

Filippo Lunardo

La
TRASMISSIONE
ORALE
di
MAÑJUŚRĪ

*Mahāmudrā, Chod e Lama Chopa
nella tradizione dei Dalai Lama*

Un lignaggio di trasmissione segreto iniziato dal fondatore della scuola buddhista Gelug, Tsongkhapa, che ha raccolto le istruzioni ricevute dal bodhisattva della saggezza Mañjuśrī per sradicare l'attaccamento a un impossibile sé.

Ubalдини Editore - Roma

Introduzione

La parte principale di quest'opera si basa sulla traduzione di due testi, uno breve e uno medio-breve, appartenenti alla tradizione buddhista tibetana Gelug (dGe lugs), la tradizione dei Dalai Lama legata agli insegnamenti di Tsongkhapa Lozang Dragpa (Tsong kha pa Blo bzang Grags pa, 1357-1419). I testi trovano posto nel Vol. Pa dell'edizione bKra shis lhun po (Ye shes rGyal mtshan 2003) e nel Vol. 14 (NA) dell'edizione Tibet House Library di Nuova Delhi (Blo bzang rNam rgyal 1977) del *Sungbum* (gSung 'bum, La collezione delle opere) di uno dei più influenti autori gelugpa del XVIII secolo, lo *yongzin* Yeshe Gyeltshen (*yongs 'dzin* Ye shes rGyal mtshan, 1712-1793). Anche se entrambi i testi sono collocati nel *Sungbum* di Yeshe Gyeltshen, solo uno, il più breve, è opera di questo autore. Il secondo è in gran parte¹ scritto da uno dei maestri più influenti per la vita spirituale dello stesso Yeshe Gyeltshen, un maestro di nome *drubwang* Lozang Namgyel (*grub dbang* Blo bzang rNam rgyal, 1670-1741).

Il testo in otto fogli di Yeshe Gyeltshen ha per titolo *L'istruzione orale del Guru Mañjuśrī. Una chiara esposizione dei punti chiave della Mahāmudrā di Gaden* (dGa' ldan phyag rgya chen po'i man ngag gi gnad gsal bar ston pa 'jam dbyangs bla ma'i zhal lung). L'opera in venti fogli di Lozang Namgyel si intitola *La lampada che illumina la pratica, spiegando chiaramente il significato delle parole del testo sul Chod "La guida per coloro che cercano la libertà"* (gCod gzhung thar 'dod ded dpon ma'i tshig don gsal bar ston pa'i nyams len gsal ba'i sgron me).

Il primo testo tratta della tradizione contemplativa detta del 'Grande Sigillo', la Mahāmudrā, relativa in questo caso alle visioni fi-

¹ <www.tbrc.org/#!rid=W1022>.

losofiche e alle prassi di esperienza connesse con i sūtra mahāyāna, mentre il secondo si occupa del sistema tantrico del Chod, il sistema della ‘Recisione dei demoni’. Entrambi i testi si presentano quali commentari relativi a opere specifiche del primo Pañchen Lama Lozang Chokyi Gyeltshen (Pañ chen Blo bzang Chos kyi rGyal mtshan, 1567-1662): *Il sentiero principale dei conquistatori, il testo radice sulla Mahāmudrā della preziosa tradizione Geden-Kagyū (dGe ldan bka’ brgyud rin po che’i phyag chen rtsa ba rgyal ba gzhung lam)*, con il suo autocommentario *Un lume intensamente luminoso: un’estesa spiegazione del testo radice della Mahāmudrā nella tradizione della preziosa trasmissione orale di Geden (dGe ldan bka’ brgyud rin po che’i bka’ srol phyag rgya chen po’i rtsa rgyas par bshad pa yang gsal gron me)*, quindi il testo, relativo alla tradizione del Chod, dal titolo *La guida per coloro che cercano la libertà (gCod kyi gdams pa thar ’dod kyi ded dpon)*.

