

La lampada sul sentiero
verso l'illuminazione

di Atisha Dipamkarashrijnana

The Lamp for the Path to Enlightenment

by Atisha Dipamkarashrijnana

Istituto Lama Tzong Khapa
Pomaia (PI)

La lampada sul sentiero verso l'illuminazione

di Atisha Dipamkarashrijnana

Tradotto da Thubten Tsognyi

La traduzione inglese è stata estratta dal testo di Geshe Sonam Rinchen *La Lampada sul Sentiero verso l'Illuminazione di Atisha* (Snow Lion Publications, Ithaca, 1997). L'Istituto Lama Tzong Khapa ringrazia la Snow Lion Publications che ha gentilmente concesso di usare questo testo in occasione del commentario che Sua Santità il XIV Dalai Lama, Tenzin Ghatso, ci offrirà dal 30 novembre al 3 dicembre 2001 a Cecina Mare, ringrazia inoltre la Snow Lion Publications per aver acconsentito alla traduzione in italiano e alla stampa di questo testo per l'occasione.

The Lamp for the Path to Enlightenment
by Atisha Dipamkarashrijnana

Translated by Ruth Sonam

The English translation has been extracted from the text by Geshe Sonam Rinchen Atisha's Lamp for the Path to Enlightenment (Snow Lion Publications, Ithaca, 1997). Istituto Lama Tzong Khapa wishes to thank Snow Lion Publications for having kindly given permission to use this text on the occasion of the commentary by His Holiness the XIV Dalai Lama, Tenzin Gyatso, 30 November-3 December 2001, at Cecina Mare, Italy, and also thanks Snow Lion Publications for permission to translate this text into Italian for this occasion.

Snow Lion Publications
PO Box 6483
Ithaca, NY 14851
www.SnowLionPUB.com



Il titolo di questo testo è *Bodhipatapradipam* in sanscrito,
byang chub lam gyi sgron ma in tibetano,
[*La lampada sul sentiero verso l'illuminazione* in italiano].

Mi prostro al bodhisattva, il giovane Manjushri.

- 1• Rendo omaggio con grande rispetto
ai Conquistatori dei tre tempi,
ai loro insegnamenti e a coloro che aspirano alla virtù.
Esortato dal perfetto discepolo Cianciub Ö
illustrerò la lampada
sul sentiero verso l'illuminazione.
- 2• Comprendi che ci sono tre tipi di individui
poiché essi hanno capacità inferiore, media e superiore.
Scriverò distinguendo chiaramente
le loro caratteristiche individuali.
- 3• Sappi che coloro che ricercano per se stessi,
con qualunque mezzo, nient'altro
che i piaceri dell'esistenza ciclica,
sono individui di capacità inferiore.
- 4• Coloro i quali ricercano la pace solo per loro stessi,
avendo voltato le spalle ai piaceri mondani
e rinunciato a compiere azioni negative
sono detti individui di capacità media.
- 5• Coloro che, attraverso la loro personale sofferenza,
desiderano sinceramente far cessare
tutte le sofferenze degli altri,
sono persone di capacità suprema.

- 6- Per queste creature eccellenti,
che aspirano alla suprema illuminazione,
spiegherò i metodi perfetti
tramandati dai maestri spirituali.
- 7- Di fronte a un'immagine dipinta, scolpita e così via
di colui che ha raggiunto la completa illuminazione,
a uno stupa e all'insegnamento eccellente,
offri fiori, incenso e qualunque altro bene possiedi.
- 8- Con l'offerta in sette parti
dalla [*Preghiera della*] *Nobile Condotta*,
con il pensiero di non tornare indietro
finché non raggiungi l'illuminazione ultima,
- 9- e con una forte fede nei Tre Gioielli,
inchinati con un ginocchio a terra
e, con le mani giunte,
per prima cosa prendi rifugio tre volte.
- 10- Quindi, iniziando col generare un pensiero
d'amore per tutte le creature viventi,
considera gli esseri, senza nessuna esclusione,
tormentati dalle tre cattive rinascite,
tormentati dalla nascita, dalla morte e così via.
- 11- Allora, dal momento che desideri liberare questi esseri
dalla sofferenza del dolore,
dalla sofferenza e dalla causa della sofferenza,
fai sorgere immutabilmente
la determinazione di raggiungere l'illuminazione.
- 12- Le qualità per sviluppare
questo tipo di aspirazione
sono completamente illustrate da Maitreya
nel *Sutra della sequenza dei tronchi*.

