

Vajrayana.it

"Gocce di
Saggezza"



LA PRATICA DEL CHOD

secondo il Longchen Nyingthig

di Jigme Lingpa

“ La Fragorosa Risata delle Dakini ”

Dal testo inglese di Karen Liljenberg

Scelto, adattato e tradotto da

Raffaele Phuntsog Wangdu

Italo Vannucci

Rita Sotgiu

:::© 2012 Vajrayana.it :::

Mi prostro alla regina dello spazio, signora della grande beatitudine, Yeshe Tsogyal. La vera natura, la Grande Perfezione, recide alla radice il Samsara tutto di un colpo, in tal modo trascende colui che taglia e ciò che è tagliato. Ma per coloro che amano l'elaborazione e realizzano la via dell'attività dei mahasiddha, insegnerò le istruzioni quintessenziali per offrire il proprio corpo come cibo.

Gli oggetti di cui hai bisogno sono: per vincere l'arroganza, la pelle di un animale selvaggio con gli artigli intatti. Per simbolizzare la visione trascendente, una piccola tenda e per dimostrare una condotta umile una khatvanga. Per avere autorità sui demoni una tromba di femore. Per soggiogare le apparenze un damaru. Per dominare le schiere delle dakini, possedere campane, ting-sha, fiocchi fatti con nastri di pelle di tigre, pelle di leopardo, tessuto di cotone e treccine di capelli umani. In poche parole, per praticare l'attività di un mahasiddha, attrezzati con le cose appropriate e necessarie.

Quindi in un sacro luogo di potere, senza una mente arrogante che offenda gli spiriti, o pensieri rivolti agli otto interessi mondani, fai sorgere una fede eroica tramite i quattro incommensurabili. Qualunque apparenza sorga deve essere immediatamente distrutta. In quel momento se non usi la tua contemplazione per sopraffare le apparenze, è come se delle spie intercettassero il tuo messaggio segreto. Quindi esegui le attività che richiedono coraggio con presenza e consapevolezza.

Col suono di un PHAT, dal centro del tuo cuore fai sorgere un vajra a nove punte fatto con ferro di meteorite - solido, stabile, pesante e forte. Esso sfavilla di luce e fiamme, abbattendosi come un fulmine su quel luogo spaventoso. Orde di demoni che dimorano lì sono incapaci di disperdersi e fuggire. Pensano che il loro coraggio e la loro forza siano andati distrutti e rimangono bloccati. Quindi abbandona pretesti, timori e così via, dubbi ordinari ed esitazioni. Con forte fiducia nell'attività dei mahasiddha, muoviti nelle quattro direzioni. Tra queste, il miglior modo di muoversi è con il potere della realizzazione della perfetta visione.

Quindi chiama tutti i demoni, quelli dell'intera esistenza fenomenica, i demoni del luogo e i demoni che vi girano attorno. Mettiti in branco come capre e pecore in questo luogo terrificante dove essi sono senza potere. Appena arrivi a quel

punto, assumi il modo e la gestualità di un irato in fiamme. Afferra i demoni per i piedi e falli girare attorno al tuo capo per tre volte e pensa che si schiantano su questo potente terreno. Con forza butta giù la tenda e la stuoia. Anche se i demoni sembrano accomodanti e generosi è impossibile che essi non diventino furibondi e irritati. Se la tua disciplina yogica è debole e inefficace, applica questo secondo il livello della tua realizzazione.

de ne rang nyi ke chig gi

*Then, instantly oneself becomes
Quindi, in un istante diventa*

sang wa ye she khan dro ma

*the secret wisdom dakini.
la segreta dakini della saggezza.*

che chung si pe tö dang nyam

*As large as the entire universe,
Grande quanto l'universo intero*

nam gyur dzog pe kur che la

*her body is generated complete in every respect.
il suo corpo si crea perfetto in ogni particolare.*

Mi kang ling bu trag tu bü

*Loudly blow the human thighbone trumpet.
Soffia sonoramente la tromba di femore.*

ta we ngar che dro dung ja

*Forcefully generate the power of realization and perform the dance.
Genera fortemente il potere della realizzazione ed esegue la danza.*

