**Il grande sigillo (Tilopa)**

Il Grande Sigillo non può essere insegnato, ma tu, benedetto, intelligente Naropa, che affrontando le difficili prove sei paziente nella sofferenza grazie alla devozione verso il maestro, accogli nel cuore queste parole.

Lo spazio si appoggia forse su qualcosa? Similmente, il Grande Sigillo non ha nulla su cui appoggiarsi.  
Rimani rilassato nello stato naturale inalterato.  
Se si rilasciano i legami senza dubbio si è liberi.

Quando si osserva il centro dello spazio si cessa di vedere tutto il resto.  
Similmente, se si osserva la coscienza, le forme di pensiero si dissolvono e si consegue il sommo risveglio.

I banchi di nebbia si dissolvono nello spazio senza andare altrove né rimanere da qualche parte.  
Similmente, le forme di pensiero scaturiscono dalla coscienza, ma quando si ha la visione della propria coscienza l'onda delle immagini mentali si dissolve.

La vera natura dello spazio non ha né colore né forma e non è condizionata né dal bianco né dal nero.  
Similmente, l'essenza della propria coscienza non ha né colore né forma e non è condizionata né dalla virtù né dal vizio.

Il cuore del sole chiaro e limpido non può essere oscurato dal buio delle ere cosmiche.  
Similmente, la chiara luce che è l'essenza della propria coscienza non può essere oscurata dal ciclo delle ere cosmiche.

Si definisce "vuoto" lo spazio, ma lo spazio è indicibile.   
Similmente, la propria coscienza è detta "chiara luce", tuttavia in essa non c'è nulla che possa essere definito dicendo "è così".

Dunque, la vera natura della coscienza è sin dal principio come lo spazio, e non c'è nulla che non confluisca lì.

Smetti di fare qualunque movimento fisico e rimani tranquillo nello stato naturale.  
Non hai nulla da dire, i suoni sono vuoti come l'eco.  
Non hai nulla a cui pensare, contempla ciò che trascende la mente.

Il corpo umano come una canna di bambù, la coscienza al di là dei pensieri come il centro dello spazio: rilàsciati in questo stato senza perdere la consapevolezza né trattenere nulla in mente.

La coscienza senza punti di riferimento è il Grande Sigillo.  
Prendendo dimestichezza con questo stato si ottiene il Sommo Risveglio.

La visione del grande Sigillo, che è chiara luce, non può essere conseguita attenendosi alle esposizioni dogmatiche e alle scritture proprie sia del sistema exoterico: sutra (insegnamenti), vinaya (regole), abhidharma (filosofia), paramita (perfezioni) sia di quello esoterico: tantra.   
Infatti la visione della chiara luce è ostacolata dal dogmatismo.

L'osservanza dogmatica dei precetti equivale a non mantenere il vero impegno.  
Non avere fissazioni à libertà dal dogmatismo.  
Il pensiero è come l'onda che si alza e ritorna naturalmente.  
Se non si possiede la consapevolezza del valore autentico, al di là delle idee fisse e comportamenti rigidi, l'impegno spirituale è mantenuto come una lampada che elimina l'oscurità.

Quando si è liberi dal dogmatismo, perché non ci si fissa più su una conclusione, si consegue la visione del vero significato di tutti gli insegnamenti.  
Se si penetra questa verità ci si libera dalla gabbia del divenire. Se si contempla questa verità si brucia tutto ciò che oscura e causa sofferenza.  
Chi così realizza è detto "lampada dell'insegnamento".

Gli sciocchi che non stimano questa verità finiscono per lasciarsi trascinare dalla corrente del divenire. Poveri sciocchi che devono sopportare questa insopportabile sofferenza!  
Se essi desiderano porvi fine devono seguire una guida esperta e far discendere nel proprio cuore l'energia spirituale, così la loro coscienza sarà libera.

