

Onze wereld als illusie

Onze wereld als illusie

Over de bron van bestaan
en
de natuur van de verschijnselen

Longchenpa

Vertaling, inleiding en annotatie: Sjon van der Tol

ISBN: 9789402172843

Copyright vertaling © 2018:
Sjon van der Tol en Uitgeverij Ka.Dag
kadag-pub@kpnmail.nl
www.uitgeverijkadag.nl

Alle rechten voorbehouden.
Niets van deze uitgave mag gereproduceerd worden zonder schriftelijke
toestemming van de uitgeverij.

Lay-out en zetwerk: Broos&Co, Driebergen
Druk: Brave New Books

De zienswijze is de zienswijze van niet-zienswijze
De beoefening is de beoefening door niet-beoefening
De weg is de weg van niet-gaan
De meditatie is de meditatie door niet-meditatie
Dit is de geest van niet-geest, dit is *wu shin*
De gedachte van niet-gedachte, *wu nien*
Het handelen van niet-handelen, *wu wei*
Het 'nu' vrij van willen
Dit is Tao

Wei Wu Wei

Inhoud

INLEIDING	IX
DE BRON VAN HET BESTAAN	
0. Proloog	2
1. Niet-bestaand	
1.1. Niet-bestaand: het tonen van de essentiële punten	4
1.2. Niet-bestaand: het onderscheiden van de gevolgen	12
1.3. Niet-bestaand: het allesomvattend zijn	16
1.4. Niet-bestaand: het komen tot een onweerlegbare ervaring	19
2. Open-heid	
2.1. Open-heid: het tonen van de essentiële punten	24
2.2. Open-heid: het onderscheiden van de gevolgen	28
2.3. Open-heid: het allesomvattend zijn	30
2.4. Open-heid: het komen tot een onweerlegbare ervaring	33
3. Spontane aanwezigheid	
3.1. Spontane aanwezigheid: het tonen van de essentiële punten	35
3.2. Spontane aanwezigheid: het onderscheiden van de gevolgen	40
3.3. Spontane aanwezigheid: het allesomvattend zijn	43
3.4. Spontane aanwezigheid: het komen tot een onweerlegbare ervaring	45
4. Volmaakt enkelvoud	
4.1. Volmaakt enkelvoud: het tonen van de essentiële punten	49
4.2. Volmaakt enkelvoud: het onderscheiden van de gevolgen	53
4.3. Volmaakt enkelvoud: het allesomvattend zijn	55
4.4. Volmaakt enkelvoud: het komen tot een onweerlegbare ervaring	56
5. Advies voor de ontvangers van dit onderricht	58
6. Epiloog	61

DE NATUUR VAN DE VERSCHIJNSELEN

1. De uiteindelijke natuur van samsara en nirwana is niet verschillend	64
2. De gehele wereld van verschijningen en bestaan, verschijnt als een zuivere wereld	71
3. Metaforen voor zuivere volmaakte aanwezigheid	77
4. De inherente natuur van zuivere volmaakte aanwezigheid	82
5. Voorbij het streven naar doelen	87
6. Alles wordt door zuivere volmaakte aanwezigheid omvat	93
7. Alles is tijdloos en spontane zelf-volmaaktheid	98
8. De niet-dualiteit van zuivere volmaakte aanwezigheid	102
9. De directe ervaring binnen de onmetelijke ruimte van zuivere volmaakte aanwezigheid	106
10. De verlichte zienswijze is één is met de innerlijke natuur van de verschijnselen	114
11. Manifeste verschijnselen zijn volmaakt	129
12. Alle verschijnselen zijn tijdloos vrij	135
13. Boeddhachap zonder inspanning en zonder bereiken	144
14. Epiloog	149
BRONTEKSTEN	151
GERAADPLEEGDE LITERATUUR	153

Inleiding

Tibet, 14^e eeuw.

Terwijl in de kloosters van Lhasa monniken verwickeld zijn in verhitte debatten en diepzinnige studies, nuttigt op de hellingen van de witte bergpiek van Khangs, ongeveer 30 km ten zuidwesten van Lhasa, een kluizenaar zijn eenvoudige maal. Zijn kluis ligt in een lommerrijk bos en wordt omgeven door bladeren, bloemen, vruchten en grassen. Om zijn kluis staat een omheining van bamboe, die begroeid is met klimplanten. Er is een bron met zuiver water. In het koele huis van bamboe is hij gelukkig, want hij heeft de sereniteit van een vredige geest in concentratie bereikt. Hij leeft van zuiver water en het voedsel van een kluizenaar. Overpeinzend de betekenis van de nectar van mondelinge overdracht van de leraren, heeft hij afstand gedaan van zijn lichaam en bezittingen en wijdt hij zijn leven aan de beoefening van ati-yoga.¹

Zijn naam is Longchenpa, mysticus, dichter, schrijver en leraar. Longchenpa was een van de laatste grote meesters in de ati-dzogchen traditie en hij is de auteur van de twee, in dit boek vertaalde, essays.

