

## Capitolo Undicesimo

### L'Addestramento nella Visione Profonda

2B3B-2B Il modo di addestrarsi nella visione profonda, l'entità della saggezza

2B3B-2B1 [27B] Attività durante la sessione [formale di meditazione]

2B3B-2B1A Pratiche preliminari

2B3B-2B1B Pratiche durante la sessione vera e propria

2B3B-2B1B1 Il modo di meditare [la visione profonda] avendo accertato la mancanza del sé delle persone

2B3B-2B1B2 Il modo di meditare [la visione profonda] avendo accertato la mancanza del sé dei fenomeni

2B3B-2B1C Pratiche conclusive

2B3B-2B2 Attività durante gli intervalli tra le sessioni

2B3B-2B1A Pratiche preliminari

E' come la spiegazione nel contesto della calma dimorante, ma ci sono [tre] caratteristiche distinguenti:

1. Relazionandosi appropriatamente a un abile amico spirituale virtuoso, si ascoltino le istruzioni sulla visione profonda.
2. Avendo reso il guru inseparabile dalla divinità speciale, si rivolgano suppliche ferventi [al guru-divinità].
3. Sforzarsi e così via, per accumulare [le due raccolte] e per purificare [la mente dalle azioni negative].

Al fine di realizzare la visione, si dovrebbe intrecciare questi tre come un preliminare.

2B3B-2B1B Pratiche durante la sessione vera e propria

2B3B-2B1B1 Il modo di meditare [la visione profonda] avendo accertato la mancanza del sé delle persone

Nelle scritture del Vittorioso vengono insegnati un numero illimitato di ragionamenti che accertano la mancanza del sé. Comunque, se i principianti l'accertano [la delineano] dal punto di vista dei quattro punti essenziali, essa è facile da comprendere. Il modo per fare questo è il seguente.

In qualunque momento, inclusa l'occasione temporale del sonno profondo, la mente si afferra fortemente al centro del proprio cuore al pensiero "Io, Io". Questo è un afferrarsi innato all'Io.

Se, per esempio, senza avere compiuto alcuna azione errata, si viene accusati falsamente da qualcuno che dice: "Tu hai compiuto questa e quest'altra azione errata". Quando, al centro del nostro cuore sorge fortemente il pensiero "Io, Io", come: "Io non ho compiuto un'azione negativa come questa, ma mi si sta accusando falsamente in questo modo". In quel momento, il modo di afferrarsi all'Io, da parte dell'afferrarsi innato all'Io è chiaro<sup>1</sup>.

[28A] Perciò, in quel momento, investiga con una sottile parte della mente il modo in cui quella consapevolezza [sopra menzionata] ha concepito l'Io e dove l'ha concepito essere. Inoltre, quando la successiva [porzione investigativa della] mente/consapevolezza diventa troppo forte, la precedente [porzione investigativa della] mente/consapevolezza decresce, per cui, [alla mente/consapevolezza] non giungerà più nulla, ad esclusione di un vuoto [vacuo]. Perciò, proprio mentre la mente generale in modo fermo e continuo genera l'entità di quella mente/consapevolezza che pensa "Io", esso va investigato con una porzione sottile della mente.

Nel momento in cui si investiga in questo modo, il luogo in cui "l'Io" è stato concepito da parte della concezione innato dell'Io, non si trova in qualche posto differente dai due, dal nostro corpo e mente o dai nostri cinque aggregati. Esso non è neppure su ognuno dei cinque aggregati presi singolarmente né sul corpo o sulla mente presi singolarmente. Tuttavia, un 'Io' che è in grado di stabilire se stesso fin dall'inizio, senza essere una

---

<sup>1</sup> Questo passaggio può anche essere tradotto con: "il modo di apprendere l'Io, da parte del concetto erroneo innato dell'Io diventa chiaro".

mera imputazione del pensiero su quella massa che è o un mero insieme di corpo e mente, o un mero insieme dei cinque aggregati, lo si apprende [concepisce erroneamente] esistere, questo è il modo di apprendere [percepire/concepire] l'io, da parte del concetto erroneo innato dell'io; l'oggetto del modo di percezione di quella [concezione] è quell'io che si deve negare – l'oggetto della negazione. [L'identificazione dell'oggetto di negazione] non è una mera immagine generica di parole o una mera comprensione presentata da altri, ma deve essere accertato a nudo [in modo chiaro ed evidente] nel nostro continuum mentale. **Questo è il primo punto essenziale, accertare il modo in cui appare l'oggetto della negazione.**

**Il secondo punto essenziale è accertare la pervasione.** Quando la mente/consapevolezza mantiene saldamente nel centro del nostro cuore il pensiero "io", quell'"io" che viene percepito [appreso] da quella mente/consapevolezza se esistesse sui nostri cinque aggregati, dovrebbe esistere o come un'unicità o come differente [alterità] dai cinque aggregati. Non è possibile avere un terzo modo di esistenza diverso da quei due modi di esistere. [28B] Qualunque cosa esiste deve essere o una singolarità o una pluralità [molteplicità]. Nella riflessione, ciò che dovremmo giungere a decidere è: "Non è affatto possibile un terzo modo di esistere diverso da quei due modi di esistere".