Nella tradizione tibetana Gelug, i concetti e le esperienze legate al sistema della Mahāmudrā sono particolarmente connessi ai vari significati che tale sistema richiama principalmente nella sfera tantrica, e in particolare nel contesto dei cosiddetti tantra supremi. Apparentemente, sia la Mahāmudrā legata ai sūtra sia il Chod sembrano avere un ruolo decisamente marginale e periferico nella vita spirituale di un praticante gelugpa. Anzi, in particolare, in alcuni casi il Chod è stato oggetto di critiche e proibizioni, in quanto considerato un elemento di distrazione dalla formazione monastica ideale, incentrata su studi e pratiche di valore considerato ben più elevato.²

Si dice che entrambe queste due particolari istruzioni facciano parte di un lignaggio di trasmissione particolarmente segreto iniziato dal fondatore stesso della tradizione Gelug, Tsongkhapa. Tale speciale lignaggio viene conosciuto come la ‘Trasmissione orale di Geden’³ (dGe ldan bka’ brgyud), come la ‘Trasmissione orale Ensa’ (dBen sa snyan brgyud), o come la ‘Trasmissione orale di Gaden’ (Ga ’ldan snyan brgyud).

² Zong Rinpoche 2006: 29-30, n. 11.

³ Geden, o, più comunemente, Gaden, è il primo monastero mai edificato dalla tradizione, sorto nel 1409. Per quanto riguarda i nomi di questi lignaggi gelugpa di trasmissione e dei loro membri, si vedano i capitoli 1 e 3.

La tradizione gelugpa afferma che entrambe le istruzioni proverrebbero direttamente dal bodhisattva della saggezza, Mañjuśrī, il quale le avrebbe trasmesse in prima persona a Tsongkhapa, e che entrambe si basino sulla letteratura detta ‘Perfezione della saggezza’, *Prajñāpāramitā*. La visione filosofica di queste istruzioni rimanda all’interpretazione di Tsongkhapa della scuola filosofica buddhista indiana Madhyamaka Prāsaṅgika, seguendo in particolare l’interpretazione di Candrakīrti (600-650 d.C.) del pensiero di Nāgārjuna (II d.C.). In ogni caso, anche se lo scopo finale è quello di portare il praticante a sperimentare direttamente la vacuità, ovvero l’assenza di esistenza intrinseca come condizione reale di tutti i fenomeni, ci sono differenze nell’orientamento metodologico e nella definizione dell’esperienza finale. Nel sistema del Chod, infatti, la visione diretta della vacuità è incentrata sull’esperienza dell’assenza di un impossibile sé di un individuo, erroneamente accreditato attraverso termini come ‘io’, ‘sé’ o ‘persona’. Nel sistema della Mahāmudrā legata ai sūtra, l’esperienza diretta della visione dell’assenza di esistenza intrinseca ha come oggetto finale non tanto l’individuo, o la persona, erroneamente accreditata attraverso termini quali ‘io’, ‘sé’ o ‘persona’ dotata di un sé intrinsecamente esistente, quanto, piuttosto, la natura stessa della mente.⁴

Come vedremo nell’introduzione al testo di Yeshe Gyeltshen, la discussione relativa alla condizione naturale della mente e ai metodi per sperimentare tale condizione ha generato un importante dibattito all’interno della tradizione Gelug. Tale dibattito si incentrò sulla vicinanza di questi argomenti, vicinanza considerata eccessiva o meno, all’esperienza del sistema della Mahāmudrā non tantrica della tradizione tibetana Kagyū (bKa’ brgyud, tradizione storicamente e politicamente rivale dei gelugpa), almeno per quanto riguarda i suoi primi esponenti, come Marpa (Mar pa Chos kyi blo gros, 1012?-1097), Milarepa (Mi la Ras pa, 1040-1123), Gampopa (sGam po pa bSod nams rin chen, 1079-1153) e così via. Fu la tradizione Kagyū a svi-

⁴ Nel sistema della Mahāmudrā legata ai sūtra, nella cosiddetta fase di insight profondo, tuttavia, la meditazione sul sé del meditante e la visione dell’assenza della sua natura intrinsecamente esistente e indipendente, rappresentano un aspetto necessario per risvegliare la reale condizione della natura della mente. Si veda il cap. 1.