PE jig me tul shug shö pe nal jor nga

*PHAT I am a fearless yogi who practices a mahasiddha's activity.
PHAT Io sono uno yogi impavido che pratica l'attività di un mahasiddha.*

khör de nyam par dal we gong shö kyī

*Through realization activities which encompass samsara and nirvana as equal,
Tramite le attività di realizzazione che rendono uguali samsara e nirvana,*

dag dzin lha drei teng du tro shig dung

*I dance and trample upon the demons of ego-clinging
Io danzo e calpesto i demoni dell'attaccamento al sé*

nyi dzin khör we nam tog dul du log

*and grind samsaric, dualistic thinking into dust.
e frantumo il pensiero dualistico, samsarico in polvere.*

tsa gyu rig dzin la ma tro la jön

*Vidyadhara lamas of the root lineage, come to the dance
Lama Vidyadhara del lignaggio radice aggiungetevi alla danza!*

yi dam pa wo gya tso tro la jön

*Ocean of yidams and dakas, come to the dance!
Moltitudini di yidam e dakini aggiungetevi alla danza!*

khan dro ne nyul ma tsog tro la jön

*Hosts of dakinis who roam everywhere, come to the dance!
Schiere di dakini che vagate ovunque, unitevi alla danza!*

tul shug lam du long par shin gyi lob

*Grant your blessings so I may accomplish the path of mahasiddha activity.
Concedete le benedizioni sì che Io possa realizzare la via dell'attività di un mahasiddha.*

PE shar shog lu pag ling du dung tsa na

*PHAT While dancing on the eastern continent of Purvavideha,
PHAT mentre sto danzando sul continente più orientale di Purvavideha,*

pa wo khan drö tro ra dum la chil

*on the dance-floor of the dakas and dakinis, which is perfectly round,
sulla pista da ballo dei daka e dakini, che è perfettamente rotonda,*

she dang gyal pö go la chem se chem

*I stamp on the head of the demon of anger.
Io calpesto la testa del demone della rabbia.*

me long ye she ling bu chu ru ru hung hung hung

*The trumpet of mirror-like wisdom blows. Hum Hum Hum
La tromba della Saggezza Simile allo Specchio soffia.
Hum Hum Hum*

PE lho yi dzam bui ling la dung tsa na

*PHAT While dancing on the southern continent of Jambudvipa,
PHAT Mentre sto danzando sul continente più a sud di Jambudvipa,*

pa wo khan drö tro ra zur sum wal

*on the dance-floor of the dakas and dakinis, a sharp triangle,
sulla pista da ballo dei daka e dakini, un triangolo acuto,*

nga gyal shin jei go la chem se shem

*I stamp on the head of arrogance, Lord of Death.
Io calpesto la testa dell'arroganza, il Signore della Morte.*

nyam nyi ye she tö nga tro lo lo hung hung hung

*The skull-drum of Equalizing Wisdom resounds.
Il damaru della Saggezza Equalizzatrice risuona.*

PE nub kyi ba lang shö la dung tsa na

*PHAT While dancing on the western continent of Godaniya,
PHAT Mentre sto danzando sul continente più occidentale di Godaniya,*

pa wo khan drö tro ra da gam chil

*on the dance-floor of the dakas and dakinis, which is perfectly semicircular,
sulla pista da ballo dei daka e dakini, che è perfettamente semicircolare*

död chag sin mö go la chem se chem

*I stamp on the heads of the cannibal demonesses of attachment.
Io calpesto le teste delle demonesse cannibali dell'attaccamento.*

sor tog ye she dril yer tro lo lo hung hung hung

*The bells and jingles of Discriminating Wisdom ring. Hum Hum Hum
Le campane e lo scampanello della Saggezza Discriminante suonano.
Hum Hum Hum*

PE shang si dra mi nyen la dung tsa na

*PHAT While dancing on the northern continent of Uttarakuru,
PHAT Mentre sto danzando sul continente più a nord di Uttarakuru,*

pa wo khan drö tro ra dru shi lam

*on the four-sided dance-floor of the dakas and dakinis
sui quattro lati della pista da ballo dei daka e dakini*

tra dog dam si go la chem se shem

*I stamp on the head of jealousy, the samaya-breaking demon.
Io calpesto la testa della gelosia, il demone che rompe i samaya.*

sha drub ye she chö pen pu ru ru hung hung hung

*All-accomplishing Wisdom's diadem chimes. Hum Hum Hum
Il diadema della Saggezza che Tutto Realizza suona a festa.
Hum Hum Hum*

PE ü shog lhun pö tse ru dung tsa na

*PHAT While dancing on the central continent of Mount Meru,
PHAT Mentre sto danzando sul continente centrale del Monte Meru,*

pa wo khan drö tro ra shin re chag

*on the alluring dance-floor of the dakas and dakinis,
sull'allettante pista da ballo di daka e dakini,*

ti mug shi drei go la chem se shem

*I stamp on the head of the demon of ignorance.
Io calpesto la testa del demone dell'ignoranza.*

chö ying ye she hung lu chu ru ru hung hung hung pe

*The Wisdom of Dharmadhatu hums harmoniously. HUM HUM HUM PHAT
La Saggezza del Dharmadhatu mormora melodiosamente.
HUM HUM HUM PHAT*

Danza in questo modo, mantenendo la tua mente priva di punti di riferimento.
Poi pianta una piccola tenda sul terreno del crudele demone, che giace sul dorso
con le sue cinque braccia estese. Medita che tu stai battendo su picchetti di
ferro meteorico.