**Il terzo punto essenziale è accertare che è libero da un'unicità veritiera.** Se si pensa che l'"io" che è stato concepito in quel modo [come idoneo a stabilire se stesso sin dall'inizio] esiste come un tutt'uno [un'unicità] con i cinque aggregati, allora ci sono molti errori. Per esempio, proprio come in una persona ci sono cinque aggregati, analogamente, l'"io" dovrebbe avere anch'esso cinque differenti continuum. Oppure, proprio come c'è un solo "io", similmente, i cinque aggregati dovrebbero diventare anch'essi un tutt'uno privo di parti. Perciò, pensa "L'io che è stato concepito in quel modo non è un tutt'uno con i cinque aggregati".

Inoltre, se l'"io" che è stato concepito in quel modo, fosse stabilito come un tutt'uno con i cinque aggregati, allora, proprio come i cinque aggregati vengono prodotti e disintegrati, analogamente, quell'"io" che è in grado di stabilire se stesso e che è concepito da quella mente/consapevolezza, dovrebbe anch'esso prodursi e disintegrarsi. In quel caso, quell'"io" che viene prodotto e disintegrato dovrebbe essere stabilito o come un tutt'uno o come differente [alterità] dai suoi istanti precedenti e successivi.

Se fosse stabilito come un tutt'uno [con i suoi istanti precedenti e successivi], l'"io" delle vite precedenti e future e l'"io" di questa vita sarebbero un tutt'uno, privo delle tre parti <sup>2</sup>. Se fosse stabilito come differente [o altro dai suoi istanti precedenti e successivi], allora l'"io" della vita futura e precedente e l'"io" di questa vita dovrebbero essere differenti [altro], completamente privi di una qualsiasi connessione. La ragione di questo è la seguente: in generale, non è necessario che il mero essere differenti implichi una diversità priva di relazione o connessione, invece è necessariamente così, quando [i due] sono intrinsecamente differenti. Perciò, gli istanti precedenti e successivi di un tale "io" non sono differenti, perché vi sarebbero molti errori, come l'incontrarsi con azioni che non sono state create, oppure le azioni che sono state create andrebbero disperse e così via.

[29A] Così, dovremmo pensare, "l'io che è stato concepito in quel modo [come idoneo a stabilire se stesso sin dall'inizio] da quella mente, non è stabilito essere un tutt'uno con i cinque aggregati".

Inoltre, se quell'"io" che è stato concepito in quel modo fosse stabilito essere un tutt'uno con i cinque aggregati, tutte le sue parti diverrebbero un tutt'uno con tutto, a causa di essere un'unità veramente esistente. In quel caso, ci sarebbero molti errori, come l'"io" o il "sé" non sarebbe l'appropriatore dei cinque aggregati e i cinque aggregati non sarebbero ciò che stato fatto proprio dall'io o dal "sé". Perciò, pensa: "Quell'io che è stato concepito in tale modo non è stabilito essere un tutt'uno con i cinque aggregati".

**Il quarto punto essenziale è accertare che è libero dall'essere veramente [esistente].** Si potrebbe pensare: "Sebbene l'"io" che è stato appreso in quel modo non sia stabilito come un'unicità [intrinseca] con i cinque aggregati, esso è stabilito come [intrinsecamente] differente dai cinque aggregati".

Dopo avere rimosso individualmente i cinque aggregati – l'aggregato della forma e così via – dovremmo essere in grado di identificarli separatamente, come: "questo è l'aggregato della coscienza". Analogamente, dopo avere separato individualmente l'aggregato della forma e così via – dovremmo essere in grado di identificare quell'"io" come [intrinsecamente] differente, come: "Questo è l'"io" che è stato appreso in quel modo". Tuttavia, non è [possibile identificarlo] in quel modo.

Perciò, si dovrebbe pensare, "Quell'"io" che è stato appreso in quel modo, non è stabilito come [intrinsecamente] differente dai cinque aggregati".