luppare e diffondere in Tibet l'esperienza della Mahāmudrā non tantrico, dando vita a una duplice tradizione, una legata ai sūtra mahāyāna e una, più 'indipendente' dalla visione e dalla metodologia indicata sia dai sūtra sia dai tantra, definita come 'Mahāmudrā essenziale'. Secondo la tradizione Kagyu, il sistema della Mahāmudrā essenziale è basato sull'esperienza e sui canti e poemi mistici⁵ dei grandi *siddha* indiani, come Saraha e Maitrīpa, solo per citarne due. Metodologicamente, la tradizione Gelug preferisce utilizzare i distici e i canti spirituali dei *siddha* quale strumento per comprendere, in particolare, l'obiettivo finale della seconda fase degli stadi più elevati dei *tantra* definiti supremi, la fase, o stadio, 'del completamento' (*rdzogs rim*). Questo perché, dato il contenuto altamente profondo e basato sull'esperienza di tali canti, nonché il tipo di linguaggio da questi impiegato, il messaggio dei *siddha* sulla natura dei fenomeni e della mente potrebbe facilmente essere frainteso da chi non avesse ancora ben compreso la vacuità di esistenza intrinseca del sé e dei fenomeni stessi. Secondo la tradizione di Tsongkhapa, infatti, la Mahāmudrā legata ai sūtra, per lo più basata sulla visione filosofica Madhyamaka, è l'unica esperienza possibile, oltre a quella tantrica. In ogni caso, anche se apparentemente marginali ai fini della formazione spirituale di un praticante gelugpa, sia il sistema della Mahāmudrā legata ai sūtra sia il Chod, rappresentano comunque istruzioni vive e oggetto di trasmissione da parte di diversi maestri della tradizione. Come vedremo nelle introduzioni alle due traduzioni, i due sistemi fondati sull'esperienza sono stati trasmessi da esponenti della tradizione Gelug anche in Occidente, pur se mai con la diffusione, soprattutto per quanto riguarda il sistema del Chod, di altri insegnamenti e metodi afferenti alla tradizione. Sono infatti poche le pubblicazioni occidentali che trattano questi argomenti.

⁵ *Dohā, caryāgīti e vajragīti*. Cfr. Jackson 2004: 181; Brunnhölzl 2019.

*Alcune note biografiche su Yeshe Gyeltshen
e Lozang Namgyel¹*

Yeshe Gyeltshen fu uno dei più importanti studiosi, intellettuali e religiosi del XVIII secolo. Ha scritto testi e commentari tuttora considerati essenziali per la trasmissione e la comprensione di istruzioni di vario tipo all'interno della tradizione Gelug. Egli contribuì in modo significativo alla conservazione e alla trasmissione della Mahāmudrā legata ai sūtra e al Chod. In particolare, in relazione alla Mahāmudrā, compose testi di diversa lunghezza, ampliando, tra l'altro, l'elenco dei nomi legati alla preghiera del lignaggio, inizialmente stilata dal primo Pañchen Lama, e componendo biografie dei maestri legati a questa trasmissione (sscr. *paramparā*, tib. *bla ma brgyud pa*).² Egli stesso è considerato il numero sedici nella preghiera del lignaggio Mahāmudrā³ e il tredicesimo nella preghiera del lignaggio Chod.⁴ La biografia di Yeshe Gyeltshen fu scritta nel Palazzo del Potala nel 1794, dall'ottavo Dalai Lama, Jampel Gyatsho ('Jam dpal rGya mt-

¹ Willis 1995: 125-130; Smith 2001: 172-175; Zong Rinpoche 2006; Kachen Yeshe Gyaltzen 2014: 9-10; Jackson 2019: 257-278.

