

Nudan Dordže

## Bezpośrednie Ukazanie Stanu Buddy

Będąc działem wyjaśnień dotyczących pierwotnie czystej Wielkiej Doskonałości, należących do grupy bardzo tajemnych nauk dakini, pochodzących ze Zbioru Istotnej, Głębokiej Prawdy.

Pokłon mojej świadomości, najwyższemu władcy.

Odnosnie praktyki tych wyjaśnień dotyczących pierwotnej mądrości, pierwotnie czystej naturalnej Wielkiej Doskonałości, głębokiej metody wolnej od wszelkich interpretacji, wy wszyscy, medytujący jogini, powinniście otrzymać dogłębny nektar instrukcji od świętych guru.

Po urodzeniu się w tej nieczystej samsarze, powinniście opuścić społeczeństwo i rozpocząć samotne życie w odosobnionych miejscach. Ciało utrzymuj w siedmiopunktowej pozycji Wajroczały. Swój głos utrzymuj wolny od wszelkiej konwersacji i recytacji. Wydal powietrze z ciała i pozostań zrelaksowany na swoim miejscu. Nie roztrząsaj minionych, chaotycznych wrażeń i nie zachęcaj tych, które mogą się pojawić. Pozostań tutaj i teraz, bez wątpliwości czy braku pewności. Nie myśl o niczym, nie rozwijaj niczego, po prostu pozostań spontanicznie w stanie nierozproszenia.

Medytuj na formę swego bóstwa, ale nie przywiązuj się zbyt mocno do jego przejawienia. Módl się bardzo silnie, a następnie pozwól bóstwu rozpuścić się w światło i wchłonąć je w siebie, tak aby stało się od ciebie nieoddzielne. Medytujący i doświadczenie są przejrzyste, pozostań więc zrelaksowany w niewyraźnym nierozproszeniu.

Możesz również skupić swoją uwagę na posągu, literze, symbolu, albo kamieniu, czymkolwiek, co wydaje ci się odpowiednie. Potem nie myśl o niczym, nie medytuj, nie podążaj za obiektami sześciu zmysłów, ale pozostań w naturalny sposób, nie mieszając się nawet z najsubtelniejszymi myślami o byciu, niebyciu itp. Nie blokuj wówczas procesu myślni, które żywią nadzieję na pozostanie w tym stanie przez chwilę, ani nie zastanawiaj się, jak długo będzie to trwało. Bez względu na to, jakie myśli niespodziewanie się pojawią, rozpoznaj je natychmiast i dalej, bez rozproszenia przebywaj w stanie, który nie chwytą się miejsca powstawania myśli.

Jeżeli stwierdzisz, że nie zatrzymałeś przepływu myśli, ale podążasz za nimi, wtedy utrzymuj ciało w siedmiopunktowej pozycji, zachowaj trzeźwą uwagę i patrz dobrze skupionym umysłem.

Możesz również praktykować, pozostając zrelaksowanym bez zmuszania się do skupienia na czymkolwiek. Można też praktykować łącząc swoją uwagę z obiektami sześciu zmysłów. Powinieneś również wiedzieć jak praktykować to razem z wdechem, zatrzymaniem i wydechem. W przypadku początkujących joginów, którzy praktykują w ten właśnie sposób myśli mogą powstawać na wiele różnych sposobów. Nie uważaj tego za błąd, ponieważ w miarę kontynuowania swojej praktyki będziesz w stanie przebywać w świadomości wolnej od myśli. Wówczas nie będziesz się

rozpraszał, będziesz niewiele mówił, przebywając z umysłem skupionym /na jednym/, jest to metoda praktyki klarownego przebywania w spokoju /zhi gnas ; wym. szine/.

