, δεν υπάρχει καμία πραγματική φωτιά εκεί, αλλά υπάρχει τουλάχιστον η εμφάνιση μιας σκέψης ότι υπάρχει φωτιά ή νερό. Αυτή είναι λοιπόν η διαφορά ανάμεσα σε αυτό και στο προηγούμενο. Η εξαρτημένη φύση είναι κενή με την έννοια ότι δεν υπάρχει πραγματικά, έχει όμως συμβατική ύπαρξη.

Επομένως, σύμφωνα με τη Σχολή Σέντονγκ, είναι πολύ σημαντικό να διαχωρίσουμε τον τρόπο με τον οποίο αυτές οι τρεις φύσεις είναι κενές, γιατί οι δύο πρώτες, η φανταστική φύση και η εξαρτημένη φύση είναι κενές με τον ίδιο τρόπο που λέει η Σχολή Ράντονγκ ότι είναι όλα κενά. Δηλαδή είναι κενά από δική τους φύση, είναι κενά από ίδια ουσία.

Όμως η τέλεια παρούσα φύση δεν είναι κενή από την ίδια της την ουσία, άρα είναι κενή με διαφορετικό τρόπο. Ο τρόπος που είναι κενή η τέλεια παρούσα φύση είναι ότι δεν είναι κενή από τον εαυτό της, είναι κενή από αυτό που είναι κάτι άλλο από τον εαυτό της. Και η εξήγηση για αυτό είναι η ίδια που έδωσε ο Ρίνποτσε νωρίτερα.

Όταν εξηγείται ότι η τέλεια παρούσα φύση είναι κενή, αυτό από το οποίο είναι κενή είναι όλες οι επινοήσεις σχετικά με αυτή. Εφόσον αυτή η τέλεια παρούσα φύση, πρωταρχική επίγνωση, υπερβαίνει κάθε εννοιολογικό όρο, υπερβαίνει κάθε σύμβαση, τότε υπερβαίνει και κάθε επινοήση –όλα αυτά είναι το ίδιο.

Ας τραγουδήσουμε λοιπόν ξανά τη στροφή του Μιλαρέπα, τη στροφή για τη Σέντονγκ. Και βάση των εξηγήσεων του Ρίνποτσε, στο δεύτερο στίχο, καλύτερα να λέμε, 'κίνηση διαυγής και καθαρής' αντί για 'γαλήνια'.

Ο τρόπος να το τραγουδήσουμε είναι τραγούδι και διαλογισμός ταυτόχρονα, που σημαίνει ενώ τραγουδάμε κοιτάζουμε γυμνά την αληθινή φύση του νου και παραμένουμε χαλαρά.

Η εσωτερική επίγνωση δεν έχει βάση και είναι γυμνή.

Η κίνηση διαυγής και καθαρής είναι η πεποίθηση της θεώρησης.

Είμαι σίγουρος ότι το καθαρό φως είναι κενό.

Ας έρθουν τώρα η γέννηση και ο θάνατος, δεν τα φοβάμαι.

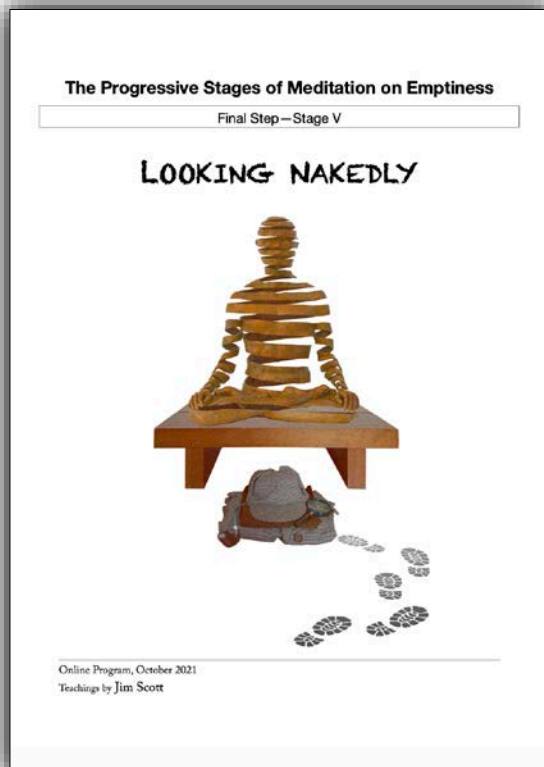
Τώρα ας τραγουδήσουμε το 'Βαθύ Οριστικό Νόημα'.

[Αφιέρωση αρετής]

Απομαγνητοφώνηση από Μαρία Πίτσιου και Nikita Malinin

Για τα Ελληνικά, Μεταφραστική Ομάδα Μάρπα, Οκτώβρης 2021

Credits



This booklet has been created for the online course imparted by Jim Scott on October, 2021

The Progressive Stages of Meditation on Emptiness, Stage V: LOOKING NAKEDLY

Content selected by Jim Scott (Except for song 35)

Song translation and arrangement by Jim Scott unless stated otherwise.

Layout and Cover: Imanol Moreno and Esther Gimeno

Images:

- Appearance/Emptiness statue by Sangha member Sukhi Barber: <https://sukhibarber.com/index.php/en/sculpture>
- Footprints: www.freepik.com

Audio content: Shengtong teachings by Khenpo Tsultrim Gyamtso Rinpoche, Melbourne, 1998. Transcript by Maria Pitsiou and Nikita Malinin available at KTGR Library: http://ktgr.dscloud.me/moodle/pluginfile.php/9957/mod_resource/content/1/Transcript%20shengtong-melbourne-1998-keb-te-

Previous Steps Available at KTGR