PE shar shog dor je khan dro ma

PHAT The vajra dakini of the east

PHAT la vajra dakini dell'est

sham pa chen pö pur pa cher

bears the stake of great loving kindness.

porta il picchetto della grande gentilezza amorevole.

lho shog rin chen khan dro me

The ratna dakini of the south

La ratna dakini del sud

nying je chen pö pur pa cher

bears the stake of great compassion.

Porta il picchetto della grande compassione.

nub shog pe ma khan dro me

The padma dakini of the west

La padma dakini dell'ovest

ga wa chen pö pur pa cher

bears the stake of great joy.

Porta il picchetto della grande gioia.

shang shog le kyi khan dro me

The karma dakini of the east

La karma dakini dell'est

tang nyom chen pö pur pa cher

bears the stake of great equanimity.

Porta il picchetto della grande equanimità.

ü shog sang gye khan dro me

The buddha dakini of the centre

La buddha dakini del centro

shang chub sem kyi pur pa cher

bears the stake of bodhichitta.

Porta il picchetto della bodhicitta.

dag dzin lha drei go wo dang

By piercing the head and

Trafiggendo la testa e

lhu tsig shi la tab pa yi

*four limbs of the demon of ego-clinging,
i quattro arti del demone dell'attaccamento all'ego,*

yo gu me par ne par gyur PE

*It is transfixed, unable to move. PHAT
Esso è trafitto, paralizzato, incapace di muoversi. PHAT*

Detto questo, rimani nell'equanimità, non focalizzato su te stesso, su altro, o sui demoni. Poi, accetta i demoni e impegnati nel donare il tuo corpo.

PE rang nang ö sal de wa chen pö ying

*PHAT One's natural perception is the luminous space of great bliss.
PHAT La propria percezione naturale è lo spazio luminoso della grande beatitudine.*

be tsol tö pa dral we nam kha la

*In the sky that is free of effort and complexity,
Nello spazio che è libero da sforzo e complessità,*

tsa we la ma trug pa dor je chang

*is one's root lama, Vajradhara, Lord of the six families,
c'è il proprio lama radice, Vajradhara, Signore delle sei famiglie,*

gong da nyen gyu la ma yi dam lha

*and the lamas and yidams of the mind, symbol, and oral transmission lineages,
e i lama e gli yidam della mente, del simbolo, e dei lignaggi della trasmissione orale,*

khan dro chö shong sung ma trin tar tib

*along with dakinis, dharmapalas and protectors, massing like clouds,
insieme con le dakini, dharmapala e protettori, addensati come nuvole,*

ma gag ja tsön tig lei long du sal

*in an unobstructed rainbow-sphere, vast and vivid.
In una libera sfera d'arcobaleno vasta e vivida.*

Quindi, vividamente invoca questo campo del rifugio e pensa che tutti gli esseri, guidati principalmente dai demoni, prendano rifugio con fervente devozione.

PE rang jung gi rig pa chö me di

*PHAT Because this unfabricated, self-existing awareness
PHAT Poiché questa consapevolezza auto esistente non fabbricata*

shab yul gyi ngo wor ma rig pe

*is not recognised as the essence of the objects of refuge,
non è riconosciuta come l'essenza degli oggetti di rifugio,*

dug ngal gyi gya tsor shing pa nam

*beings are drowning in the ocean of suffering.
gli esseri annegano nell'oceano della sofferenza.*

ku sum gyi gong pe shab tu sol

*May the wisdom mind of the three kayas protect us.
Possa la mente di saggezza dei tre kaya proteggerci*

RIPETI TRE VOLTE

Quindi, sviluppa bodhicitta:

PE nang wa ngö por dzin pe sem

*PHAT The mind that clings to appearances as solidly existing
PHAT La mente che si afferra alle apparenze come solidamente esistenti*

tul shug kyi shö pe tsar che ne

*is severed by the activities of a mahasiddha.
è separata dalle attività di un mahasiddha.*

yang dag gi ne lug tog she shir

*In order to realize the completely pure natural state
Allo scopo di realizzare lo stato naturale completamente puro*

re dog dang dral war sem she do

*I generate bodhichitta free from hope and fear.
Io genero il bodhicitta libero da speranza e paura*

RIPETI TRE VOLTE

Poi l'Offerta del Mandala: pensa che il tuo busto sia il Monte Meru, i tuoi arti i quattro continenti, le tue dita e piedi i subcontinenti, la tua testa il Reame Divino, i tuoi occhi il sole e la luna, e i tuoi organi interni le ricchezze degli dei e degli uomini.