Zewnętrzne obiekty, w które wierzymy, wszystkie zjawiska samsary i nirwany, jakich tylko możemy doświadczyć, od samego początku są podobne do nieba. Wszystkie dualistyczne idee umysłu są tylko nazwami, nie posiadającymi nawet odrobiny prawdziwej rzeczywistości. Na tę chaotyczną wirówkę iluzorycznych zjawisk, które są puste i nie posiadają wrodzonej własnej natury, patrzymy w kategoriach poszczególnych bytów i nadajemy im nazwy. Musimy uświadomić sobie, że ich natura przekracza możliwości ograniczonej interpretacji. Bez względu na to, jakie obiekty powstają, wyzwala się same z siebie i wobec tego niegasnącego przepływu wszystkich postrzeganych przez nas zjawisk, powinniśmy pozostać wolni od splamienia polegającego na utrzymywaniu /poglądu/ o ich rzeczywistości. Przejrzyste, puste, wolne od lgnięcia jak niebo - oto rozpoznanie, które wówczas powstaje. Spontaniczne pozostawanie w tym stanie jest rozwinięciem wglądu /lhag mthong/. Podczas praktyki, jakkolwiek się ją wykonuje, pojawia się wiele różnych myśli i doświadczeń. Wówczas musi się dokładnie zbadać, jakie one są, czyli skąd pochodzą, gdzie przebywają, dokąd się udają, jaki posiadają kształt i kolor.

Spójrz również na samą świadomość. Jeżeli nie dostrzegasz niczego w ogóle, wówczas zbadaj dokładnie to, na co patrzysz i kim jest obserwator. Jeżeli nie widzisz niczego, co nie posiadałoby własnej substancji, wtedy naprawdę bardzo dokładnie zbadaj wiele różnych myśli. Pozostań, spontanicznie i nie chwytając niczego /w tym podobnym do nieba stanie bez ograniczeń/ wolny od pojawiających się obiektów-zjawisk, i w ten sposób upewnij się co do tego, że umysł nie posiada żadnego rdzenia.

Jeżeli badasz w ten sposób i wyraźnie dostrzegasz wszystkie 'maje' spokoju i ruchu, wówczas, praktykując to przez długi czas, osiągniesz prawdziwe zrozumienie.

Dlatego, bez względu na to, jakie myśli się pojawią, nie śledząc ich toku, ani nie żywiąc w związku z nimi żadnych oczekiwań, niczego nie akceptuj ani nie odrzucaj, /po prostu/ patrz jak same powstają i wyzwala się.

I kiedy pojawia się wiele wirujących myśli, nie uważaj tego za błąd. Nie mieszaj /ich/ z ideami, które nie postrzegają właściwej nagiej przejrzystości i śunjaty, lecz praktykuj grę niezakłóconej rzeczywistości.

Kiedy siedzisz w siedmiopunktowej pozycji z oczami skupionymi we właściwy sposób i widzisz jak dzięki sile subtelnych myśli pojawia się znajoma obecność obiektów-zjawisk, wtedy bardzo ważne jest to, aby nie dostać się pod wpływ tych poruszeń.

Od samego początku śunjata nie posiada żadnej własnej natury, jest wolna od wszelkich interpretacji. Bardzo ważne jest, aby rozpoznać, że twoja obecna świadomość, poza /procesami/ intelektualizacji, jest po prostu świadomością samą w sobie.

Kiedy przyglądasz się czemuś, obserwator i obserwowane, a także spoczynek i ruch, są przejrzystością własnego naturalnego stanu. Bycie bez chwytliwości /w związku z tym/ oznacza rozpoznanie własnej natury. Jest to najistotniejszy punkt.

Jeżeli nie posiadasz tego zrozumienia, wówczas to czemu się przyglądasz, akt

patrzenia i sam obserwator będą różnicowani. Będziesz badał i nazywał ruch i spoczynek, otoczą cię pojęcia bytu i niebytu, zakazów i zachęt. A zatem nie tylko z konceptualnym nazywaniem śunjaty w kategoriach zewnętrznego i wewnętrznego, lecz również w związku z przywiązaniem do obiektu medytacji i pojęć dobra i zła, nadziei i wątpliwości, zadbaj o to, aby nie dać się przez nie związać. Nie pozwól umysłowi rozproszyć się ukrytym ruchem myśli. Osiągnięcie nieograniczonego i wolnego od obiektów zrozumienia ma żywotne znaczenie.