Wat is ati-yoga voor een traditie?

1. Deze beschrijving is gebaseerd op Longchenpa eigen woorden in *Een gids, (bij de tekst) De Ultieme Bron*. Zie *De Ultieme Bron*; blz. 271. Ati-yoga wordt ook wel ati-dzogchen, oorspronkelijke dzogchen of radicale dzogchen genoemd. De termen ati-yoga en ati-dzogchen worden in dit boek door elkaar gebruikt en verwijzen naar de vroegste dzogchen traditie.

Gyurmed Tshewang Chogtrub, een Tibetaans schrijver uit de 18^e eeuw, legt uit wat ati-yoga betekent: *“In de natuur van vanuit zichzelf verschijnende oorspronkelijke wijsheid, welke vrij is van extreme (zienswijzen) van partijdigheid en van richtingen, worden alle andere boeddhistische voertuigen perfect gerealiseerd en worden door ati-yoga omvat. Ati betekent de diepste essentie (van het bestaan) en is het ultieme en superieure hoogtepunt (van alle boeddhistische beoefeningen). Yoga betekent spirituele beoefening of gewenning. Dus het is de ultieme beoefening, die alle andere beoefeningen overtreft.”*²

Mipham Rinpoché (1846-1912), een nyingma geleerde en een van de drie belangrijkste leerlingen van de beroemde Patrul Rinpoché, omschrijft de gedachtewereld van ati-yoga als volgt: *“In ati-yoga ontdekt men dat alle verschijnselen die bestaan tijdloos aanwezig zijn in de enkelvoudige natuur van de unieke allesomvattende ruimte van de uiteindelijke realiteit, de uiteindelijke realiteit die vanuit zichzelf verschijnende oorspronkelijke wijsheid is. Hoewel verschijnselen aan het bewustzijn verschijnen, bestaat de inherente natuur van deze verschijnselen nergens. Daarom zijn deze verschijnselen misleidend. De eigen geest verblijft tijdloos in de natuur van de drie boeddha-lichamen: De leegte is dharmakaya, het lichaam van alwetend bewustzijn, de heldere natuur van de geest is sambhogakaya, het lichaam van perfecte vreugde en de manifestatie van allesdoordringende altruïstische energie is nirmanakaya, het lichaam van emanaties.”*³ *In de ondeelbare staat, de staat van vereniging met oorspronkelijke*

2. *The Practice of Dzogchen*, blz. 41. Met voertuig wordt een boeddhistische stroming of filosofie bedoeld. Traditioneel worden het boeddhisme ingedeeld in drie stromingen: het hinayana, het mahayana en et vajrayana. Met alle onderverdelingen komen we op negen voertuigen uit.

3. Dharmakaya, sambhogakaya, nirmanakaya. Voor een uitgebreidere uitleg over hoe deze die kaya's binnen het boeddhisme en binnen ati-yoga worden geïnterpreteerd, zie *De Ultieme Bron*, blz. xxvii e.v.

zuiverheid en zelf-volmaaktheid, ziet men direct in, dat alle verschijnselen binnen samsara en nirwana in de spontaan gerealiseerde grote mandala gelijk zijn en zonder onderscheidingen."⁴

Ati-dzogchen laat zich in drie zinnen samenvatten:

- De verlichte geest is in ieder moment van ervaring aanwezig en is tijdloos.
- Eenvoudigweg verblijven in zuivere volmaakte aanwezigheid, is de realisatie ervan.
- Niet-handelen is de weg.

De verlichte geest is onze boeddhanatuur. Aan de basis van het mahayana boeddhisme ligt het idee dat de boeddha-natuur in iedereen aanwezig is. Dat wil zeggen dat iedereen de mogelijkheid heeft en de potentie bezit om een boeddha te worden. Daarom is onze geest nooit gescheiden geweest van de verlichting.