PE che dzin gyi pung po gyu me lü

*PHAT This illusory body, this cherished aggregate,
PHAT Questo corpo illusorio, questo aggregato così amato,*

man dal gyi tsom bu rab kö ne

*is arranged as the offering substance of the mandala.
è disposto come le sostanze d'offerta del mandala.*

tsog shing gi lha la tö me bul

*With no expectations I offer it to the deities of the refuge field.
Senza alcuna aspettativa Io lo offro alle divinità del campo del rifugio.*

dag dzin gyi tsa wa chö par shog PE

*May the root of ego-clinging be cut! PHAT
Possa la radice dell'attaccamento all'ego essere troncata! PHAT*

Poi, il GURU YOGA:

PE ying sag me chö kui nam kha la

*PHAT In the stainless expanse of the Dharmakaya's sky,
PHAT Nell'immacolata estensione del cielo del Dharmakaya,*

dang ja ser tig ler trug pe ü

*amid a scintillating sphere of brilliant rainbow light
in mezzo a una scintillante sfera di una brillante luce d'arcobaleno*

pa dü sum kun chen pe ma jung

*is the father who knows the three times, Padmasambhava,
c'è il padre che conosce i tre tempi, Padmasambhava,*

tsul tul shug shö pe he ru ka

*in the guise of a heruka performing mahasiddha's activity,
nelle sembianze di un heruka che sta eseguendo le attività di un
mahasiddha,*

ma khan dro gya tsö tsog dang che

*accompanied by a vast throng of mother-dakinis.
accompagnato da un vasto seguito di dakini-madri.*

ku tsen pei zi shin ta la la

*His body is radiant with the major and minor marks of a Buddha.
Il suo corpo è radioso con i segni maggiori e minori di un Buddha.*

sung gang dul chö dra u ru ru

*His speech is the sound of the Dharma, taming beings.
La sua parola è il suono del dharma, che doma gli esseri.*

tug ö sal dor je nying pö ngang

*His mind is the state of luminosity, the indestructible essence.
La sua mente è lo stato di luminosità, l'indistruttibile essenza.*

pu mö gu trag pö sol wa deb

*I, your child, pray to you with strong devotion.
Io, il tuo figlio, ti prego con forte devozione.*

shi nam tog drad lamg lha drei zug

*Outwardly, concepts have arisen as enemies; the demons' form.
Esteriormente, i concetti sono sorti come nemici; la forma dei demoni.*

nang re dang dog pe nyi dzin sem

Inwardly, dualistic clinging is their mind of hope and fear.

Internamente, l'afferrarsi dualistico è la loro mentalità di speranza e paura

bar nang wa na tsog kyen ngen kun

In between, all sorts of unfavorable conditions appear.

Nel mezzo, appaiono tutti i generi di condizioni sfavorevoli .

chö sab mö du chi chö yul gyi

May the profound practice of Chöd

Possa la profonda pratica del Chod

du ta da ten tog di ru chö

destroy these demons right now, in this very spot.

distruggere questi demoni proprio ora, in questo luogo.

ying chö kui gyal sa zin pa ru

So that I may hold the royal seat of the space of Dharmakaya,

Così che Io possa detenere il reale seggio dello spazio del Dharmakaya,

pa je tsun la me shin gyi lob PE PE PE

Father, revered lama, please grant your blessings! PHAT PHAT PHAT

Padre, riverito lama, ti prego concedimi le tue benedizioni!

PHAT PHAT PHAT

Avendo pregato in questo modo, il campo del rifugio si dissolve in sé.

Riposa nell'equanimità non duale.

PE de ne bag chag nyig me lu

PHAT Then see your impure body, of habitual tendencies,

PHAT Poi vedi il tuo corpo impuro, delle tendenze abituali,

tso shing num la tö che we

as big and fat and greasy.

come grande e grosso e untuoso.

ü le dang me rig pa ni

From within it, the pristine awareness

Dal suo interno, la consapevolezza primordiale

trö me nam par pe che ye

in the form of Tröma, is separated by the sound PHAT.

nella forma di Troma, si separa tramite il suono PHAT.

shal chig shag nyi dri tö chen

With one face and two arms, she holds hooked knife and skull-cup.

