

Den ypperlige vei
til allvitenhet

Jigme Lingpa



Den ypperlige vei til allvitenhet¹

*Den forberedende praksis til
Longchenpas «Innerste essens av
den store fullendthet –
dzogchen»*

*Skrevet av
kunnskapsholderen
Jigme Lingpa*

*Samlet av
den første Dodrubchen Rinpoche, Jigme Trinlā Wöser*

*Oversatt til engelsk av
Tulku Thondup*

*Oversatt til norsk av
Aksel Sogstad*

Hyllest

*Du som tidløst har oppnådd buddha-tilstanden,
men som aldri har sluttet å fremtre som en
perfekt form for den som er mottagelig,
som viser forskjellige illusoriske
manifestasjoner,
men allikevel er fri for det begjærende sinn og
dets objekter,
kroppssinnets bestanddeler, sensoriske sfærer
og fundament,
som trer fram i menneskelig form,
men i virkeligheten er en buddha,
som sender ut tusener av lysstråler av visdom
og medfølelse.
Jeg er avhengig av deg for solid tilflukt.
Ikke bare for dette liv, men for alltid.
Skjenk meg dine velsignelser.*

1. Bønn som påkaller sinnstrømmen til den nådige Lama

O Lama! O Lama! O Lama!

Fra den blomstrende lotus av hengivenhet innerst i mitt hjerte.

Enestående beskytter og nådige Lama, tre fram!

Beskytt meg mot ulykke og plagene av ondartet arv fra handlinger og sinnsgifter.

Stå fram som utsmykningen av *lykksalighetens store hjul* på toppen av mitt hode,
og la meg oppnå perfekt erindring og oppmerksomhet.

Nå som jeg har oppnådd frihet fra de åtte former for trelldom:

Fra helvete, og verdenene til sultne ånder og dyr,
fra verdenene til guder med langt liv, fra barbarer og villfarne filosofer,

fra å være en tåpe, og fra å være et sted hvor ingen *buddha* finnes.

Født som et velutstyrt menneske i et sivilisert land egnet for dharmas,

uten å ha gjenopptatt ekstreme og gale handlinger,
og med tillit til buddhistisk lære.

Dette utgjør de fem personlige gaver.

Når en *buddha* har stått fram og forklart dharmas sannhet,

når læren overlever og blir fulgt,

og når en har blitt akseptert av en åndelig venn.

Dette er de kringliggende fem gaver.

Men alle disse gaver, selv om jeg eier dem fullstendig,
kan ved usikre omstendigheter mistes i dette liv,

og forårsake nok en fødsel inn i denne forgjengelige verden.

O Guru Rinpoché, vend mitt sinn mot dharma, Longchenpa og Jigme Lingpa, opphøyde og allvitende, la meg ikke gå meg bort på feilaktige og mindreverdige veier.

O Lama, du som er ett med dem, hør meg!

Hvis denne muligheten til å praktisere dharma ikke tas alvorlig, vil dette grunnlaget for frigjøring ikke oppnås i fremtiden.

Når fortjenesten som forårsaket denne lykkelige eksistens har blitt brukt opp, vil jeg etter døden vandre som et mindreverdig vesen i de lavere verdener.

Ute av stand til å skjelne edelt fra uedelt vil jeg ikke høre dharmas stemme.

Jeg vil heller ikke møte en ærbar åndelig venn – i sannhet en stor katastrofe.

Å tenke på de talløse variasjoner av sansende vesener er å innse det nesten umulige i å oppnå en menneskelig kropp.

Å se menneskeheten gjøre verdslige og ureligiøse handlinger, er å innse at de som handler åndelig er sjeldne som stjerner om dagen.

O Guru Rinpoché, vend mitt sinn mot dharma, allvitende Longchenpa og opphøyde Jigme Lingpa, la meg ikke gå meg bort på feilaktige og mindreverdige veier.

O Lama, du som er ett med dem, hør meg!

Selv om jeg har ankommet denne juveløya, denne menneskelige form,
kan ikke et utarmet sinn i en slik gunstig kropp danne grunnlag for frigjøring.
Å være fanget av skadelig påvirkning eller påvirket av de fem sinnsgifter,
å bli slått av lynet av verdslig *karma*, å bli distraheret av latskap,
å være slave for andre, å praktisere dharma som et forsvar mot frykt eller med tilgjorthet,
eller å være dum eller liknende,
er de åtte ufrie tilstander forårsaket av forgjengelige hendelser.
Når jeg besøkes av disse fullstendige motsetninger til dharma,
O Guru Rinpoché, vend mitt sinn mot dharma,
allvitende Longchenpa og opphøyde Jigme Lingpa, la meg ikke gå meg bort på feilaktige og mindreverdige veier.
O Lama, du som er ett med dem,
hør meg!