- 13- Avendo appreso di tutti gli infiniti benefici che derivano dall'intenzione di raggiungere la completa illuminazione leggendo questo sutra o ascoltandolo da un maestro, falla sorgere ripetutamente per renderla stabile.
- 14- Citerò brevemente a questo punto i tre versi del *Sutra richiesto da Viradatta* nel quale i meriti suddetti sono pienamente illustrati.
- 15- Se i meriti di questa intenzione altruistica dovessero assumere una forma fisica riempirebbero completamente lo spazio e si espanderebbero oltre.
- 16- Se qualcuno offrisse ai protettori dell'universo gioielli in tal numero da riempire i campi puri dei buddha pari ai granelli di sabbia del Gange,
- 17- tale offerta sarebbe inferiore al dono di congiungere le mani e disporre la propria mente verso l'illuminazione, perché tali meriti sono senza limite.
- 18- Avendo generato la mente che aspira all'illuminazione, costantemente con grande sforzo occorre accrescerla. Per ricordarla in questa vita e anche nelle altre, mantieni propriamente i precetti come è spiegato.
- 19- Senza prendere il voto della mente dell'impegno, la perfetta aspirazione non potrà svilupparsi. Sforzati definitivamente di prenderlo, poiché vuoi accrescere il desiderio per l'illuminazione.
- 20- Coloro che mantengono qualunque dei sette tipi di voto per la liberazione individuale, non gli altri,

- possiedono i [requisiti] ideali
per prendere il voto del bodhisattva.
- 21· Il Tathagata ha spiegato i sette tipi
di voto della liberazione individuale.
Il più elevato fra questi è l a gloriosa pura condotta,
che è il voto proprio della persona completamente ordinata.
- 22· In accordo al rituale descritto
nel capitolo sulla disciplina nel testo *Gli stadi del bodhisattva*,
prendi il voto da un bravo e
ben qualificato, maestro spirituale.
- 23· Comprendi che un buon maestro spirituale
è esperto nella cerimonia di concedere il voto,
vive nel voto e possiede
la confidenza e la compassione per concederlo.
- 24· Comunque, se dopo aver cercato, non sei riuscito
a trovare un tale maestro spirituale,
spiegherò un'altra
procedura corretta per prendere il voto.
- 25· Descriverò qui chiaramente, secondo la spiegazione
del *Sutra dell'ornamento della terra pura di Manjushri*,
come, molto tempo fa, quando Manjushri si chiamava Ambaraja,
generò l'intenzione di raggiungere l'illuminazione.
- 26· “Di fronte ai Protettori, faccio sorgere l'intenzione
di ottenere la completa l'illuminazione.
Invito tutti gli esseri come miei ospiti
e li libererò dall'esistenza ciclica.
- 27· “Da ora in poi, sino al raggiungimento
dell'illuminazione
non darò spazio a pensieri che danneggiano,
rabbia, avarizia, invidia.

- 28- “Coltiverò una condotta pura,
rinuncerò alle azioni negative e al desiderio
e con gioia nel voto della disciplina
mi addestrerò nel seguire i buddha.
- 29- “Cercherò di non avere fretta nel voler
velocemente raggiungere l’illuminazione,
ma rimmarrò indietro sino alla fine
per il beneficio anche di un solo essere.
- 30- “Purificherò le inconcepibili
infinite terre
e sarò presente nelle dieci direzioni
per tutti coloro che invocheranno il mio nome.
- 31- “Purificherò tutte le mie azioni
compiute col corpo e con la parola.
Purificherò anche le mie attività mentali
e non farò niente che non sia virtuoso.”
- 32- Quando coloro che osservano il voto
della mente dell’impegno si saranno ben addestrati
nelle tre forme di disciplina,
il loro rispetto verso queste crescerà,
causando la purezza
del corpo, della parola e della mente.
- 33- Quindi attraverso lo sforzo compiuto dal bodhisattva
di mantenere il voto per la pura e piena illuminazione,
le raccolte per la completa illuminazione
saranno pienamente realizzate.
- 34- Tutti i buddha affermano che la causa per completare
le raccolte, la cui natura è
merito e saggezza suprema,
è lo sviluppo della chiaroveggenza.

- 35· Come un uccello che non ha sviluppato le ali non può volare nel cielo, coloro senza il potere della chiaroveggenza, non possono lavorare per il bene degli esseri viventi.
- 36· I meriti ottenuti in un solo giorno da colui che possiede la chiaroveggenza, non possono essere ottenuti neanche in cento vite da colui che ne è privo.
- 37· Coloro che vogliono completare velocemente le due raccolte per la piena illuminazione otterranno la chiaroveggenza per mezzo dello sforzo, non per mezzo della pigrizia.
- 38· Senza l'ottenimento della calma dimorante non si potrà ottenere la chiaroveggenza. Quindi, compi ripetuti sforzi per conseguire la calma dimorante.
- 39· Se le condizioni per la calma dimorante sono incomplete, la stabilizzazione meditativa non sarà completata, anche se si meditasse strenuamente per migliaia anni.
- 40· Così, mantenendo correttamente le condizioni menzionate nel *Capitolo della collezione per la stabilizzazione meditativa*, focalizza la mente su un qualsiasi oggetto virtuoso.
- 41· Quando il praticante ha realizzato la calma dimorante, otterrà anche la chiaroveggenza, ma senza la pratica della perfezione della saggezza le ostruzioni non avranno fine.
- 42· Perciò, per eliminare tutte le ostruzioni alla liberazione e all'onniscienza,

il praticante dovrebbe continuamente coltivare la perfezione della saggezza con mezzi abili.