Con una faccia e due braccia, tiene un coltello ricurvo e una coppa di cranio.

de yi rang lu tö pa tral

*She slices the skull from one's body.
Ella tronca il cranio dal proprio corpo.*

tong kham chab pe mi go yi

*Encompassing the whole universe, this human head
Includendo l'intero universo, questa testa umana*

gye bu sum gyi khar shag nang

*is placed on a hearth of three skulls.
è messa su un crogiolo di tre teschi.*

jung lu tsog su sham pa de

*This body made of the elements is set out as the offering.
Questo corpo fatto degli elementi è disposto come un'offerta.*

dru sum ö chi du tsir bar

*With the light of the three syllables it blazes as amrita-nectar.
Con la luce delle tre sillabe esso divampa come amrita-nettare.*

OM AH HUNG dang HA HO HRI

OM AH HUM and HA HO HRI
OM AH HUM e HA HO HRI

Recitando queste sillabe quanto più è possibile, purifichiamo, incrementiamo e trasformiamo le offerte. Se essa è la generosità infinita della festa variopinta, genera giardini, cibo, vestiti medicine e così via. Accresce la natura di qualunque cosa si desideri.

Per la infinita generosità della festa rossa, diventi Troma Nagmo, la Nera Madre Irata, e ti spogli della pelle del tuo corpo grossolano, distribuendolo al contenuto dei tremila mondi. Alla sommità di esso, accumula mucchietti di corpi, aggregati, carne e sangue. Vedilo come fosse un mattatoio.

Come la infinita generosità della festa nera, raccogli ciò che è stato accumulato sin da un tempo senza inizio da tutti gli esseri senzienti, da te stesso e dagli altri – malattie, ostacoli, azioni negative e oscurazioni...

Ammassate come una grande nuvola nera, esse si dissolvono nei mucchi di corpi, che il demone divora. Pensa che i corpi dei demoni poi diventano come carbone. Invita in questo modo tutti gli ospiti della tua offerta e generosità.

Pe chö yul tsa sum dam chen ne

PHAT You to whom I make offering, the Three Roots, samaya-bound protectors,

PHAT Voi a cui io faccio offerte, le Tre Radici, protettori dei legami del samaya,

de gye jung pö tso she pe

*and you to whom I donate, principally the Eight Classes of spirits
e voi a cui Io dono, principalmente alle Otto Classi di spiriti*

shin yul len chag dre dön yen

*as well as my karmic creditors, demons and obstructors,
come pure ai miei creditori karmici, demoni e creatori di ostacoli,*

tul shug shö pe ne dir shön

*come to this place of mahasiddha activity!
Venite in questo posto di attività del mahasiddha!*

te ring jig me nal jor nge

*Today I, the fearless yogini [yogi],
Oggi, Io, la yogini [yogi] senza paura*

khör de shen je gyü me lu

*offer this illusory body that differentiates between Samsara and Nirvana.
offro questo corpo illusorio che discrimina tra Samsara e Nirvana.*

tong sum chö yang ka pa lar

*In the skull-cup vast as the three thousand worlds
Nella coppa di cranio vasta come i tremila mondi*

bam chen tsog chi khör lor sham

*the corpse is arranged as the Ganachakra offering
il cadavere si dispone come un'offerta della Ganachakra*

sag me ye she du tsir gyur

*and transformed into the nectar of stainless wisdom.
e trasformato nel nettare della saggezza immacolata.*

dö gur char we cho trul chen

*A magical display that fulfills all wishes,
Una manifestazione magica che esaudisce tutti i desideri,*

che dzin me par bul lag chi

*I make this offering without holding it dear.
Io faccio questa offerta senza dargli valore.*

tön chen drön la sheg su sol

*Please come, guests to this great party!
Vi prego venite, ospiti a questa grande festa!*

chog chen tö nga ke re sang

*The drum of a supreme skull-cup beats brightly;
Il tamburo della suprema coppa di cranio risuona intensamente;*

shing chen ling bu dang re nyen

*the great thighbone trumpet blows melodiously;
la grande trombetta di femore soffia melodiosamente;*

dril yer chö pen dang re tro

*the bells, jingles, and hanging diadems glitter gaily.
le campane, scampanellano, e appendendo diademi allegramente splendono.*

sha gö sha la tib pa shin

*Just like vultures flocking to flesh,
Proprio come avvoltoi si radunano attorno alla carne,*

ke chig nyi la sheg su sol PE

*Please come here, this very second! PHAT
Vi prego venite qui, in questo momento! PHAT*

Poi l'offerta e la dedica:

PE Dö me gönpo men che ne

*PHAT To all of you, from the Primordial Protector
PHAT A tutti voi, dal Protettore Primordiale*

tsa we la me yen che chi

*up to my root lama,
fino al mio lama radice,*

gyu sum rig dzin la ma dang

*the Vidyadhara lamas of the Three Lineages,
i lama Vidyadhara dei Tre Lignaggi,*

yi dam khan dro chö shong la

*and yidams, dakinis and Dharma-protectors,
e gli yidam, dakini e protettori del Dharma*

bam chen du tsi chö pa bul

*I offer the deathless nectar of my great corpse.
Io offro il nettare immortale dell mio grande cadavere.*

lha dre tso she dag shen gyi

*May I and others, and principally the demons,
possa Io e gli altri, e principalmente i demoni,*

tsog nyi dzog shing drib nyi jang

*perfect the Two Accumulations and purify the Two Obscurations.
completare le Due Accumulazioni e purificare le due Oscurazioni.*

tul shug dro dön tar shin ne

*Having perfected a mahasiddha's activity for the benefit of beings,
Avendo completato l'attività del mahasiddha per il beneficio degli esseri,*

nang wa ö sal gyu mar jong

*may appearances be purified into illusory clear light
possano le apparenze essere purificate nella chiara luce illusoria*

ya nga bag tsa chö kur drol

*and dread and anxiety be liberated into the Dharmakaya.
e il terrore e l'ansia essere liberati nel Dharmakaya.*

he ru ka tar shin gyi lob

*Please bless me to become a heruka!
Vi prego beneditemi per diventare un heruka!*

PE jig ten de dang me de

*PHAT To those who have transcended this world and those who have not,
PHAT A coloro che hanno trasceso questo mondo e a coloro che non lo
hanno,*

de gye jung po mi ma yin

*the Eight Classes of spirits, and the non-humans,
le Otto Classi di spiriti, e i non-umani,*

log dren sha ze dön tsog la

*the hosts of carnivore ghouls who lead beings astray,
le schiere di demoni divoratori di cadaveri che portano gli esseri a smarrirsi,*

Tong sum shab pe shing pag teng

*on a human skin as big as the three thousand worlds
su una pelle umana grande quanto i tremila mondi*

sha trag ru pe pung por bul

*I offer heaps of flesh, blood and bones.
Io offro mucchietti di carne, sangue e ossa.*

dag tu dzin na nga re shen

*If I cling to this self, I am being weak.
Se mi afferro a questo sé Io mi indebolisco.*

shö du ma nu chö re lö

*If you can not use it, you are being lazy!
Se non potete usarlo, siete esseri indolenti!*

ring na jen par chur mi ting

*If you are in a hurry, swallow the raw flesh whole!
Se siete impazienti, inghiottite per intero la carne cruda!*

lhö na dum bur tsö la so

*If you have time, cut it into pieces and cook it!
Se avete tempo, tagliatela a pezzi e cucinatela!*

dul tren tsam yang ma shag shig

*Don't leave even as much as an atom!
Non lasciatene nemmeno un atomo!*

PE

PHAT

khör tse tog ma me pa ne

*For those who, from beginningless time in Samsara
Per coloro che da un tempo senza inizio nel Samsara*

sha kön chag pe len chag dang

*have held blood-grudges and karmic debts ,
hanno tenuto rancori di sangue e debiti karmici,*

lo wur lhag pe nying jei dron

*and those who come for the leftovers, all the guests of my compassion,
e per coloro che vengono per gli avanzi, tutti ospiti della mia compassione,*

khe shen wang chung ma lu la

*including all those lowly ones with little power,
includendo tutti gli umili con poco potere,*

so so gang la chi dö chi

*as whatever each one may wish
per qualunque cosa ciascuno possa desiderare*

dö yön mi ze ter du ngo

*I dedicate this inexhaustible treasure of the objects of desire!
Io dedico questo inesauribile tesoro degli oggetti del desiderio!*

drel pa tog tse sang gye shing

*May all who are connected to this feast gain enlightenment
Possano tutti coloro che sono connessi a questo banchetto giungere
all'illuminazione*

bu lön len chag shang war shog PE

*and be cleansed of all dues and karmic debts . PHAT
ed essere purificati da tutto ciò che è dovuto e dai debiti karmici. PHAT*

Pregando così, dona senza tenere nulla per te e medita nello stato di vacuità. A questo punto se tu trattieni il tuo caro corpo o paura ed esitazione sorgono nella tua mente, pensa che tutto il tuo corpo non esiste, è sempre stato dato ai demoni.