Å mangle anger og juvelen av tillit,
å være fanget i snaren av grådighet og begjær, å oppføre seg primitivt,
å unnlate å avstå fra dumme og verdslige handlinger, eller å tjene til livets opphold på uærlige måter,
samt å undergrave og rive løfter i stykker:
Dette er de åtte ufrie tilstander som er forårsaket av mental forvirring.
O Guru Rinpoché, vend mitt sinn mot dharma,
allvitende Longchenpa og opphøyde Jigme Lingpa, la meg ikke gå meg bort på feilaktige og mindreverdige veier.
O Lama, du som er ett med dem,
hør meg!

Her jeg er nå er jeg ikke plaget av lidelse eller sykdom.
Jeg eies ikke av andre som en slave.

Hvis jeg forkaster dette heldige menneskelige liv ved
lediggang, nå mens jeg har denne muligheten til
uavhengighet,

vil jeg ikke bare miste mitt følge, min rikdom og mine
relasjoner,

men også denne kroppen som jeg satte så høyt
vil bli fjernet fra sengen og brakt til et øde sted
for å bli spist av rever, gribber og hunder.

Når det skjer vil jeg oppleve forferdelig frykt i *bardo*-
tilstanden.

O Guru Rinpoché, vend mitt sinn mot dharma,
allvitende Longchenpa og opphøyde Jigme Lingpa, la meg
ikke gå meg bort på feilaktige og mindreverdige veier.

O Lama, du som er ett med dem,
hør meg!

Resultatet av uedle og edle *karmiske* handlinger vil følge
meg.

Spesielt hvis jeg blir født i helvete,
på en mark av brennende jern vil min kropp og mitt hode
kuttet med redskaper,

deles med sager og knuses av brennende hammere.

Mens jeg roper om hjelp vil jeg kveles i et brennende
jernhus uten dører.

Spiddet av brennende spyd og kokt i smeltet jern
vil jeg brenne i ekstremt hete flammer.

De åtte hete helveter.

Omgitt av snødekte fjell og isende kaldt vann.

På et sted av forferdelig elendighet og frykt vil jeg feies bort
av snøstormer,

piskes av iskalde vinder, og min hud vil få blemmer og åpne
sår.

Jeg vil jamre uten stans,
og i følelsene av uutholdelig lidelse,
som en syk og døende mann viss styrke er brukt opp,
vil jeg gispe etter pusten, låse kjevene, og huden vil revne i
store sprekker med kjøttfulle sår.
De åtte kalde helveter.

På samme måte skal jeg oppleve å bli kuttet opp på en eng
av barberblad,
skåret i biter i en skog av sverd,
og fanget i avskyelig gjørme, lidende i et uoverkommelig
bad av het aske.
Underhelvetene og helvetene av forandring.

Fanget i dører, søyler, ovner, rep og liknende.
Alltid brukt og utnyttet
De utsprede helveter.

Når årsaken til disse 18 helveter,
sterke aggressive tanker, oppstår,
O Guru Rinpoché, vend mitt sinn mot dharma,
allvitende Longchenpa og opphøyde Jigme Lingpa, la meg
ikke gå meg bort på feilaktige og mindreverdige veier.
O Lama, du som er ett med dem,
hør meg!

I et fattig og ugjestfritt land,
hvor ordene rikdom, mat og drikke aldri har blitt hørt,
og ikke har funnets på måneder og år.
De sultne åndene er meget svake
og er for slitne til å reise seg.
De tre typer av sultne ånder oppstår på grunn av gjerrighet.

Med stor frykt for døden ved at de spiser hverandre,
utmattet av å tjene, uvitende om gode og dårlige handlinger

og plaget av endeløse lidelser ved å ferdes i uvitenhetens mørke.

O Guru Rinpoché, vend mitt sinn mot dharma.
allvitende Longchenpa og opphøyde Jigme Lingpa, la meg ikke gå meg bort på feilaktige og mindreverdige veier.

O Lama, du som er ett med dem,
hør meg!

Jeg har startet på dharmas vei, men begrenser ikke mine gale handlinger.

Jeg har åpnet døren til *mahayana*, men har ikke tanker for å hjelpe andre.

Jeg har mottatt de fire innvielser, men praktiserer ikke oppbyggende og formløs fase.

O Lama, beskytt meg fra denne villfarne vei.

Selv om anskuelsen ikke er realisert, oppfører jeg meg som gal.

Selv om meditasjonen er ustabil, klamrer jeg meg til folkesnakk.

Selv om min oppførsel er uriktig, ignorerer jeg mine feil.

O Lama, beskytt meg fra likegladhet overfor dharma.

Selv om døden kommer i morgen lengter jeg etter hus, klær og rikdom.

Selv om ungdommen for lengst har passert, viser jeg ingen forsakelse eller avsmak.

Selv om lite dharma har blitt studert, skryter jeg av min kunnskap.

O Lama, beskytt meg fra denne uvitenhet.

Selv om de leder meg inn i skadelige omstendigheter, lengter jeg etter underholdning og pilgrimsferder.

Selv om jeg oppholder meg i *retreat* er det vanlige sinnet fortsatt like stivt som tre.