Avendo dipeso dall'analisi dei quattro punti essenziali in quel modo, noi accertiamo che l'"io" così come viene percepito dal concetto erroneo innato dell'io, non esiste. Allora, si dovrebbe sostenere in modo univoco il continuum di quella coscienza accertante, libera dal torpore e dall'eccitazione.

---

<sup>2</sup> L'io della vita precedente, l'io di questa vita e l'io delle vita futura.

Inoltre, se quella coscienza accertante si indebolisce leggermente, i principianti dipendendo dall'analisi dei quattro punti essenziali come sopra evidenziati, dovrebbero indurre l'accertamento della mancanza di vera esistenza.

Quelli di intelligenza più elevata dipendendo dall'analisi [29B] sul modo in cui l'“Io” è stabilito o meno, così come appare al concetto erroneo innato dell'Io, dovrebbero indurre la coscienza accertante della mancanza di vera esistenza simile [a quella che viene indotta] avendo svolto l'analisi dei quattro punti essenziali.

In quel momento<sup>3</sup>, l'accertamento possiede due caratteristiche distinguenti: (a) vi è una salda coscienza accertante che apprende la mancanza di esistenza intrinseca dell'Io, e (b) rispetto al fattore di apparenza [dell'accertamento] vi è la vacuità immacolata [un chiaro vacuo] che è la mera negazione [dell'Io] veramente esistente – l'oggetto di negazione. Mantenere questi [due attributi] in modo univoco, è il modo di sostenere l'equilibrio meditativo simile allo spazio.

Durante l'ottenimento susseguente, si dovrebbe meditare su tutti i fenomeni – il sé [l'Io] e così via – come se fossero il gioco [della vacuità], come le illusioni di un mago. Cioè, dopo aver dipeso da una forte coscienza che accerta la mancanza di esistenza intrinseca, indotta nel corso dell'equilibrio meditativo, durante l'ottenimento susseguente, si dovrebbe imparare a comprendere che qualunque cosa appaia [o qualunque riflesso appaia come intrinsecamente esistente], così come lo è un gioco, come lo è l'illusione di un mago, esso è falso, essendo vuoto di vera esistenza.

2B3B-2B1B2 Il modo di meditare [la visione profonda] avendo accertato la mancanza del sé dei fenomeni

2B3B-2B1B-2A Il modo di meditare [la visione profonda] avendo accertato la mancanza di esistenza intrinseca dei fenomeni composti

2B3B-2B1B-2A1 Forma [materia]

Se prendiamo come illustrazione il corpo, esso ci appare innegabilmente esistere come un tutt'uno [come un intero intrinseco], un corpo stabilito come idoneo a determinare se stesso, e non come meramente imputato dal pensiero su quel corpo che è un mero insieme di cinque ramificazioni – una massa di carne e ossa. Questo è il modo in cui appare l'oggetto della negazione.

Se un tale corpo esistesse su questo corpo che è un mero insieme di cinque ramificazioni<sup>4</sup>, una massa di carne ed ossa, esso dovrebbe essere stabilito o come un tutt'uno [intrinseco] o come [intrinsecamente] differente da questo corpo che è un mero insieme di cinque membra – una massa di carne ed ossa.

[30A] Questo corpo che è un mero insieme di cinque membra [arti] – una massa di carne ed ossa – proviene dallo sperma e dal sangue del padre e della madre. Quindi, se il corpo [veramente esistente] fosse stabilito essere un tutt'uno [con il corpo che è un mero insieme di cinque membra], persino quella goccia di sangue e di seme che è diventata la base per l'entrata della coscienza diventerebbe un corpo che è un mero insieme di cinque membra – una massa di carne ed ossa. Oppure, così come vi sono cinque membra, anche il corpo dovrebbe avere cinque corpi che sono l'insieme delle cinque membra. Se fossero stabiliti come [intrinsecamente] differenti, noi dovremmo poter indicare: “Quel corpo è questo”, anche dopo avere rimosso ogni singolo arto – la testa e così via. Tuttavia, non è così. Perciò, dopo avere indotto la coscienza accertante che pensa “Un tale corpo è completamente non esistente”, noi dovremmo sostenerla.

2B3B-2B1B-2A2 Coscienza

Prendiamo come illustrazione la coscienza di oggi. Se la coscienza di oggi esistesse come stabilita dal suo proprio lato, senza essere meramente designata dal pensiero sulle due, la coscienza di oggi del mattino e la coscienza di oggi della sera, allora, essa dovrebbe essere stabilita o come un tutt'uno o come differente dalla coscienza di oggi del mattino e dalla coscienza di oggi della sera.