² Willis, 1995: xvi: *Byang chub lam gyi rim pa'i bla ma brgyud pa'i rnam par thar pa rgyal bstan mdzes pa'i rgyan mchog phul byung nor bu'i phreng ba*, *Le biografie degli eminenti guru nel lignaggio di trasmissione degli insegnamenti del Sentiero Graduato, chiamato Il Rosario Gioiello*. Questa è la descrizione dei guru che hanno trasmesso le istruzioni relative al famoso *Byang chub lam rim chen mo* di Tsong kha pa, *Il grande trattato sulle fasi del sentiero verso l'illuminazione*. Si tratta di un vero e proprio capolavoro di Ye shes rGyal mtshan, al quale dobbiamo l'organizzazione strutturata di preziose informazioni sulle vicende religiose e storiche di questi maestri.

³ Jackson, *op. cit.*: 644.

⁴ Zong Rinpoche, *op. cit.*: 86, 157, 177; Pabongkha 2009: 16.

sho, 1758-1804),⁵ di cui Yeshe Gyeltshen fu precettore (da cui il titolo *yongs 'dzin*) dal 1782 fino alla sua morte nel 1793.

Yeshe Gyeltshen rappresenta il paradigma di colui che, pur non avendo grandi mezzi e partendo da una condizione sociale ed economica molto svantaggiata, grazie alla sua applicazione alla vita religiosa e ai suoi studi raggiunse la fama di studioso dalla grande erudizione. Ottenne importanti incarichi istituzionali, come, appunto, quello di precettore dell'ottavo Dalai Lama. Nacque, come detto, nel 1713 a Tingkye (gTing skyes), nel Tibet occidentale. Suo padre era un figlio illegittimo di una famiglia aristocratica della provincia dello Tsang (gTsang), mentre sua madre era una comune ragazza di villaggio. La vita familiare fu sempre funestata dai violenti e frequenti litigi dei genitori. All'età di sette anni il giovane Yeshe Gyeltshen entrò nel monastero di Riku (Ri khud), dove, grazie alle cure della monaca Tshewang (Tshe dbang), imparò a leggere.

Nel 1722 entrò nel monastero di Tashilumpo (bKra shis lhun po), dove ricevette dal secondo Pañchen Lama Lozang Yeshe (Blo bzang Ye shes, 1663-1737) la prima ordinazione e il nome con cui sempre sarebbe stato conosciuto. A Tashilumpo i suoi maestri furono Phurbuchog Ngawang Jampa (Phur bu lcog Nga dbang Byams pa, 1682-1762), uno dei più influenti maestri gelugpa dell'epoca, e Jadral Drupe Wanchug Lozang Namgyel (Bya bral Drub pa'i dBang phyug Blo bzang rNam rgyal), fondatore del monastero di Kyrong Gaden Phugpoche (sKyid grong dGa' ldan Phug po che), autore del testo sul Chod qui presentato in traduzione.

Lozang Namgyel, maestro rinomato, si formò nel collegio tantrico di Gyuto (rGyud stod),⁶ dove poi insegnò per un certo periodo. Attratto da un ideale di vita ascetica, si dedicò a lunghi ritiri e pellegrinaggi, soprattutto nelle zone limitrofe al confine nepalese. Qui, nella zona del Kyrong, fondò il monastero di Gaden Phugpoche. Egli fu

⁵ Jam dpal rGya mtsho 1997.

⁶ Uno dei due rinomati collegi tantrici gelugpa, fondato da Gyuchen Kunga Dondrub (rGyud-chen Kun-dga' don-grub, 1419-1486). Questi fu discepolo di Sherab Senge (Shes rab Seng ge, 1383-1445), discepolo a sua volta di Tsongkhapa, che nel 1433 fondò l'altro collegio tantrico gelugpa, Gyume (rGyud smad).

una guida fondamentale per Yeshe Gyeltshen; fu infatti proprio Lozang Namgyel a introdurre il giovane discepolo allo studio della tradizione della Mahāmudrā di Gaden, supervisionandone i progressi. Per questo motivo, egli figura nella preghiera del lignaggio della Mahāmudrā precedendo proprio il nome di Yeshe Gyeltshen.⁷ Inoltre, in quanto praticante delle istruzioni del gCod, sempre afferenti alla tradizione di Gaden, egli trasmise al suo discepolo anche tali istruzioni. È considerato come dodicesimo maestro nella preghiera del lignaggio gelugpa del Chod (Zong Rinpoche 2006: 86, 157; Pa-bongkha 2009: 16).