Jeg snakker om disiplin men utsletter ikke hat og begjær.
O Lama, beskytt meg fra disse åtte uedle *dharmaer*.
La meg raskt våkne fra denne tunge søvn,
ta meg raskt ut av dette mørke fengsel.

2. Tilflukt

I de tre sjeldne og enestående juveler,
de gått til lyksalighet til de tre røtter²,
naturen til de fysiske kanaler, energi³ og essens,
i *mandalaen* av essensen⁴, naturen⁵ og medfølelsen til det
oppvåkne sinn,
søker jeg tilflukt til jeg når oppvåkning.
[repeteer tre ganger]

3. Å aktivisere det oppvåkne sinn

Villedet av de mangfoldige fenomen, som månens
speilbilde i vannet,
vandrer levende vesener fra liv til liv i en syklisk kjede.
For at de skal finne sinnsro i den indre oppmerksomhetens
strålende åpenhet,
vil jeg aktivisere det oppvåkne sinn, mediterende på de
fire grenseløse tanker⁶.
[repeteer tre ganger]

4. Vajrasattvameditasjon og resitasjon

(i) *Visualisering*

AH!

I min vanlige form, over mitt hode,
er en hvit lotus med et månesete i kronen.
Fra et *HUNG* på dette setet oppstår Lamaen som
Vajrasattva.

Hvit og gjennomsiktig, med en perfekt kropp av fullstendig
glede,
holder han en *vajra* og en bjelle og omfavner sin partner.

(ii) *Bønn*

Jeg ber om din beskyttelse, rens mine feil.
Jeg tilstår og erkjenner med intens anger.
Jeg skal avstå om det så koster meg livet.

(iii) *Renselse*

På en fullmåne i ditt hjerte
er stavelsen *HUNG* omkranset av mantraen.
Ved å si fram mantraer,
flyter nektarskyer av *bodhichitta*
fra enhetspunktet i guddommenes lykksalige lek
som dalende kamferstøv.

(iv) *Anmodning*

Jeg bønnfaller deg om å fullstendig rens
meg selv og alle vesener i de tre sfærer,
vår karma og motstridende følelser, årsaken til lidelse,
så vel som sykdom, ånder, negative handlinger, mentale
formørkelser og brutte løfter.

(v) Mantraresitasjon

OM VAJRA SATTVA
SAMAYA,
MANU PALAYA,
VAJRA SATTVA TVENO
PATISHTHTA,
DRIDHO ME BHAVA,
SUTUSHYO ME BHAVA,
SUPOSHYO ME BHAVA,
ANURAKTO ME BHAVA,
SARVA SIDDHIMME
PRAYACHCHA,
SARVA KARMA SUCHA ME,
CHITTAM SHRIYAMH KURU
HUNG!
HA HA HA HA HOH!
BHAGAVAN,
SARVA TATHAGATHA
VAJRA MA ME MUNCHA,
VAJRI BHAVA
MAHASAMAYA SATTVA,
A

[Om Vajrasattva,
hold ditt løfte,
Vajrasattva,
ta bopel i meg,
gjør meg fast,
gjør meg tilfreds,
tilfredsstill meg,
gjør meg medfølende,
tildel meg alle evner,
og gjør mitt sinn
edelt i alle handlinger
HUNG!
HA HA HA HA HO!
Alle velsignede buddhaer,
ikke forlat meg,
gjør meg hel,
store løfteinnfrende vesen
A]

[21 eller 108 ganger]

*(vi) Påkallelse og oppløsning av
visualiseringen*

O *beskytter*, ved min mangel på kunnskap og uvitenhet
har jeg brutt og svekket de hellige løfter.
O Lama, *beskytter*, gi meg tilflukt.
Herre, Vajradhara, holder av diamantseperet.
Din natur er stor medfølelse.
Herre over vesener, i deg søker jeg tilflukt.

Jeg innrømmer og erkjenner alle fysiske, verbale og mentale overskridelser av rot- og linjeforpliktelser. Vær snill å rens bort alle resultater av gale handlinger, negative følelser, feil og løftebrudd.

Ved disse ord, sier Vajrasattva med et glad og smilende uttrykk: «O heldige barn, alle dine feil, formørkelser og overskridelser er rensset».

Og mens han sier det forvandles han til strålende lys som opptas i meg.

Slik blir jeg selv Vajrasattva, synlig men allikevel tom, som et speilbilde.

Ved å visualisere hjertestavelen *HUNG* omkranset av fire stavelser⁷

sendes det ut lysstråler som perfektjonerer alle vesener i sfærene av de tre verdener som opplyste vesener, Vajrasattva, de fem *buddha*-familiene, *mandalaer* og følge.