Oh, vivere condizionati dal divenire non ha senso e causa sofferenza. L'azione mondana è senza valore, perciò si consideri cos'ha valore e senso.

Il supremo modo di vedere è trascendere soggetto e oggetto.  
La suprema meditazione è non essere distratti.  
La suprema condotta è assenza di sforzo.  
La realizzazione della mèta è non avere né speranza né timore.

La vera natura della coscienza è chiarezza al di là delle immagini.  
La mèta della via degli esseri risvegliati è conseguita senza una via da percorrere.  
Il sommo risveglio è realizzato senza qualcosa da praticare.

Oh, considera bene l'esistenza mondana. Essa è transitoria, come un'illusione e un sogno non è qualcosa di reale. Perciò pentiti e lascia l'azione mondana.   
Taglia completamente i legami affettivi con il tuo seguito ed il tuo Paese. Medita da solo in un eremo di montagna o nella foresta.

Rimani nello stato in cui non c'è nulla da meditare.  
Quando otterrai ciò che non è da ottenere, allora otterrai il Grande Sigillo.

Dal tronco di un grande albero si sviluppano rami e foglie, però se lo si taglia di netto alla base tutti i rami seccano.  
In modo simile, quando si recide la mente alla base seccano le foglie e i rami del divenire.

L'oscurità accumulata durante le ere cosmiche è cancellata da una lampada.  
Similmente, l'unica chiara luce della propria coscienza dissipa gli oscuri ostacoli dell'ignoranza accumulati durante le ere cosmiche.

Oh, tramite l'intelletto non si ha visione di ciò che lo trascende; tramite l'azione non si comprende ciò che la trascende.

Se desideri attingere ciò che trascende l'intelletto e l'azione, recidi la tua mente alla base e lascia la consapevolezza nuda.  
Lascia che l'impura acqua dei pensieri si schiarisca.  
Lascia la realtà fenomenica così com'è, senza affermare né negare.

Quando non c'è più attaccamento né rifiuto, si comprende che l'esistenza è il Grande Sigillo.

La base di tutto non è nata, perciò è libera dal condizionamento delle tracce psicologiche.  
Rimani nell'essenza non nata, senza orgoglio e calcolo.  
Lascia che i fenomeni appaiano naturalmente e le immagini mentali si dissolvano.

Il supremo modo di vedere è la completa libertà dal dogmatismo.  
La suprema meditazione è la vasta profondità senza confini.  
La suprema condotta è la rottura dei limiti.  
La suprema mèta è lo stato naturale senza più aspettative.

La mente del principiante all'inizio è come una cascata, poi diventa come il fiume Gange che scorre tranquillo, infine è come il confluire dei fiumi nell'oceano, quando madre e figlio si incontrano.

Se si è dotati di capacità inferiori, non essendo in grado di rimanere nello stato naturale grazie alle istruzioni precedenti, occorre mantenere la pura consapevolezza attraverso il controllo della respirazione. Inoltre, tramite la fissazione dello sguardo si può concentrare la mente in vario modo, finché non si riesce a rimanere in uno stato di pura consapevolezza.

Se ci si affida al "sigillo dell'azione" si può sperimentare il sentire non duale del piacere e del vuoto: quando la sacra energia del metodo e dell'intuizione è armonizzata, va fatta scendere lentamente, poi deve essere trattenuta, tirata indietro, ricondotta alla fonte ed espansa in tutto il corpo.  
In questo momento, se non c'è più desiderio, sorge il sentire non duale del piacere e del vuoto.

Chi pratica in questo modo avrà vita lunga senza capelli bianchi e crescerà come la luna; avrà un aspetto luminoso e la forza del leone; otterrà velocemente i poteri ordinari e rimarrà assorbito nel sommo risveglio.

Questa istruzione personale sull'essenza del Grande Sigillo possa rimanere nel cuore degli esseri destinati a riceverla.

Da: <http://www.fiorediloto.org/mahamudra.htm>