Onze verlichte geest is tijdloos (*ye nas*) of voorbij de tijd. *Ye nas* wordt meestal vertaald met oer- of oorspronkelijk. In de tekst wordt bijvoorbeeld gesproken over oorspronkelijke zuiverheid als een eigenschap van je eigen geest. Alleen oorspronkelijk doet vermoeden dat dit nu niet meer zo is. Bijvoorbeeld kun je zeggen: Dit was oorspronkelijk een kaal terrein, maar nu staan er gebouwen. Maar dat is wat hier niet bedoeld wordt met oorspronkelijk. Hier wil 'oorspronkelijk' zeggen dat de geest altijd al zuiver geweest is, nog zuiver is en altijd zuiver zal blijven. Het is onafhankelijk van

4. *The Practice of Dzogchen*, blz. 42. De grote mandala is de mandala van ati-dzogchen. Ze is groot omdat ze alle in andere boeddhistische stromingen gebruikte gevisualiseerde mandala's omvat of overstijgt. Samsara is het cyclische bestaan van geboorte en wedergeboorte, waar onder andere wij in leven. De woorden tijdloos, zelf-volmaakt, oorspronkelijke zuiverheid worden verderop uitgelegd.

de tijd. Daarom is *ye nas* hier vertaald met tijdloos. Deze zuiverheid is niet onderhevig aan de tijd, de tijd heeft er geen vat op.

Volgens ati-dzogchen is de verdeling in verleden, heden en toekomst slechts een constructie van het bewustzijn en bestaat dus niet echt. In ati-yoga wordt tijd dan ook als een illusie gezien. Longchenpa zegt zelf: “*Er zijn vier tijden in het niet-gecreëerde tijdloze: verleden, heden, toekomst en tijdloos. Ze zijn een zuivere absolute gelijkheid.*”⁵

In de tekst *Het onfeilbare overwinningsvaandel* staat: “*Verleden, heden en toekomst zijn één en kunnen niet onderscheiden worden. Er is geen verleden en geen toekomst, alles bestaat tijdloos in het nu.*”⁶

Onze notie van tijd is uitsluitend een idee dat door ons bewustzijn is gecreëerd, om onze wereld enige structuur en vorm te geven. Waarom hebben we een verleden nodig? Is het verleden een kapstok waar we ons zelfbeeld, of ego aan op kunnen hangen? Wie wij zijn, is dat niet gebouwd op een gecreëerd zelfbeeld, een beeld dat we vormen aan de hand van onze herinneringen?

Het zou kunnen zijn dat wij in de evolutie van ons denken op een gegeven moment een zelfbeeld nodig hadden. Toen ons bewustzijn nog niet verder was ontwikkeld dan dat van een eencellig wezen, ging het nog wel, want de wereld om ons heen was nog overzichtelijk en simpel. Maar wij evolueerden verder en de wereld om ons heen werd complexer en vooral vijandiger. Voordat je het wist werd je opgegeten. Hier is het idee van een ‘zelf’ en een ‘ander’ uitermate nuttig. Zo konden we onder andere gevaren onderscheiden en ook beoordelen wat goed en fout is.

Ons zelfbeeld werd opgebouwd uit ervaringen in het verleden, emoties, frustraties, momenten van geluk, droevige momenten,

5. *De Ultieme Bron*, blz. xxxiii.

6. Geciteerd in *De Ultieme Bron*, blz. 85.

onrecht ons aan gedaan, enzovoorts. Dit beeld van een wereld om ons heen, een wereld waarin we ons ego moeten koesteren en iets moeten betekenen is een uitvinding van ons eigen bewustzijn. Ze bestaat niet echt en is een illusie. Waarom rennen we dan toch zo achter al die ideeën van en over onszelf en over de wereld om ons heen aan? Maar hoe wij ook over onszelf en de wereld denken, het verandert de uiteindelijke natuur van de wereld niet. Onze eigen geest en de wereld met al haar verschijnselen zijn altijd al zuiver en volmaakt geweest, ongeacht hoe we er over denken. De verschijnselen om ons heen zijn niet goed of slecht, ze zijn wat ze zijn en niet meer dan dat. Alles om ons heen is zohheid, louter wat het is. Alle verschijnselen lijken verschillend maar zijn in essentie hetzelfde. Alles verkeert in een staat van gelijkheid.

Afhankelijk van de context kan *ye nas* ook vertaald worden met het 'nu'. Het nu kent geen verleden en toekomst en kent geen tijdsduur en staat daarmee ook buiten de tijd.

In de tekst wordt vaak gesproken over de onmetelijk of uitgestrekte ruimte (*klong*). Dit is de ruimte waar wij midden inzitten, de ruimte die de verschijnselen mogelijk maakt. Deze ruimte is de ruimte die het 'nu' creëert.