OM VAJRASATTVA HUNG

[Resiter så mye som mulig, forbli så i meditativ likevekt]

5. Mandalaoffring

OM AH HUNG!

i. Mandala av nirmanakaya

Jeg ofrer i helhet en milliard universer som inneholder de tre tusen verdener,

fylt med rikdom, varer, mennesker og de syv kostbare juveler,

sammen med min kropp og mine eiendeler

slik at jeg kan oppnå en tilstand som dharma-hersker over universet.

ii. Mandala av sambhogakaya

Ved å ofre Akanishtas lykksalige rene og utsmykkede sfære,
med de fem *buddha*-familiene med de fem vissheter⁸,
og svære offerskyer med sanseobjekter,
må jeg oppleve buddhamarken til den perfekte
gledeskroppen – *sambhogakaya*.

iii. Mandala av dharmakaya

Ved å ofre de fullstendig rene sansefremtoninger, den
perfekte kropp av udødelighetens vase, evig
ungdom,
utsmykket med fri medfølelse, og spillet til virkeligheten
selv,
sammen med den fullstendige rene forståelsen av
perfekt form og energi,
må jeg gledes i *buddha*-marken av den perfekte
sannhetskropp – *dharmakaya*.

6. Yogitiggerens oppsamling av fortjeneste

Pe!

Ved å kaste ut forherligelsen av kroppen tilintetgjøres
gudenes demon.

Sinnet farer ut i den rene åpenhet gjennom fontanellen,
ødelegger dødsdemonen og blir til Rudrani, *yoginien*,
som fører den kurvede *vajra*-kniven i høyre hånd og
slakter demonen av motstridende følelser.

Jeg tilintetgjør demonen av kroppens ansamling ved å
kutte av min skalle.

Min venstre hånd river hodet av
og setter det på en grue av tre menneskehoder som
symboliserer de tre perfekte kroppar.

I den er min kropp som fyller tretusen univers.

AH- og *HUNG*-stavelserne smelter kroppen til nektar. Ved kraften av de tre stavelser (*OM*, *AH* og *HUNG* oppløses i offeret) blir den rensset, forbedret og transformert.

OM AH HUNG!

[Resiter mange ganger]

Ønskene til ofringens høyere gjester er oppfylt. Oppsamlingene blir perfekte og de ordinære⁹ og suverene¹⁰ *siddhier* oppnådd.

Samsaras lavere gjester er tilfredsstillt og all skyld betalt. Spesielt er de skadelige og hindrende ånder tilfredsstillt. Sykdom, onde ånder og hindringer uskadeliggjøres til tomt rom.

Skadelige omstendigheter og klamring til selvet sprenges til atomer.

Til slutt oppløses offeret, ofrerer, og objektet som det ofres til inn i uforanderlig *dzogchen* – *AH!*

7. Forening med den åndelige mester (*guruyoga*)

i. Visualisering

E MA HO!

Min oppfattelse oppstår spontant som de jomfruelig rene sfærer.

I sentrum av det perfekte plasserte vidunderlige kobberfargede fjell.

Står min egen kropp som *Vajra Yogini*, rød og gjennomsiktig, med ett ansikt og to armer, i hendene en kurvet *vajra*-kniv og en skallekopp med blod.

Jeg står i en dansende positur og mine tre øyne stirrer ut i rommet.

På mitt hode, på en utfoldet lotusblomst med et
hundretusen kronblader, på en sol og en måneskive,
sitter den perfekte emanasjonskroppen
til Padmasambhava, Saroruha Vajra,
sammenstillingen av alle tilfluktsobjekter og uatskillelig
fra min rot-Lama.

Han har et ungdommelig utseende med et ansikt som er
hvitt med et rødlig skjær.

Han er iført en kappe, en munkedrakt og en
brokadecape.

Han har ett ansikt og to armer, og sitter i den lekne
posituren til en konge.

Med høyre hånd holder han et *vajra*-septer, og med
venstre en skallekopp som inneholder
udødelighetens vase.

Han bærer lotushatten på sitt hode.

I sin venstre armkrok er den guddommelige gemalen av
lykksalighet og tomhet

symbolisert av den hellige *khatvanga*-tridenten.

Han sitter blant lysende regnbuer, lysstråler og
skimrende kjerner av lys.

I den ytre omkrets, i en utsøkt konstellasjon av femfarget
lys,

sitter de 25 emanerte disipler,

de åndelig lærde, realiserte vismenn,

kunnskapsholdere, himmelske meditasjonsguddommer,

dakinier og *dharma*-beskyttere, alle samlet som
svulmende skyer.

De oppleves i tilstanden av den store likevekt av
stråleglans og tomhet.

ii. Invitasjon

HUNGI!

På nordvestgrensen av Uddiyana,

født i hjertet av en lotusblomst,
utstyrt med de suverene egenskaper¹¹,
viden kjent som den lotusfødte Padmasambhava.
Omkranset av et stort følge dakinier.
Jeg praktiserer ved å følge ditt eksempel.
Jeg ber deg å tre fram og velsigne meg med din
inspirasjon.

GURU PADMA SIDDHI HUNG

iii. De syv aspektene ved hengiven praksis

(A) HYLLEST OG PROSTRASJON

Ved å projisere min kropp over universets atomer
prostrerer jeg til din hyllest.