Se fosse stabilita essere un tutt'uno con essa, allora la coscienza dell'ultima parte di oggi dovrebbe esistere sulla coscienza della prima parte di oggi. Se fossero stabilite essere differenti, noi dovremmo poterla indicare dicendo “Quella coscienza di oggi è questa”, anche dopo avere escluso sia la coscienza della prima parte di oggi, sia la coscienza dell'ultima parte di oggi. Invece non è così. Dopo avere indotto la coscienza accertante che pensa “Una tale coscienza non esiste del tutto”, noi dovremmo meditare come prima.

---

<sup>3</sup> Durante l'accertamento della mancanza di vera esistenza.

<sup>4</sup> La testa, le due braccia e le due gambe.

### 2B3B-2B1B-2A3 Fattori di composizione non associati

Prendiamo l'illustrazione del tempo, come un anno. Se un anno esistesse come stabilito dalla sua propria parte senza essere meramente imputato dal pensiero sui dodici mesi – la base di designazione dell'anno – esso dovrebbe essere stabilito o come un tutt'uno o come differente dai dodici mesi.

Se fosse stabilito come un tutt'uno, [30B] proprio come ci sono dodici mesi dovrebbero esserci anche dodici anni. Se fosse stabilito come differente, noi dovremmo poterlo indicare dicendo "Quell'anno è questo", anche dopo avere eliminato ognuno dei dodici mesi. Invece non è così. Perciò, dopo avere indotto la coscienza accertante che pensa "Un tale anno è completamente non esistente", noi dovremmo sostenerla come prima.

### 2B3B-2B1B-2B Il modo di meditare [la visione profonda] avendo accertato la mancanza di esistenza intrinseca dei fenomeni non-composti

Se prendiamo come illustrazione lo spazio, esso ha molte parti – le direzioni cardinali e le direzioni intermedie. Perciò, dopo avere analizzato per stabilire [se lo spazio] è un tutt'uno o differente dalle sue direzioni e dopo avere indotto la coscienza che accerta la sua mancanza di vera esistenza, noi dovremmo meditare come prima.

In breve, c'è [lo yoga] dell'equilibrio meditativo simile allo spazio che sostiene in modo univoco l'accertamento che apprende la mancanza di esistenza dal suo proprio lato, senza essere meramente designato dal pensiero, di neppure un singolo atomo di qualsiasi fenomeno dell'esistenza ciclica e del nirvana. Il sé, gli aggregati, il Monte Meru, la barriera, la casa, [le altre] abitazioni e così via. E c'è l'ottenimento susseguente, [lo yoga] dell'illusione che riconosce tutti gli oggetti e le loro apparenze nell'ottenimento susseguente come naturalmente falsi, privi di esistenza veritiera, in quanto sorgono dipendendo dal riunirsi di cause e condizioni.

La definizione di visione profonda è: l'equilibrio meditativo che è sostenuto dalla beatitudine della flessibilità fisica e mentale che è stata indotta tramite la forza di avere svolto un'analisi, dopo avere dipeso eccellentemente su quei due [yoga].

### 2B3B-2B1C Pratiche conclusive

Sono simili alle precedenti. [Meditando il guru-divinità seduto sulla sommità del tuo capo, rivolgili delle richieste, recita dei mantra e dedica le radici di virtù derivate da ciò (da tale pratica precedente) con l'intensa aspirazione che te stesso e gli altri otteniate gli obiettivi desiderati temporali e quello finale]

### 2B3B-2B2 Attività durante gli intervalli fra le sessioni

E' simile alle precedenti. [Tra le sessioni] guarda [leggi] le scritture e i commenti che presentano la visione profonda e così via [vale a dire, contieni le porte dei sensi con consapevolezza e introspezione; mangia con moderazione; impegnati nello yoga senza dormire; fai quello che va fatto al momento di andare a dormire; applicati nello yoga del lavarsi e del mangiare].

Dopo avere addestrato il continuum mentale tramite il sentiero generale [comune] in questo modo, si deve entrare definitivamente nel veicolo vajra. Dipendendo da questo sentiero si completeranno facilmente le due accumulazioni, [31A] senza doversi relazionare a tre incalcolabili eoni.

Inoltre, il metodo migliore per utilizzare l'essenza di questa base [dotata] di libertà è ricevere istruzioni esperienziali su [tutti gli argomenti degli stadi del sentiero, dal] modo di affidarsi al maestro spirituale fino alla calma dimorante e alla visione profonda, e quindi praticarli ogni giorno in quattro sessioni o come minimo in una sessione, causando il sorgere dell'esperienza trasformazionale della mente rispetto a tutti gli stadi del sentiero.