Een andere belangrijke term is 'niet-handelen' (*bya med*). Dit is een term die we ook in het taoïsme terugvinden. Niet-handelen betekent niet dat je als een geranium in de vensterbank moet gaan staan en niets meer moet doen. Niet-handelen gaat over het zich niet inspannen in het bereiken van doelen door allerlei beoefeningen. Deze doelen zijn bijvoorbeeld het bereiken van nirwana, het zuiveren van de geest of het verwerven van allerlei bovennatuurlijke krachten.

Ati-yoga stelt dat alles al volmaakt is. Je hoeft bijvoorbeeld je geest niet te zuiveren, hij is al zuiver. Je hoeft geen spiritueel pad te volgen, want je hebt het einde van het pad al bereikt. Je hoeft niet

te mediteren, meditatie is zinloos, want er is helemaal niets om op te mediteren.

Maar je kunt niet-handelen niet alleen van toepassing laten zijn op een spirituele beoefening die naar een resultaat moet leiden. Niet-handelen kan ook je reactie zijn op het bovengenoemde reageren op ideeën en ervaringen, emoties enz. die eerder zijn opgedaan en opgeslagen zijn als herinnering. Deze herinneringen kunnen leiden tot het streven naar een doel en het daaruit voortkomende handelen.

Maar deze herinneringen zijn niets anders dan opkomende gedachten, die worden gemanifesteerd door de dynamische energie van je eigen geest, meer niet. Het loslaten van deze gedachten door ze te laten zijn wat ze zijn, namelijk louter gedachten, en door in te zien dat alles zich in een staat van gelijkheid manifesteert, leidt tot niet-handelen. Door niet te handelen worden deze gedachten als vanzelf bevrijd.

In de tekst *Het onfeilbare overwinningsvaandel* staat: “Omdat er niets is dat van zijn authentieke staat afwijkt, wordt alles door niet-handelen vanzelf bevrijd.”⁷

Niet-handelen en tijdloos aanwezig zijn leidt tot een volgende belangrijke term: zuivere volmaakte aanwezigheid. Zuivere volmaakte aanwezigheid is een essentiële en tijdloze eigenschap van de eigen geest, ook wel onze oorspronkelijk staat genoemd.

Zuivere volmaakte aanwezigheid is een vertaling van *byang chub kyi sems*, in het Sanskriet *bodhicitta*. Binnen de boeddhistische mahayana tradities wordt *bodhicitta* meestal vertaald met verlichtingsgeest of een bewustzijn dat streeft naar verlichting. In ati-yoga is alles al verlicht en daarom verwijst het woord naar

7. Geciteerd in *De Ultieme Bron*, blz. 85.

zuivere volmaakte aanwezigheid. Zuivere volmaakte aanwezigheid is synoniem met een andere belangrijke term: vanuit zichzelf verschijnende oorspronkelijke wijsheid (*rang byung ye shes*)

In *Een waardevol essay over de uiteindelijke natuur van de verschijnselen* wordt dit door Longchenpa als volgt uitgelegd: *“In de open ruimte van de basis van bestaan, is vanuit zichzelf verschijnende oorspronkelijke wijsheid ‘zuiver’, omdat het oorspronkelijk zuiver is en niet door samsara is besmeurd. Ze is ‘volmaakt’ omdat de verlichte kwaliteiten spontaan zelf-volmaakt zijn, voorbij oorzaak en gevolg. Ze is ‘aanwezigheid’, omdat zichzelf intuïtief kennen het heldere licht van de onvernietigbare essentie is.”*

In de tekst *De Ultieme Bron* wordt een iets andere beschrijving gegeven. Hier wordt gezegd dat *“ ‘Zuiver’ wil zeggen dat de eigen geest niet als een of ander object bestaat. Hij is ‘volmaakt’, want de eigen geest is de drijvende kracht achter alles en volmaakt in zijn essentie. ‘Aanwezigheid’ is altijd aanwezige vanuit zichzelf verschijnende oorspronkelijke wijsheid.”*⁸

Zuivere volmaakte aanwezigheid is de stralende uiteindelijke realiteit, de tijdloze natuur van onze geest en is als de onmetelijke ruimte. Alles wordt door de zuivere volmaakte aanwezigheid omvat en alles is in zuivere volmaakte aanwezigheid volledig zuiver.