Kiedy przebywa się w postawie i sposobie widzenia, który nie przypomina tego, wówczas automatycznie wędruje się w pomieszaniu, nie rozumiejąc własnych myśli i nie rozpoznając tego procesu. Innymi słowy, nie wie się nic, jest się głupcem i obraca się /w błędnym kole/ braku przejrzystości. Mówi się o tym również jako o nie utrzymywaniu spontaniczności myśli, co w konsekwencji prowadzi do ograniczeń - rozproszenia, wskutek czego nie można swobodnie się wyrazić. W ten sposób ruch i uważność muszą się znaleźć pod kontrolą zrozumienia /naturalnej mądrości/.

Ponadto, można podążać za prądem myśli, które stanowią następstwo pojawiania się różnych obiektów sześciu zmysłów. Wtedy bada się i ocenia, ściga myśli, jedną po drugiej, co wzmacnia uważność. Kiedy umysł nie spoczywa w spokoju, myśli wędrują tu i ówdzie, bez końca. Musi się to rozpoznać. Jeżeli praktyka rozwija się w ten sposób, wówczas - jak wyjaśniono powyżej - nie przesłania się rzeczy błędnym zrozumieniem. Unikaj, więc, konceptualnej sztuczności i zachowaj automatyczną spontaniczność. Bez względu na to, jakie powstaną ruchy i wspomnienia, pozostań w swoim zrozumieniu i przejrzystości. Nie wdawaj się w ocenę, niczego nie akceptuj, ani nie odrzucaj. Nie podążaj też za niczym, co się pojawia.

Nie blokuj ruchu i nie powstrzymuj zaniku. Istotnym punktem poglądu jest pozostawanie w świadomości rzeczywistej natury tego, kto powoduje powstawanie myśli.

Potrzebujesz rozpoznać to, co jest znane pod nazwą gry rzeczywistości. Zaowocuje to zrozumieniem poglądu. Jeśli po odcięciu przyczyny ruchu doświadczy się uspokojenia myśli i zaniknie bezpośrednie poznanie - doświadczy się przeszkód 'głupiego uspokojenia'. Spraw więc, aby twój umysł był czujny i przejrzysty. Praktykuj w krótkich sesjach i pozwól umysłowi się poruszać. Bardzo istotne jest rozpoznanie ruchu /myśli/ i uspokojenia.

Ponadto, jeśli podąża się za ruchem, czy jest on subtelny czy niesubtelny, pojawia się przeszkoda polegająca na pobudzeniu umysłu. Utrzymuj uwagę! Jak poprzednio rozwiń przejrzystość pozostawiania, nie tracąc zrozumienia ruchu myśli i ich uspokojenia. Istotnym punktem poglądu jest bezpośrednie doświadczenie rzeczywistej natury przejrzystości. Jeżeli pojawią się błędy ospałości lub ekscytacji, można je oczyścić modląc się podczas medytacji na, odpowiednio, czerwoną lub białą formę Buddy Padmasambhawy.

Jeżeli myśli są bardzo mocne i np. czujesz, że jesteś chory lub doświadczasz silnego bólu /wskutek czego nie jesteś w stanie usiąść i nie wiesz jak medytować/, wówczas jest to przeszkoda powstająca w wyniku rozproszenia i ekscytacji. Zrelaksuj wtedy ciało, mowę i umysł. Przyjrzyj się krańcowi nieba. W połowie tybetańskiego 'A' w swoim pępku zwizualizuj płonący ogień i w nim spal skandhy i potencjalności oraz wszystkie zewnętrzne i wewnętrzne byty świata i jego mieszkańców - przez co

pozostanie tylko śunjata. Medytuj w ten sposób, raz po raz.

Jeżeli pojawiają się przeszkody ze strony ospałości, mglistości i głupoty, które sprawiają, że umysł raz po raz jest zaciemniany, kontroluj wówczas ciało, mowę i umysł. Zachowaj pilność w praktykach oczyszczenia oraz gromadzenia mądrości i zasługi. Sprawą istotną jest skompletowanie tych dwóch nagromadzeń i ofiarowanie błogości bóstwom, które przebywają w kanałach /ciała subtelnego/, poprzez praktykę pobudzania /wznoszenia/ własnej energii.