(B) OFRING

Ofringer satt fram og ofringer mentalt emanert i kraft av
meditasjon –
jeg presenterer fenomenal eksistens til deg i form av en
ofring.

(C) TILSTÅELSE

Alle mine usunne handlinger utført gjennom mine tre
dører, deklarerer jeg åpent fra tilstanden av
dharmakayaens strålende klarhet.

(D) FRYD

Jeg frydes i den fullstendige ansamlingen av fortjeneste
som er inneholdt i de to virkeligheter.

*(E) ANMODNING OM UNDERVISNING AV
DHARMA*

Jeg ber deg om å sette hjulene til dharmaen av de tre
vogner¹² i bevegelse.

(F) *BØNNFALLE DE REALISERTE VESENER OM
Å FORBLI I LIVE*

Forlat oss ikke før all syklisk eksistens er tømt.
Gå ikke inn i tilstanden hinsides sorg.

(G) *DEDIKASJON*

All fortjeneste som er samler opp gjennom de tre tider
dedikerer jeg til formålet av storslagen oppvåkning,
tilstanden av opprinnelig fullbyrdelse.

iv. Påkallelse

O ærverdige mester, Guru Rinpoché.
Du er samlingen av den medfølende
inspirasjonen til alle opplyste vesener.
Til deg som er alle veseners beskytter
ofrer jeg uten reservasjoner
kropp, eiendeler, sinn, hjerte og sjel.
Fra nå av og fram til min fullstendige oppvåkning,
gjennom all glede og smerte,
gode og dårlige tider, motgang og medgang
vil jeg stole på deg, ærverdige mester, Padmasambhava.
Det finnes ingen andre å stole på.
I disse degenererte tider synker sjelevandrende vesener
i en sump av uopphørlig elendighet.
O store *guru*, beskytt oss fra dette.
Du velsignede, skjenk de fire innvielser¹³.
Du medfølende, utvikl vår forståelse.
Du mektige, rens våre dualistiske formørkelser.

Når mitt liv er i ferd med å renne ut
må fremtoninger oppfattes som sfæren til det praktfulle
fjellet, Camara Shriparvata,
hvor min kropp må forvandles til Vajrayogini,

gjennomskinnelig og briljant strålende,
I denne rene sfære til emanasjonen av total integrasjon,
må jeg oppnå buddhatilstanden uatskillelig
fra den ærverdige mester Padmasambhava.
Fra fremvisningen til den store opprinnelige
oppmerksomheten
som er manifestasjonen av lykksalighet og tomhet,
inspirer meg, edle Guru Rinpoché,
til å bli den høyeste åndelige mester som veileder
alle sansende vesener i de tre verdener.
Jeg ber fra dypet av mitt hjerte,
ikke bare ytrer disse ord,
om at du velsigner meg med inspirasjon fra ditt sinns
store åpenhet
slik at alle disse forhåpninger vil gå i oppfyllelse.

v. Resitasjon av mantraen

*OM AH HUNG VAJRA GURU PADMA SIDDHI HUNG*¹⁴
[108 ganger eller mer]

8. Bønner til linjens lamaer

E MA HO!

I det rene landet fritt for partiskhet og begrensninger:
den opprinnelige *dharmakaya* Buddha Samantabhadra;
sambhogakaya Vajrasattva som framtrer som månens
speilbilde i vannet;
Prahevajra som fremtrer som *nirmanakaya*;
jeg ber dere om å skjenke oss velsignelser og innvielser.

Skattholder av den ultimative lære, Shrisinha,
universale konge av de ni *yanaer*, Manjushrimitra,
Jnanasutra og store lærer Vimalamitra,
til dere jeg ber, vis oss veien til frigjøring.

Ytterligere bønner til linjens lamaer

Lærd og *siddha*, Kunzang Zhänphänpäl,
lotusholder Gyalwa'i Nyugu,
selve Manjushri, store *khenpo* med navn Padma,
til dere jeg ber, vis meg naturens selvidentitet.
Og særlig, fra den dype og skinnende *nyingthig*,
det store fartøy, Dongag Lingpa,
kostbare rot-Lama uten like,
til dere jeg ber,
gjør oss umiddelbart i stand til å oppnå det todelte
formål.

Aspirerende bønner

(A) ASPIRASJONEN FOR DETTE LIV

Fra frigjøringen som leder til den definitive intensjonen
om å transcendere verdslig eksistens,
må jeg stole på min *vajra*-Lama som jeg stoler på mine
øyne
og å ta hva han enn instruerer meg til å gjøre til hjertet.
Med intens og iherdig fasthet, uten noen gang å gi opp,
må inspirasjonen fra ditt dype sinns visjon bli overført til
meg.