Zuivere volmaakte aanwezigheid is het niet vasthouden aan het verleden, niet denken over de toekomst en je niet laten meeslepen door de gedachten in het nu. Keer je blik naar binnen, neem je eigen geest waar en laat je eigen geest vrij in zijn natuurlijke staat. Blijf gefocust op de authentiek staat van de je geest, zonder geconditioneerd te zijn door allerlei versturende gedachten, zonder oordelen over deze staat, zonder hoop op resultaat of vrees voor het cyclische bestaan, zonder ergens naar te streven en zonder een doel.

8. *De Ultieme Bron*, blz. 128.

In deze tijd van mobieltjes, sociale media, en een overvloed aan prettige afleidingen zou je nu kunnen gaan denken dat dit een heel saaie bezigheid is. Het enige wat tegen deze gedachte werkt is het gewoon doen. Je zult zien dat dit best meevalt en opvallend niet saai is.

Longchenpa's advies is de authentiek staat van de eigen geest, die niets anders is dan vanuit zichzelf verschijnende oorspronkelijke wijsheid, te ervaren. Dan is de staat van zuivere volmaakte aanwezigheid bereikt en ben je bevrijd.

Ati-yoga of ati-dzogchen is een vroege vorm van dzogchen, een traditie die de mensen terugvoert naar hun oorspronkelijke geest, hun oorspronkelijke zuivere volmaakte aanwezigheid. De traditie heeft waarschijnlijk haar wortels in de oude bön religie van Tibet. De bön religie was meer dan 1200 jaar geleden de oorspronkelijke sjamanistische religie van Tibet. De oorsprong van dit sjamanisme reikt mogelijk nog verder terug tot pre-boeddhistische tijden.

Toen rond 10^e eeuw het boeddhisme geleidelijk de staatsgodsdienst werd van Tibet, moesten de bön religie en ook ati-dzogchen zich steeds meer aanpassen aan de Tibetaans vajrayana traditie. Deze aanpassingen waren nodig, omdat hun ideeën niet pasten in de dogmatische boeddhistische leerstellingen die door de verschillende heersende kloosterordes werden gepropageerd. Herhaaldelijk zijn de ideeën van ati-dzogchen en bön als ketters bestempeld en het gevaar van vervolging of dood lag altijd op de loer. Zo schreef een van de meest gewaardeerde leraren in de sakyapa traditie, Sakya Pandita (1182-1251) een vernietigend commentaar op de teksten van ati-dzogchen en met als conclusie dat ati-dzogchen niet authentiek was, niet door de Boeddha was onderwezen en dus ketterij was.

Door de vele aanpassingen en het regelmatig 'water in de wijn doen' kan ati-dzogchen tegenwoordig op veel gebieden niet meer

onderscheiden worden als een oorspronkelijke traditie. In die 1200 jaar heeft dzogchen veel van de rituelen, dogma's en zienswijzen overgenomen van de hoofdstroom van het Tibetaanse vajrayana boeddhisme. Ondanks het feit dat ati-dzogchen is opgenomen in en omarmd door de oude nyingma traditie van het Tibetaans boeddhisme, is ze altijd een buitenbeentje geweest binnen het vajrayana boeddhisme.

Streven veel boeddhisten naar de verlichting en proberen ze door allerlei beoefeningen hun doel te bereiken, ati-yoga ziet al deze rituelen en beoefeningen als een dwaling en een afleiding van waar het werkelijk om gaat.

De meeste boeddhistische stromingen, verdeeld in negen zogenaamde voertuigen, onderwijzen paden van geleidelijke transformatie, die naar een resultaat leiden, namelijk verlichting, bevrijding of een goede wedergeboorte. Daarvoor worden allerlei beoefeningen gedaan en rituelen uitgevoerd. Ze beoefenen het houden van geloften, het zuiveren van slecht karma, het zich visualiseren als de meditatie-boeddha en het zich verenigen met deze meditatie-boeddha, het transformeren van energie, het ontwikkelen van transcendentale wijsheid, het transformeren van deze wereld naar een wereld van zuivere verschijningen, waarin gedachten en herinneringen niet langer meer gewoon, maar de zuivere concentratie van een verlicht wezen of een boeddha, zijn.

Maar beoefeningen worden soms een doel op zich. Bijvoorbeeld 100.000 neerbuigingen doen wordt een doel en een prestatie die ongetwijfeld aanzien geeft. Geloften worden krampachtig gehouden, en zijn die dat niet goed doen worden bekritiseerd. Maar is het houden van geloften op een gegeven moment geen doel op zich? Is er met al deze beoefeningen en rituelen wel iets te bereiken, als alles al van nature volmaakt zuiver is er dus niets gedaan hoeft te worden?