Podczas praktykowania nagiego doświadczenia świadomości mogą się zmanifestować obiekty sześciu zmysłów. Nie pozwól, aby umysł błąkał się wokół nich. Pozostań wolny od zachęt, zakazów i wszelkich określeń. Chociaż może się pojawiać sześć obiektów zmysłów - nie daj się schwytać przez związane z nimi nadzieje i pragnienia. Rozpuść je, podobnie jak fale rozpuszczają się w oceanie. Bez względu na to, ile ich się pojawia, powstają one same z siebie i również same w sobie się rozpuszczają. Tak samo, bez względu na to, jakie myśli powstają, to jeśli możesz unikać gromadzenia ich, osiądziesz w stanie równowagi /spokoju/. Jeżeli myśli się manifestują, zawsze pojawiają się - po prostu - jako wielka gra pierwotnej percepcji. Wraz ze stopniowym doświadczeniem /natury/ własnego umysłu - pojawi się przejrzystość i uważność. Wraz z naturalną przejrzystością, przejaw własnej natury stanie się niegasnącą, promienną świetlistością. Jest to istotny punkt wejścia w medytacyjną harmonię śunjaty i przejrzystej energii.

Chociaż początkujący doświadczą niegasnącego przepływu wielu myśli, przeszkody pojawią się tylko na chwilę - stopniowo, same z siebie się uspokoją. W taki sam sposób, za sprawą przeszkód związanych z zewnętrznymi zjawiskami, takimi jak np. dźwięki, powstaną myśli - nosi to nazwę ruchu. Zrozumienie, które rozróżnia ruch i stan spokoju, jest zwane uważnością.

Niekiedy pojawia się wielki spokój, a potem trochę ruchu. Nie podążaj za ruchem, lecz utrzymuj uważność. Czyń tak raz po raz. Ponadto, nie staraj się dostrzec pozytywnych właściwości w spokoju i problemu w ruchu /myśli/. Ruch to sposób przejawiania się /naturalnego stanu/. Dlatego też, nie istnieje nawet najdrobniejsza pozytywna czy negatywna myśl.

Jeśli nie rozumie się tego i utrzymuje się przywiązanie do pozytywnych i negatywnych myśli, wtedy praktykujący, który angażuje się w doświadczenia śunjaty, odrodzi się w sferze bezforemnej. Jeżeli angażuje się w doświadczenia szczęścia, odrodzi się w sferze pragnienia. A jeśli podąża za doświadczeniami przejrzystości, odrodzi się w sferze foremnej.

Jeżeli istota jest wolna od chaotycznej pogoni za myślami i przez długi czas praktykuje, doświadczy śunjaty. Postrzegając niegasnące powstawanie myśli, jako manifestację aktywności umysłu, doświadczy przejrzystości.

Hołubienie nadziejom na osiągnięcie doświadczeń, smutek- gdy umysł jest rozproszony oraz nie dostrzeganie pierwotnej czystości /istoty medytacji/ - to błędy praktyki. Esencjonalny punkt polega na rozpoznaniu podstawy przeszkód, które mają zostać oczyszczone.

W ten sposób /jeśli istnieje chaos wielu myśli/, dzięki uspokojeniu, zewnętrznego i wewnętrznego rozproszenia w miejscu /momencie/ powstawania myśli - przebywaj z umysłem przejrzystym i bez konceptualizacji. To jest właściwa praktyka przebywania

w uspokojeniu /zhi gnas/.

Na podstawie tego naturalnego stanu, bez modyfikacji czy zafałszowań, bezpośrednio postrzega się potężny, nie znający przeszkód, obraz świadomości. To jest wprowadzenie do wglądu /lhag mthong/.

W ten sposób, bez względu na powstałe splamienia - czy będzie to awersja, przyciąganie czy głupota i bez względu na to, jakie powstaną myśli /pozytywne czy negatywne/, nie powstrzymuj ich. Nie uważaj ich za wrogów. Nie oceniaj ich. Ich rzeczywista natura jest od samego początku pusta /one nie wychodzą poza to/. Bardzo ważne jest więc rozwinięcie zdolności spoczywania w spontaniczności /wolnej od lgnięcia/.

W Thal' gyur mówi się:

Wszystkie myśli, jakie mogą tylko powstać,

Wyzwalają się same z siebie jak rzucony w powietrze spleciony wąż.

Wiedząc, co ma zostać porzucone,

Wszędzie szukają antidotum,

Ci jogini, którzy żywią nadzieje związane z osiągnięciem pożytku

I pozbyciem się trudności, są związani przez dualizm.