Siden alle fenomen, *samsara* og *nirvana*, fra selve
begynnelsen er den rene sfære til Akanishta,
er de følgelig perfekt renset og modnet til guddommer,
mantraer og *dharmakaya*.
Den store fullendthet, *dzogchen*, er fri for anstrengelser
av oppgivelse og opptagelse.
Dybden av iboende oppmerksomhet er hinsides mentale
forestillinger og kjent opplevelse.
Må jeg klart oppfatte virkeligheten som en direkte
realitet.

Fra kjernen av regnbueutstrålingen, fullstendig fri fra
pregede tanker,
må jeg utvikle den visjonære opplevelsen av rene former
og lyspunkter,
og perfeksjonere spillet av iboende oppmerksomhet til
den rene sfære av *sambhogakaya*.
Må jeg bli fullstendig oppvåknet i den store
transcendens, oppløsningen av fenomen,
og oppnå høyborgen av den ungdommelige
vasekroppen.

(B) ASPIRASJON FOR MELLOMTILSTANDEN
(BARDO)

Hvis jeg feiler i å oppleve den store *yoga*,
og min grove kropp ikke frigjøres i regnbuekroppens
subtile åpenheten, når så livsfunksjonene kollapser,
må dødens klarlysvisjon oppstå som den opprinnelige
rene og perfekte sannhetskropp,
og må synene i mellomtilstanden bli frigjort i den perfekte
kroppen av fullstendig glede.
Når ferdigheten på stien av fullstendig klarhet og spontan
tilstedeværelse har blitt perfeksjonert,
må jeg oppnå frigjøring som et barn som krabber opp i
sitt mors fang.

(C) ASPIRASJONEN FOR FREMTIDIGE FØDSLER

Hvis jeg ikke ble satt fri i den opprinnelige tilstand hvor
en oppfatter *dharmakayaens* ansikt,
som ikke skal søkes etter annet enn i det store
esoteriske lysskinn, toppunktet av den ypperste
vogn,
må jeg oppleve fullstendig oppvåkning, uten meditasjon,
og gjennom den ypperlige vei av fem praksiser
oppnå de fem rene sfærer av naturlig *nirmanakaya*,
spesielt det strålende lotuspalasset,

hvor den ypperste leder av de havliknende
kunnskapsholdere,
den strålende Orgyen Rinpoché¹⁵,
holder gledesfeiringer av den hellige esoteriske lære.
Må jeg, ved å bli født som hans beste åndelige disippel,
bli åndelig oppløftet
og oppfylle behovene til de uendelig gjenfødende
vesener.

*(D) BØNNEN FOR Å OPPNÅ DISSE
ASPIRASJONER*

Med inspirasjonen fra de havliknende kunnskapsholdere
og makten i sannheten om virkelighetens åpenhet,
dharmadhatu som ikke kan beskrives med tanker,
må jeg, med fritiden og mulighetene i dette
menneskelige liv,
virkeliggjøre den gjensidige sammenhengen i den
tredelede prosessen av perfektjon, modning og
renselse,
og oppnå tilstanden av fullstendig oppvåkning.

9. Mottagelse av de fire innvielser

i. Vaseinnvielsen

Fra Guru Rinpoché's panne sender et hvitt *OM*,
skimrende som et krystall, ut lysstråler,
som går inn i toppen av mitt hode,
og renser kroppens forurensede handlinger og hindringer
i kanalsystemet,
bibringer velsignelsen av *vajra*-kroppen,
så jeg oppnår vaseinnvielsen
og blir et passende redskap for visualiseringsprosessen.
Frøet til en enda-ikke-modnet kunnskapsholder er sådd,
og mitt sinn har blitt utstyrt med evnen til å oppnå
tilstanden til emanasjonskroppen, *nirmanakaya*.

ii. Den hemmelige innvielse

Fra halsen til Guru Rinpoché sender bokstaven *AH*,
skinnende som en lotusrubin, ut lysstråler som går
inn i min hals,
rensere verbale handlinger og hindringer for energien,
bibringer velsignelse av *vajra*-talen,
så at jeg mottar den hemmelige innvielse,
og blir mottakelig for mystisk resitasjon.
Frøet for modningen av en kunnskapsholder av
udødelighet er sådd,
og mitt sinn har blitt utstyrt med evnen til å oppnå
tilstanden til den perfekte gledeskroppen,
sambhogakaya.

iii. Den opprinnelige visdomsinnvielsen

Fra hjertet til Guru Rinpoché sender bokstaven *HUNG*,
med himmelens farge, sender ut lysstråler som går
inn i mitt hjerte,
rensere mentale handlinger og hindringer for essensen –
thigle,
bibringer velsignelse av *vajra*-sinnet,
så at jeg mottar den opprinnelige visdomsinnvielsen,
og blir et passende redskap for varmepraksisen av
lykksalighet og tomhet.
Frøet til en kunnskapsholder av *mudra* er sådd,
og mitt sinn har blitt utstyrt med evnen til å oppnå
tilstanden til den perfekte sannhetskroppen,
dharmakaya.

iv. Den verbale indikasjoninnsinnvielsen

Igjen fra *HUNG*-stavelsen i Guru Rinpochés hjerte farer
et annet *HUNG* ut som en meteor,
som blandes uatskillelig med mitt sinn,

og renser handlinger av det universelle grunnlag¹⁶ og
instinktive formørkelser¹⁷,
bibringer velsignelse av den *vajra*-opprinnelige visdom
slik at jeg oppnår den endelige innvielsen indikert med
ord,
og blir et passende redskap for den rene og opprinnelige
store fullendthet – *dzogchen*..