- 43- La saggezza senza mezzi abili e anche i mezzi abili senza saggezza sono indicati come 'legami' perciò non abbandonare nessuno dei due.
- 44- Per eliminare qualsiasi dubbio su cosa sia la saggezza e cosa siano i mezzi abili, chiarirò la differenza tra mezzi abili e saggezza.
- 45- A parte la perfezione della saggezza, tutte le pratiche virtuose come la perfezione della generosità, sono descritte come mezzi abili dai vittoriosi.
- 46- Chiunque, per il potere della familiarità con i mezzi abili, coltivi la saggezza, otterrà velocemente l'illuminazione - non solo meditando sulla mancanza del sé.
- 47- Comprendere la vacuità dell'esistenza intrinseca attraverso la realizzazione che gli aggregati, i costituenti e le sorgenti non sono prodotti, è spiegata come saggezza.
- 48- Un fenomeno esistente non può essere prodotto, e nemmeno qualcosa di non esistente, come un fiore nel cielo. Questi errori sono entrambi assurdi e così nessuno dei due può accadere.
- 49- Una cosa non è prodotta da se stessa, non è prodotta da altro, non è prodotta da entrambi, né senza causa, perciò non esiste intrinsecamente, per sua propria entità.

- 50- Inoltre, quando tutti i fenomeni sono esaminati in funzione dell'essere uno o molti, essi non sono visti esistere per loro propria entità, perciò sono accertati come non intrinsecamente esistenti.
- 51- La logica esposta nelle *Settanta stanze sulla vacuità*, *Il trattato sulla via di mezzo* e così via, spiega che la natura di tutte le cose è stabilita come vacuità.
- 52- Poiché vi sono veramente molti passaggi, non li ho citati qui, ma ho solamente spiegato le loro conclusioni per lo scopo della meditazione.
- 53- Allora, qualunque meditazione sulla mancanza del sé, poiché non osserva una natura intrinseca nel fenomeno, è lo sviluppo della saggezza.
- 54- Proprio come la saggezza non vede una natura intrinseca nei fenomeni, dopo aver analizzato la saggezza stessa tramite ragionamento, medita non concettualmente su di essa.
- 55- La natura di questa esistenza mondana, che sorge dalla concettualizzazione, è concettualità. Quindi l'eliminazione della concettualità è il più alto stato del nirvana.
- 56- La grande ignoranza della concettualità ci fa precipitare nell'oceano dell'esistenza ciclica. Dimorando in una stabilizzazione non concettuale, la non concettualità simile allo spazio si manifesta chiaramente.
- 57- Quando i bodhisattva contempleranno non concettualmente questo eccellente insegnamento, trascenderanno

la concettualità, così difficile da superare,
e alla fine otterranno lo stato privo di concettualità.

- 58- Avendo compreso, attraverso le scritture
e i ragionamenti, che i fenomeni
non sono prodotti e non hanno un'esistenza a sé stante,
medita senza concettualità.
- 59- Avendo meditato così sulla talità,
alla fine, dopo aver ottenuto il "calore" e così via,
si raggiungerà il "molto gioioso" e gli altri
e, dopo breve tempo, lo stato illuminato della buddhità.
- 60- Se desideri creare facilmente
le raccolte per l'illuminazione
attraverso le attività di pacificazione,
incremento e così via, acquisite attraverso il potere del mantra,
61- e anche per la forza degli otto
e altri grandi ottenimenti come il "buon vaso",
se vuoi praticare il mantra segreto,
come è spiegato nel tantra dell'azione e del comportamento,
62- allora, per ricevere l'iniziazione del maestro,
devi compiacere un eccellente maestro spirituale,
attraverso servizi, regali preziosi e cose simili
così come l'obbedienza.
- 63- Grazie al completo conferimento dell'iniziazione del maestro,
da parte di un maestro spirituale che è compiaciuto,
sarai purificato da tutte le negatività
e diverrai idoneo per conseguire i potenti ottenimenti.
- 64- Coloro che osservano l'austera pratica di pura condotta
non devono prendere le iniziazioni segreta e della saggezza,
poiché nel *Grande tantra del buddha primordiale*
è proibito severamente.

- 65- Se coloro che osservano l'austera pratica di pura condotta ricevono queste iniziazioni, degenerano il loro voto di austerità facendo quello che è proibito.
- 66- Questo crea trasgressioni che sono una sconfitta per coloro che osservano la disciplina. Poiché essi sono certi di cadere in una cattiva rinascita, non otterranno mai delle realizzazioni.
- 67- Tuttavia, non vi è difetto se uno ha ricevuto l'iniziazione del maestro e conoscendo la talità, ascolta o spiega i tantra, compie i rituali dell'offerta bruciante, o fa offerte di doni e così via.
- 68- Io, l'Anziano Dipamkarashri, in accordo ai sutra e ad altri insegnamenti, ho scritto questa concisa spiegazione su richiesta del discepolo Cianciub Ö.

Si conclude così *La lampada sul sentiero verso l'illuminazione* dell'Aciaarya Dipamkarashrijnana. Fu tradotta, revisionata e portata a termine dallo stesso eminente abate indiano e dal grande revisore, traduttore e monaco pienamente ordinato Ghewe Lodrö. Questo insegnamento fu scritto nel tempio di Tholing in Zhang Zhung.