Doświadcz pierwotnego wyzwolenia, wolnego od tego fałszywego wysiłku !

W ten sposób, odnośnie obiektów, w których szuka się antidotum na splamienia, jeśli zachowasz spontaniczność, to bez względu na to, jak chwytliwe myśli powstają, dochodzi do ich samowyzwolenia. Bez względu na powstałe pozytywne i negatywne myśli, nie podążaj za nimi w poszukiwaniu pożytku lub szkody. Praktykuj ten stan. Medytacja posiada swoje oparcie /w poglądzie/, myśli manifestują się i zachowuje się uważność. Podobnie, jak łatwo jest rozpoznać aktywności ciała: chodzenie, leżenie i siedzenie - tak samo musisz zrozumieć /nierozdzielność/ w swojej naturze - manifestowania się /myśli/, uspokojenia i uważności /umysłu/. Ruch myśli, spoczywanie w uspokojeniu oraz wgląd, będący bezpośrednią /widzącą/ świadomością, posiadają jedną naturę.

Aby wyrazić to najprościej: nie rozdzielaj ruchu i spoczynku, uważności i świadomości pozytywnych i negatywnych myśli - jeśli tylko się pojawiają. Nie wchodź w zakazy czy zachęty, odrzucanie i akceptację. W stanie wolnym od zjawiska i interpretacji, bezpośrednio utrzymuj świadomość i śunjatę. Kiedy myśli powstają, bardzo ważne jest nie błędzić w kategoriach wyjaśnień. Dlatego bez względu na to, co się pojawia, zachowaj uważność i przebywaj w niej, utrzymując w ten sposób medytacyjną równowagę. Praktykuj z wiedzą o trwałej, niezachwianej /przez nic/ rzeczywistej naturze /umysłu/.

W ten sposób falowanie myśli prowadzi do braku myśli, po którym pojawia się pusta przestrzeń, a w niej manifestują się myśli. Zatem zrozum, w jaki sposób myśli naprawdę się pojawiają. Utrzymuj natychmiastowe, bezpośrednie doświadczenie zjawisk /myśli/. Utrzymuj /ich/ samowyzwolenie. Nie mieszaj tego z pełną wysiłku aktywnością. Zachowaj bezpośrednio poznanie tego, w jego własnej naturze /takości/. Kogokolwiek spotkasz dzięki temu wyjaśnieniu będzie posiadał pozytywną karmę i

/odpowiednie/ możliwości. Jeżeli urzeczywistni się to rano, rano będzie się Buddą. Jeżeli urzeczywistni się to nocą, w nocy stanie się Buddą. Ktokolwiek będzie praktykować te nauki, osiągnie stan Buddy w tym życiu /jeśli tylko posiada najwyższe zdolności/. Posiadający średnie zdolności, osiągnie to w bardo, po śmierci. Natomiast ci o zwykłych zdolnościach uwolnią się od negatywnych odrodzeń. Co do tego nie ma żadnych wątpliwości. Ta nauka znajduje się pod ochroną Tanmy Cziunji i Njancziena Thanglha.

Odnosnie tej esencji wszystkich istotnych, głębokich prawd, to chociaż istnieje wiele praktyk, należących do specjalnych i najbardziej tajemnych nauk, jest to końcowa esencja, wyjęta z ostatecznej esencji. Może ją odkryć tylko osoba posiadająca szczęście i pozytywną karmę, ponieważ opatrzono ją pieczęcią tajności. Zostanie ona powierzona mojemu oddanemu, zachowującemu ślubowania uczniowi. Strażnicy Skarbu zostali zaprzysiężeni, aby go chronić. Został zapieczętowany poza klasyfikacją przez Urgiena Padmę. Jest to krwiste serce i serdeczny skarb dakini.

Tajemna pieczęć. Ciało, Mowa i Umysł nie pobbładzą. Ślubowania wadzry.

Pieczęć. Pieczęć. Pieczęć.

Pieczęć skarbu. Ukryta pieczęć. Głęboka pieczęć. Tajemna pieczęć. Mandala.

Jest to specjalne pouczenie Nudana Dordze Drophan Lingpy Drolo Tsala.