Frøet til en kunnskapsholder av spontan oppnåelse er
sådd,
og mitt sinn har blitt utstyrt med evnen til endelig
oppnåelse, den perfekte kroppen av universal
essens, *svabhavakaya*.

[Fullfør mottagelsen av innvielsen ved å integrere
meditasjon med denne resitasjonen]

v. Oppløsning av visualiseringen

Til slutt stråler det fra hjertet til Lamaen varmt rødt lys, og
bare ved at det berører mitt eget hjerte som
Vajrayogini,
blir jeg en kule av rødt lys som stiger opp og oppløses i
hjertet til Guru Rinpoché,
blandes uatskillelig, mediterende som «en smak».

[Guru Rinpoché oppløses deretter som en regnbue.
Forbli i denne essensielle likevekt fri for konsepter,
tanker og uttrykk]

vi. Bønner til Lamaen

O strålende rot-Lama, du kostbare,
innta lotussetet i mitt hjerte,
se på meg og ha omsorg for meg ut av din store
vennlighet,

og tildel meg virkeliggjøringen av din kropp, tale og sinn.

Med hensyn til min strålende rot-Lamas aktiviteter,
må jeg aldri, ikke selv for et øyeblikk, utvikle feil syn,
og ved å se alle hans handlinger som gode,
må mitt sinn fylles av min Lamas inspirerende
velsignelse.

Gjennom påfølgende liv, må jeg ved å gledes av den
fantastiske dharma,
perfeksjonere kvalitetene av de åndelige trinn og veier,
og raskt oppnå tilstanden til Vajradhara.

10. Dedikasjon

Ved denne dyd, må alle vesener
fullføre oppsamlingen av fortjeneste og visdom,
og oppnå de to perfekte kropp¹⁸
som oppstår fra dette.

Hvilke fortjeneste vesener enn har samlet,
og ved hvilke edle handlinger de enn har gjort,
vil gjøre og likeledes gjør,
må alle vesener, slik som Samantabhadra,
ved hjelp av alle metoder
oppnå alle nivåer fram til perfeksjon.

På samme måte som *boddhisattva* Manjushri oppnådde
visdom,
og Samantabhadra likeså,
trener jeg meg selv ved å følge dem,
og dedikerer alle disse edle handlinger for alles velferd.

Alle seirende av de tre tider som har gått hinsides
har høylovet dedikasjon av fortjeneste.
Derfor skal jeg også dedikere mine edle handlinger

til formålet av perfekt handling.

11. Spesielle ønskebønner

Gjennom alle liv, hvor jeg enn blir født,
måtte jeg oppnå de syv kvaliteter ved fødsel i en høyere
verden,
måtte jeg etter fødselen umiddelbart møte dharmen,
og få frihet til å praktisere.

Måtte jeg glede de ærverdige åndelige mestere
og praktisere dharmen dag og natt.
Ved å forstå dharmen, og oppnå dens innerste essens,
måtte jeg så krysse havet av verdslig eksistens i dette liv.

Måtte jeg få forklare den høyeste lære i denne verden,
og aldri bli kjedet eller lei av å utrette andres velferd.
Måtte alle vesener, ved min egen grenseløse, uselviske
tjeneste for andre,
oppnå *buddha*-tilstanden i fellesskap.

Noter

¹ Med allvitenskap menes at en ved å kjenne sin *buddha*-natur vil forstå alle fenomen som oppstår fra *buddha*-naturen i ens eget sinn. Det betyr ikke nødvendigvis at en kjenner til ting som en ikke har noen tilknytning til (for eksempel hva Hr. X gjør på den andre siden av kloden).

² Lama, *yidam* (meditasjonsguddom) og *khandro* (visdomssinn symbolisert som kvinnelig 'engel').

³ Den klare forståelsen av ethvert individs potensiale som manifesterer som lyder, lys og stråler.

⁴ Essensen til det oppvåkne sinn er tomhet (dvs. at ingenting har en egen uavhengig eksistens)

⁵ Naturen til det oppvåkne sinn er klarhet.

⁶ I. *Grenseløs likevekt* er en tilstand uten hat eller klamring til fiender og venner, II. *Grenseløs kjærlighet* kommer fra ønsket om at alle vesener, som vært vår mor i tidligere liv, må oppleve glede. III. *Grenseløs medfølelse* er å ønske at alle vesener skal slippe alle former for lidelse. IV. *Grenseløs glede* er å finne glede i andres lykke og glede.

