



Znajomość jednego wyzwala wszystko *Patrul Rinpoche*

Dharmakaja pustości jest praktyką każdego autentycznego mistrza. To urzeczywistnienie Buddów trzech czasów, aorta wszystkich Jidamów, krew Dakiń, twierdza Strażników Dharmy, istota sutr i tantr oraz esencja mantr wiedzy i tajemnicy. Mahamudra, droga środka i dzogcien w jednym: ukazaniu nieodłącznej umysłowi dharmakaji. To znajomość jednego, wyzwalająca wszystko. Jedyny król, przy którym nie trzeba innych. Mahamudra rzeczywistości. Zrozumiana o poranku, czyni Buddą rano, a nocą – w nocy. Nosi wielkie, lecz adekwatne nazwy. Jest ni mniej, ni więcej pozwoleniem umysłowi, pustemu i nietkniętemu, na naturalne spoczęcie w czymkolwiek.

Kiedy umysł jest niespokojny i przeskakuje z jednej rzeczy na drugą, pozwól mu (oraz ciału i mowie) całkowicie się odprężyć. W tym stanie, nie poddając się rozproszeniu, uważnie obserwuj umysł zajęty myśleniem.

Kiedy umysł myśli niewiele, momentami niemal niezauważalnie, przytomny i otwarty, skup się na byciu ostrym i czujnym.

Kiedy umysł jest przytępiony, zaćmiony czy ospały, nie Ignij do doświadczeń błogości i jasności. Spoczywaj naturalnie, nie próbując niczego poprawiać.

Kiedy umysł jest wesoły albo smutny, spoczywaj bez rozproszenia w tym, co czuje wesołość bądź smutek.

Kiedy jesteś podekscytowany lub rozradowany, chwalony albo obsługiwany, nie ulegaj demonowi podniecenia, puszczając wodze emocji. Opuść głowę, postaw stopy na ziemi, odpręż ciało i umysł.

Kiedy jesteś chory albo obolały, jeśli ci co zrabowano lub skradziono, gdy cię łąją, obrażają i poniewierają, gdyś biedny albo głodny, nie zwieszaj głowy, nie pokrywaj się bladością i nie roń łez, tylko bądź szczęśliwy, uśmiechnięty i pogodny.

Przekład na język polski: Adam Kozieł