La tua mente è infondata e non ha radici; essa non può essere trovata dai demoni, poiché perfino i Buddha non possono vederla. Riconoscendo dal profondo del cuore che qualsiasi cosa sorga è la propria manifestazione, sorge una mente coraggiosa.

Ci sono demoni sostanziali che ostacolano [condizioni esterne come gli elementi, animali selvaggi, fuorilegge e pensieri di attaccamento, odio e così via], demoni insostanziali [condizioni interne come stati d'animo felici o tristi], demoni dell'eccitazione [esseri pieni di sé presi dalla propria felicità e così via], e demoni dell'incertezza [dubbio, esitazione e così via]. Urla un PHAT e recidili nello spazio della vacuità.

Inoltre, per indicare il momento della giornata per il banchetto del mattino, allo scopo di portare a compimento le due accumulazioni, incrementa il banchetto bianco come la natura dell'amrita. A metà giornata, allo scopo di purificare le tendenze abituali, dedica il banchetto variopinto in qualunque modo sia appropriato. Nella prima sera, allo scopo di realizzare l'attività del mahasiddha, offri il banchetto rosso per recidere l'attaccamento all'ego. Di notte, purifica le azioni negative col banchetto nero. Tutto questo cambia con la propria intenzione, quindi pratica principalmente facendo la visualizzazione.

In questo momento non importa quale reazione illusoria sorga, soggiogala con la visione che è al di là dell'esperienza temporanea. Se la realizzazione del praticante è piccola, il roteare pericolosamente dei demoni può essere difficile da domare, o troppo potente da dissolvere. Se così, dovresti fare la meditazione sullo scheletro bianco.

Urlando PHAT, istantaneamente tu diventi lo scheletro bianco, scintillante di fuoco. Dall'enorme fuoco sorge un altro fuoco, che brucia il triplice mondo, particolarmente il posto dove dimorano i demoni. Alla fine, dissolvi lo scheletro e il fuoco in luce e rimani nello stato della Vacuità. La pratica fornisce anche protezione contro le malattie contagiose. Se i segni della realizzazione non sorgono e demoni malvagi ti bersagliano, visualizza la tua consapevolezza come Troma Nagmo e diffondi la pelle del tuo corpo corrotto nell'estensione dei tremila mondi. Sulla cima di questa disperdi una manifestazione di ossa e carne, che i demoni e i creatori di ostacoli divoreranno con vivo desiderio.

In quel momento, Troma rapidamente raccoglie le pieghe di pelle e le lega con un cappio fatto di serpenti ed intestini. Li fa roteare al di sopra della sua testa e poi li scaraventa sulla terra. Pensa che la carne e le ossa dei demoni diventano poltiglia, che sarà divorata da molti animali. Quindi rimani in condizione di equanimità con spazio e consapevolezza fusi. Tramite questa pratica, sorgeranno segni di realizzazione in modo definitivo. I demoni crudeli e creatori di ostacoli saranno definitivamente sconfitti. La mente che tiene cara ogni cosa sarà abbandonata. E' molto importante mantenere la fiducia nella Visione. In quel momento pericolo potrà sembrarti realizzazione e la realizzazione un pericolo. Oppure ti appariranno mescolati, e le tendenze abituali ti sembreranno come entrambi. Pratica, considerando i segni sia dell'ottenere stabilità o dell'insuccesso come esperienze meditative temporanee. Sul piano assoluto l'assenza di ego è Samantabhadri, la grande madre Prajnaparamita. Impara a fondo questa comprensione e realizzerai la pratica del Chod SAMAYA.

A conclusione, la dedica e le preghiere di aspirazioni:

Ah ge dang mi gei tog tsog rang drol la

AH When all thoughts, virtuous and unvirtuous, are self-liberated

AH Quando tutti i pensieri, virtuosi e non virtuosi, si autoliberano

re dang dog pe tsen ma mi mig chang

the signs of hope and fear cannot be found.

i segni della speranza e della paura non possono essere trovati.

nang che ten drel lu me ge tsog gyun

But, since interdependent appearances inevitably continue as the accumulation of virtue

Ma poiché le apparenze interdipendenti inevitabilmente continuano come l'accumulazione di virtù

sag me chö chi ying su ngo war sha

dedicate this within the undefiled Dharmadhatu.

dedicare nello spazio immacolato del Dharmadhatu.

PE kun dzob lu chi jin pa la ten ne

PHAT By giving the relative body

PHAT Nel donare il corpo relativo

kal par sag pe bu lön len chag shang

may those who have accumulated karmic debts over aeons be purified.