Zij die streven naar verlichting door allerlei handelingen en beoefeningen, zijn als een arme man, die in een armzalig hutje woont met een gammel bed en heel zijn leven hard werkt en zo enige schamele rijkdom verwerft, om zijn armoede te ontlopen. De man weet echter niet dat er al die tijd onder zijn bed een kostbare schat aan juwelen lag en hij eigenlijk altijd al rijk is geweest.

Deze kostbare schat is onze eigen oorspronkelijke geest, tijdloos zuiver, onveranderlijk, grenzeloos als de ruimte en zuivere volmaakte aanwezigheid. Er valt niets te zoeken of te bereiken. Het is er altijd al geweest. We zijn alleen zo druk met van alles, met werken, kinderen opvoeden, de woonboulevard bezoeken, carrières, geld verdienen, relaties onderhouden, appen, facebooken, enzovoorts, dat we dat helemaal niet zien en er ook dus helemaal geen tijd aanbesteden. Waarschijnlijk zijn we er door onze onwetendheid er ook helemaal niet in geïnteresseerd.

Ati-dzogchen is geen spiritueel pad van geleidelijke transformatie, dat gevolgd kan worden om een resultaat te bereiken. Het is een pad dat spontaan gerealiseerd wordt, een pad van ‘bevrijding vanuit zichzelf’.⁹ Ons lichaam en de wereld zijn al zuiver zoals ze zijn, dus waarom je uitsloven op een pad? Er is niets om te zuiveren of om van te onthechten. Zuivere volmaakte aanwezigheid is bevrijding en is de inherente natuur van onze geest.

9. Bevrijding vanuit zichzelf (*rang drol ba*). Dit is een belangrijk begrip binnen dzogchen. *Rang drol ba* wordt vaak vertaald met zelf-bevrijding (Engels: *self-liberation*). Je zelf bevrijden, als proces, heeft weinig zin, je bent het al. Het gaat hier over bevrijding die spontaan vanuit zichzelf plaatsvindt om de eenvoudige reden dat alles al bevrijd en zuiver volmaakt is. Als alle verduisteringen en verstorende emoties gelaten worden voor wat ze zijn, verschijnt bevrijding vanuit zichzelf, zonder inspanning, streven, meditatie, rituelen, enzovoorts. Ze is spontaan, want ze is niet afhankelijk van oorzaken en gevolg.

Omdat ati-dzogchen de yogi's naar de essentie van hun eigen geest leidt, wordt wel gezegd dat ati-yoga alle andere boeddhistische voertuigen overtreft. Ati-dzogchen omvat ze allemaal. Daarom wordt ati-yoga ook wel vergeleken met de top van een majestueuze berg. Vanaf deze top kan men alle andere boeddhistische voertuigen in het dal overzien.

De mondelinge overlevering van ati-dzogchen begint lang geleden. In een van de basistrantra's van ati-dzogchen, *De Ultieme Bron* getiteld, wordt verteld hoe de mondelinge overlevering ooit begonnen is in het boeddhaland Akanistha. In deze tantra onderwijst onze eigen zuivere geest, in de verpersoonlijking van Samantabhadra als de ultieme bron van alle verschijnselen, zijn leerling Sattvavajra over de essentie van ati-yoga. Longchenpa verteld hierover: *“In Akanistha, het hoogste zuivere land, de authentieke realiteit, de sfeer vrij van alle gedachtevorming, de uiteindelijke natuur van de verschijnselen, dharmadhatu, verschijnt vanuit zoheid, de superieure basis, de Ultieme Bron als transcendente Overwinnaar. In dit onmeetbaar grote en schitterende paleis van Akanistha met zijn vele verdiepingen, verschijnt zij volledig helder in de Boeddha's van de vijf boeddhafamilies, in de eigen geest als vanuit zichzelf verschijnende oorspronkelijke wijsheid en als de emanatie van Sattvavajra. Ze zegent alles met haar uitleg (van de tantra). Op deze wijze (is het onderricht) via de sambhogakaya emanatie (van Sattvavajra) in deze wereld overdragen aan Garab Dorje.”*¹⁰

De monnik Garab Dorje (*dga' rab rdo rje*) heeft het onderricht dus rechtsreeks van Sattvavajra ontvangen en is daarmee de eerste menselijke leraar in de mondelinge overleveringslijn van ati-yoga leraren.

10. *De Ultieme Bron*, blz. 247.