Fu nel 1735 che, i maestri spirituali di Yeshe Gyeltshen a Tashilumpo, indicarono Lozang Namgyel quale riferimento per l'addestramento del giovane monaco alle esperienze meditative più complesse. Lozang Namgyel gli trasmise le istruzioni per la cosiddetta trasmissione orale di Gaden (*dGa' ldan snyan rgyud*).

Yeshe Gyeltshen si rivelò uno studioso molto dotato e, grazie alle sue capacità, ottenne il titolo di *kachen* (*dka 'chen*, 'grandi difficoltà'), titolo equivalente a quello di *geshe* (*dge bshes*), conseguito in relazione alla padronanza di quattro difficili campi di studio: Abhidharma, Vinaya, Prajñāpāramitā e Madhyamaka o Pramāṇa. Dopo l'ordinazione finale, Yeshe Gyeltshen iniziò un periodo di ritiro solitario. Grazie ai suoi progressi come studioso e meditante, la sua fama aumentò e gli permise di entrare in contatto con mecenati laici, alcuni dei quali provenienti dal Kyrong. Nel 1751 decise di intraprendere un viaggio al confine con il Nepal, dove lo stesso Lozang Namgyel, morto nel 1741, aveva insegnato. Nel 1756 fondò il monastero di Kyirong Samtenling (sKyid grong bSam gran gling) e, nel 1759, si occupò del restauro di Gaden Phugpoche.

A Kyirong Samtenling impartì insegnamenti a discepoli che sarebbero poi divenuti famosi maestri gelugpa del loro tempo, come Cangkyā Rolpe Dorje (lCang skya Rol pa'i rDo rje, 1717-1786), il terzo reincarnato del lignaggio mongolo Cangkyā (lCang skya Hu thog tu), famoso quale principale maestro dell'imperatore cinese

⁷ Jackson, *op. cit.*: 644.

Qing Qianlong (1711-1799) e suo principale consigliere per le questioni buddhiste.

Nel 1782, a causa della morte del terzo Pañchen Lama, Pelden Yeshe (dPal ldan Ye shes, 1738-1781) e della grave malattia del sessantesimo Gaden Thripa, (dGa' ldan Khri pa, Blo bzang bsTan pa), guida della scuola Gelug, l'ottavo Dalai Lama in persona richiese Yeshe Gyeltshen come suo precettore, il suo *yongzin* (*yongs 'dzin*). Per rendere ancora più confortevole il suo soggiorno nella capitale Lhasa, il Dalai Lama fece costruire per l'ormai anziano precettore un monastero chiamato Tshechog Samtenling (Tshe mchog bSam gtan gling). Yeshe Gyeltshen fu allora conosciuto anche come Tshechogling Yeshe Gyeltshen, dal nome del nuovo monastero di residenza.

Dopo la morte di Yeshe Gyeltshen, i Lama incarnati a guida del monastero, poi noti come i *rinpoche* di Tshechogling, divennero insieme ai *rinpoche* dei monasteri di Kundeling (Kun bde gling), Tennyeling (bsTan rgyas gling) e Tshomonling (mTsho smon gling),⁸ le figure eleggibili per il ruolo di reggente durante la minore età dei Dalai Lama.