Possano coloro che hanno accumulato debiti karmici per eoni essere purificati.

dön dam chö chi den pe gyü drol tse

When their mind-stream has been liberated by the dharma of absolute truth

Quando il loro flusso mentale è stato liberato dal dharma della verità assoluta

dag gi du pa dang por she war shog

may they be born as my first disciples.

possano loro nascere come miei discepoli principali.

de tse ma chö rang shag nyug me dön

Then, when the unfabricated, self-existing, innate truth

Poi, quando la verità innata auto esistente, non costruita

mi sun lha drei gyü la she ne chang

arises in the mindstreams of humans, rakshas, gods and demons,

sorge nel flusso mentale degli umani, raksha, dei e demoni,

ngar dzin trul pe je su mi drang war

without ego-clinging deluding them into going astray,

senza attaccamento all'ego, illudendoli nel loro smarrirsi,

sham dang nying je she gyü len par shog

may their minds be saturated with love and compassion!

possano le loro menti essere colmate di amore e compassione!

dag chang tul shug shö pa tar shin ne

For myself, having perfected the activity of a mahasiddha,

Per me stesso, avendo perfezionato l'attività di un mahasiddha,

shi dug ro nyom khor de chö kur jong

may happiness and sadness be of equal taste, and Samsara and Nirvana be accomplished as the Dharmakaya!

possa la felicità e il dolore essere di un unico sapore, e il Samsara e il Nirvana essere realizzati come il Dharmakaya!

shog le nam gyal drel tse dön den gyi

Victorious in all directions, with every connection that I make a meaningful one,

Vittoriosi di tutte le direzioni, con ogni connessione che rendo significativa,

trin le tar shin ja lu drub par shog PE

may I perfect enlightened activity, and attain the rainbow body! PHAT

*possa Io perfezionare l'attività illuminata, e ottenere il corpo d'arcobaleno!
PHAT*

Avendo detto questo, mantieni la chiarezza della visione.

Usando il potere di trasformazione della grande compassione, visualizza lo scambio della tua felicità con la sofferenza degli altri. Donagli il dono completamente puro del Dharma. Qualsiasi cosa incontri, buona o cattiva, ti condurrà alla liberazione.

SA MA YA MA MA KO LING SA MANTA.

Considerando il dare e il ricevere la felicità e la sofferenza: la propria felicità è donata ai demoni, e la loro sofferenza è ricevuta da essi.

Il dono del Dharma è quanto segue:

chö nam tam che gyü le jung

All phenomena arise from causes.

Tutti i fenomeni sorgono da cause.

de gyü de shin sheg pe sung

Those causes were taught by the Tathagata

Quelle cause furono insegnate dal Tathagata.

gyü la gog pa gang yin pa

All causes also have their cessation.

Tutte le cause hanno la loro cessazione.

ge jong chen pö di ke sung

The great sage spoke these words.

Il grande saggio disse queste parole.

Dì così, e:

dig pa chi yang mi sha shing

Do not commit even a single negative action;

Non commettere nemmeno una singola azione negativa;

ge wa pun sum tsog par she

but practice a wealth of virtues.

ma pratica la ricchezza delle virtù.

rang gi sem ni yong su dul

Again and again tame your own mind:

Ripetutamente sottometti la tua mente:

di ni dang gye ten pa yin

this is the teaching of the Buddha.

Questo è l'insegnamento del Buddha.

Dì così, e:

jung po gang dag dir ni lhag gyur tam

*Whatever spirits are still left here,
Tutti gli spiriti ancora rimasti qui,*

sa am ön te bar nang khö chang rung

*or reside in earth or sky, or wherever they may be,
o abitanti la terra o il cielo, o in qualunque altra parte essi possono trovarsi,*

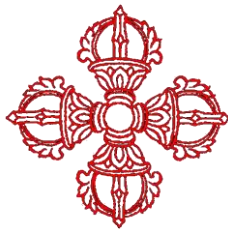
she gu nam la tag tu sham she ching

*may they constantly love all beings,
possano essi costantemente amare tutti gli esseri,*

nyin dang tsen du chö la shö par shog

*and practice the Dharma day and night!
e praticare il Dharma giorno e notte!*

Recita questa e altre preghiere di auspicio.



“Possano queste pagine essere di beneficio per molti.

Possano i Buddha proteggere la vita dei nostri Preziosi Maestri.

Possano, la nostra fede e la nostra devozione, crescere e fortificarsi.

Possiamo dedicare i meriti della nostra pratica al beneficio di tutti gli esseri affinché siano liberi
dalla confusione e dalla sofferenza”

(Raffaele Phuntsog Wangdu & Salvatore Tondrup Wangchuk)