⁷ Visualiser et hvitt *OM* foran, et gult *VAJRA* til høyre, et rødt *SA* bak, og et grønt *TVA* til venstre. I midten står et blått *HUNG* på en måne- og en solskive. Lys stråler ut og treffer alle opplyste vesener, kommer så tilbake som velsignelse, som i form av *siddhier*, smelter sammen med stavelsene. Lys går ut igjen og når det denne gangen treffer de opplyste vesener ytrer disse *mantraen*. Alle visualiserte objekter smelter sammen med oss, vi smelter sammen med stavelsene, de omliggende stavelsene smelter sammen med *HUNG* (i midten), som smelter inn i den øverste delen av stavelsen som også forsvinner og vi forblir i en tilstand av ikke-konseptuell meditasjon.

⁸ Dette er egenskaper til kroppen av perfekt henrykkelse: *Perfekt lærer, lære, følge, sted og tid*.

⁹ De fire vanlige *siddhier* er: I. *Fredelig*: Pasifisering og renselse av hindringer ved hjelp av fredelige aktiviteter. II. *Økende*: Liv, fortjeneste, intellekt osv. øker og forlenges med økende aktivitet. III. *Kraftfull*: Alle fenomener bringes under kontroll ved hjelp av kraftfull aktivitet. IV. *Vredful*: Alle onde krefter nedkjempes ut av medfølelse ved vredfulle metoder.

¹⁰ De *suverene siddhier* inneholder de fem buddha-familiene, de fem *buddha*-kroppene og de fem visdommene. De fem *buddha*-kroppene er *Tathagata*-familien av form, *Lotus*-familien av tale, *Vajra*-familien av visdom, *Juvel*-familien av kvaliteter og *Amoghasiddhi*-familien av aktivitet. De fem *buddha*-kroppene er *dharmakaya*, *sambhogakaya*, *nirmanakaya*, kroppen av «manifestert opplyshet» som er forskjellige ublandede opplevelsene av disse tre *kayaer* og «Essenskroppen» – *svabhavikakaya*, som er essensen av disse fire *kayaer*. De fem visdommer er visdommen av *dharmadhatu*, den speillike visdom, den utjevne visdom og den altutrettende visdom.

¹¹ De *suverene siddhier* over.

¹² *Hinayana*, *mahayana* og *vajrayana*.

¹³ I. *Vase-innvielsen* overfører meditasjonsguddommen fra *nirmanakaya-lamaen* (som gir innvielsen) til den som mottar den. II. *Den hemmelige innvielsen*, som gis av *sambhogakaya-lamaen*, renser mottageren for alle hindringer som har blitt oppsamlet siden tidens begynnelse. III. I *visdoms-innvielsen*, som gis av *sambhogakaya-lamaen*, visualiserer vi oss som visdomsguddommen og forener oss med *lamaens* visdomsledsager for å forene lyksalighet og tomhet. IV. *Ord-innvielsen* gis av *svabhavikakaya-lamaen* som peker ut for oss vår egen *buddha*-natur.

¹⁴ Denne mantraen har mange betydninger. En kort betydning er: «O Padma, beriket av *vajra*-kvaliteter og de tre hellig ting (visdomskropp, tale og sinn), skjenk velsignelsen av de vanlige og suverene kvaliteter».

Følgende er gitt av Thinley Norbu Rinpoche:

I. *OM* er rotstavelsen til alle *buddhaers* visdomskropp.

II. *AH* er rotstavelsen til alle *buddhaers* visdomstale.

III. *HUNG* er rotstavelsen til alle *buddhaers visdomssinn*.

IV. *VAJRA* (tib. *dorje*) betyr uforgjengelig. En *dosrje* har syv *dharm*-karakteristikker som er: at den ikke kan kuttes, er uforgjengelig, sann, fast, ubevegelig, fullstendig uforhindret, og fullstendig ubeseirbar.

V. *GURU* betyr *lama*. *La* betyr «livet selv», det som er verdifullt.

Ma betyr «mor», slik at stor retningsløs medfølelse oppstår spontant i *Chenrezig's sambhogakaya*-form.

VI. *PADMA* betyr lotus. På samme måte som lotusblomsten vokser opp fra sølen uten at sølen tilsmusser lotusen, forblir Padmasambhava (Guru Rinpoché) i *samsara* for å gagne sansende vesener uten å være påvirket av *samsaras* feil.

VI. *SIDDHI*. Se over.

VII. *SIDDHI HUNG* betyr «skjenk meg velsignelsen av de suverene og vanlige *siddhier*».

¹⁵ Guru Rinpoché

¹⁶ *Alaya*, som samler opp alle virkninger av edle og uedle handlinger som gir opphav til ens gjenfødelse i *samsara* og frigjøring til *nirvana*.

¹⁷ *Jneyavarana*, formørkelsene av avtrykkene av motstridende følelser, det siste sløret foran den allvitende kunnskap.

¹⁸ Kroppen av *dharmakaya* og *rupakaya*. Den siste, formkroppen, består av *sambhogakaya* og *nirmanakaya*.