Indice

<i>Introduzione</i>	pag.	7
<i>Alcune note biografiche su Yeshe Gyeltshen e Lozang Namgyel</i>	»	11
<i>Note tecniche</i>	»	15
<i>Abbreviazioni</i>	»	15
1. Breve introduzione all'esperienza gelugpa della Mahāmudrā	»	17
La natura della mente e la meditazione sulla Mahāmudrā nell'esperienza gelugpa	»	24
2. L'istruzione orale del guru Mañjuśrī. Una chiara esposizione dei punti chiave della Mahāmudrā di Gaden	»	36
Preliminari	»	36
Sessione effettiva	»	40
Calma dimorante	»	40
Visione profonda	»	43
Dedica	»	48
3. Lozang Namgyel, i gelugpa e il Chod. Una breve introduzione	»	49
Il Chod nella tradizione Gelug	»	50
4. La lampada che illumina la pratica, spiegando chiaramente il significato delle parole del testo sul Chod "La guida per coloro che cercano la libertà"	»	72
1. Il luogo in cui praticare	»	73
2. Il ricettacolo della pratica	»	77
3. Le istruzioni per la pratica	»	78
4. Il modo in cui emergono i segni del successo finale	»	101

⁸ Conosciuti anche come i quattro *Ling* (*glings*).

Appendice

Lama Chopa. Il risveglio attraverso la devozione al guru divino	pag. 109
La chiave che dischiude il tesoro della trasmissione orale, essenza dell'istruzione dello yoga del guru divino, con commento del traduttore	» 116
<i>Bibliografia</i>	» 185

FILIPPO LUNARDO

LA TRASMISSIONE ORALE
DI MAÑJUŚRĪ

*Mahāmudrā, Chod e Lama Chopa
nella tradizione dei Dalai Lama*

“All’inizio, considerando l’attaccamento al sé come un nemico, ne ho trafitto il cuore con la lama affilata della conoscenza delle scritture. Ora, nel grande specchio della mente libero da rappresentazioni, io osservo senza vedere quel sé”.

È qui presentata per la prima volta in lingua italiana la traduzione di due testi della tradizione buddhista tibetana Gelug, la scuola a cui appartiene il Dalai Lama. Il primo testo, opera di uno dei più influenti autori gelugpa del XVIII secolo, Yeshe Gyeltshen, si intitola *L’istruzione orale del Guru Mañjuśrī. Una chiara esposizione dei punti chiave della Mahāmudrā di Gaden*. Tratta infatti della tradizione contemplativa chiamata Mahāmudrā, il ‘Grande Sigillo’, collegata ai sūtra mahāyāna. Il secondo testo, di Lozang Namgyel, si intitola *La lampada che illumina la pratica, spiegando chiaramente il significato delle parole del testo sul Chod* “*La guida per coloro che cercano la libertà*” e si occupa del sistema tantrico del Chod, la ‘Recisione dei demoni’, costituendo una delle prime trattazioni disponibili in italiano sull’argomento.

Le istruzioni contenute in queste opere fanno parte di un lignaggio di trasmissione particolarmente segreto iniziato dal fondatore stesso della scuola Gelug, Tsongkhapa. Secondo la tradizione, gli erano state consegnate direttamente dal bodhisattva della saggezza, Mañjuśrī. Si basano sulla letteratura detta ‘Perfezione della saggezza’, *Prajñāpāramitā*, e il loro scopo finale è portare il praticante a sradicare l’attaccamento al sé e sperimentare direttamente la vacuità, l’assenza di esistenza intrinseca come condizione reale di tutti i fenomeni.

Nell’*Appendice* è contenuta un’ulteriore traduzione dal tibetano: riguarda il Lama Chopa, la letteratura tantrica appartenente alle pratiche contemplative del *guruyoga*, considerate dalle varie tradizioni buddhiste tibetane come indispensabili per il risveglio del praticante, se non addirittura superiori alle altre.

L’autore ha tradotto i testi dal tibetano, corredandoli di introduzioni e note. Del terzo testo, contenuto in appendice, ha redatto anche il commento.

* * *

FILIPPO LUNARDO è ricercatore presso il Dipartimento Istituto Italiano di Studi Orientali, Sapienza Università di Roma. È specializzato in Filosofia buddhista e in Storia dell’arte del Tibet. Studente di Geshe Sonam Changchub e Lama Lobsang Sanghye, maestri della tradizione Gelug, per volontà di questi è insegnante di Dharma da oltre vent’anni.